

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

№11
(102)

ТВ-программа с 16 по 22 марта 2020 года

52
КАНАЛА
ТВ

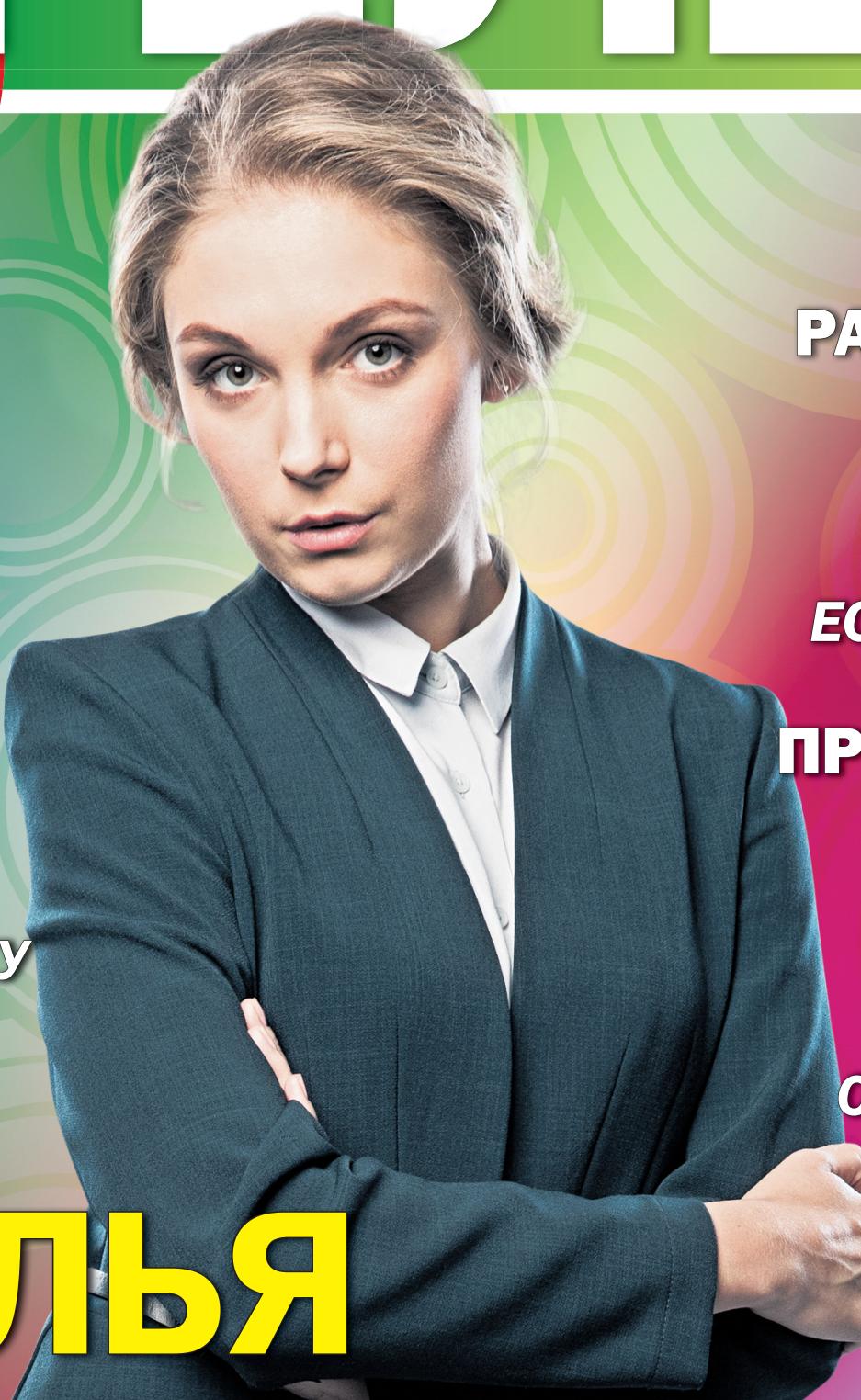
КУЛИНАРНАЯ
АЗБУКА
НА БУКВЫ Е И Ё

стр. 7

КАКОГО
ПИТОМЦА
ВЫБРАТЬ РЕБЁНКУ

стр. 37

ТЕЛЕК



**НАТАЛЬЯ
СКОМОРОХОВА**
Я НАУЧИЛАСЬ ВИДЕТЬ ВЕЩИ
С РАЗНЫХ СТОРОН

стр. 3

12+

Фото PR CTC



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 исполнят 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»



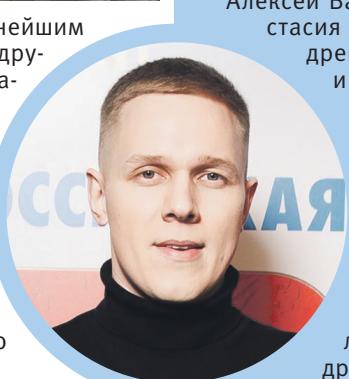
Павел Прилучный и Агата Муцениеце сыграли «В клетке»

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 жестоких сцен, поэтому с детьми его лучше не смотреть.



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



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», «Громовы»).



Действие происходит в военном гарнизоне Солнечный в 70-е годы прошлого века. Идейная 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»

«СПАС» готовит своё утро

Телеканал «СПАС» традиционно готовится встретить Пасху премьерами, 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

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 Подмосковье. 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



Новый сериал СТС с говорящим названием «Корни» – из тех, которые заставляют вспомнить о своих истоках и действительно важных вещах в жизни.

По крайней мере, топ-менеджеру Диме Королёву (актер Марк Богатырёв) придется об этом задуматься, когда он вернется в родной провинциальный город, чтобы выкупить здание ДК и построить вместо него торговый центр. В числе тех, кто намерен ему помешать, – его бывшая возлюбленная, а ныне заведующая ДК Алёна в исполнении Натальи Скомороховой. С ней мы и поговорили о сериале на кануне премьеры.

За успех спасибо родителям

– Наталья, скоро на СТС выходит первый сериал от создателей КВН – «Корни». Вы нашли что-то личное в этой истории?

– Я поняла, что никогда не бывает лишним вспомнить, благодаря кому я такая, какая есть. Те, кто говорят, что добились всего сами, в первую очередь обязаны успехом людям, которые их вырастили. Несмотря на то что мои мама и папа никак не связаны с актерской профессией, не могу сказать, что всего достигла сама. Это было бы лукавством. Они подарили мне прекрасное воспитание, всегда меня поддерживали, за что им большое спасибо.

– Главный герой уехал покорять Москву. Вы родились и выросли недалеко от столицы. Тем не менее понимаете его чувства?

Наталья СКОМОРОХОВА:

/// Я научилась видеть вещи с разных сторон

Праздники вдвоём

– Вы же со своим супругом, актёром Евгением Джураевым, вместе уже много лет. Как познакомились?

– В театре. Мы год общались на уровне «привет-пока», но потом нас поставили в один спектакль танцевать в паре. Вот тогда все и закрутилось в прямом и переносном смысле.

– Вы с мужем любите собирать гостей за большим столом?

– По общим праздникам – с удовольствием! И сама хожу в гости. Но личные даты отмечаем вдвоем. В день своей свадьбы мы, например, улетели на другой конец света, потому что это очень личное событие.

Если бы мы позвали друзей и родственников, то занимались только ими и забыли о том, ради чего, собственно, все затевалось.



Без времени на притирки

– А с партнёром – Марком Богатырёвым – с первого дня возникла химия или был процесс притирки?

– Практически в самом начале съемочного процесса у нас с ним были достаточно откровенные сцены, поэтому времени на притирки не было (улыбается). После чего все остальное уже казалось не таким сложным. Зрителью нравится следить за любовными линиями, и нам с Марком кажется, что химия в кадре случилась.

О жизни после тридцати

– В прошлом году вы встретили тридцатилетие. Наверное, супруг сделал сюрприз?

– Да, Женя устроил мне евротур на машине. Мы в принципе любители автопутешествий и давно планировали отправиться в такую поездку. Муж заранее позаботился о документах, собственоручно снял все шильды с зимних шин, так как в Европе они запрещены, а на летней резине в январе ехать было бы опасно. Сам день рождения отметили в Праге, потому что я очень люблю этот город. Тогда была настоящая весна, светило солнце, одним словом, сказка. Пожалуй, это был мой лучший день рождения.

– Поменялось что-то внутри, когда исполнилось тридцать?

– Так называемый кризис среднего возраста у меня случился годом раньше. Были мысли как-то кардинально поменять жизнь, но потом все встало на свои места, и в тридцать лет я чувствовала себя великолепно. Это было очень полезно: я научилась видеть многие вещи с разных сторон и, возможно, стала чуточку мудрее. Но ребенок внутри меня никуда не делился, что прекрасно (улыбается).



– Если говорить о людях, которые хотят встать на ноги и добиться чего-то вдали от родного дома, для меня они просто небожители. Честно, не знаю, смогла бы я преодолевать все препятствия, когда нет рядом самых близких, когда они не могут взять тебя за руку и сказать что-то ободряющее. Мне повезло, я живу в городе, в котором родилась и который очень люблю, поэтому не планирую переезжать в Москву. В Красногорске все мое: дом, родные места. Каждый раз после работы или дальних поездок, возвращаясь, чувствую тепло и спокойствие.

– В сериале «Корни» всё наоборот – никаких мини, только офисный стиль.

– Да, здесь у меня строгие костюмы, пиджаки и платья. В таком образе невозможно сутулиться, поэтому перед командой «Начали!» я всегда выпрямлялась. Грудь вперед, плечи назад – и сразу появлялся внутренний стержень, свойственный героине.

Командирские нотки

– Какие черты прислоялись отыскать в себе, чтобы попасть в образ?

– Самым трудным было найти в себе лидерский стержень, понять, как эта хрупкая девушка держит такую машину. Она управляет ДК, где огромное количество людей работает под ее руководством.

Я старалась передать это через строгую походку, жесткие руки, резкость в движениях. Было тяжело, потому что мне самой присущи плавность и мягкость, старалась следить, чтобы моя речь была четче, с командирскими нотками.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

фото РКСС

Многоводно и широко течёт речка издалёка

По территории нашей страны протекают тысячи и тысячи рек. Сегодня викторина о реках России.

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

1. Эта одна из самых известных рек России, по данным учёных, её возраст более 5 млн лет. Ещё Клавдий Птолемей (II в. до н. э.), географ и астроном из Древней Греции, описал местоположение этой реки, назвав её Ра (щедрая), а сегодня на её берегах можно встретить пеликанов и фламинго. Назовите реку.

- a)** Дон.
- b)** Волга.
- v)** Обь.

2. Эта река знаменита тем, что один берег находится в Азии, а другой в Европе.
a) Енисей.
b) Кама.
v) Урал.

3. Река, бассейн которой находится в России, получила название от местных народов: «Елю-Ене», или «Большая река». Назовите реку.
a) Обь.
b) Енисей.
v) Лена.



4. Эта река известна как «текущая вспять» и начало пути «из варяг в греки».

- a)** Волхов.
- b)** Нева.
- v)** Вилюй.

ОТВЕТЫ

- 1-3. **a)** Волга. **b)** Енисей. **v)** Обь.
- 4-6. **a)** Волхов. **b)** Нева. **v)** Вилюй.
- 7-8. **a)** Дон. **b)** Волга. **v)** Обь.
- 9-10. **a)** Енисей. **b)** Кама. **v)** Урал.
- 11-12. **a)** Елю-Ене. **b)** Енисей. **v)** Лена.
- 13-14. **a)** Елю-Ене. **b)** Енисей. **v)** Лена.
- 15-16. **a)** Елю-Ене. **b)** Енисей. **v)** Лена.
- 17-18. **a)** Елю-Ене. **b)** Енисей. **v)** Лена.
- 19-20. **a)** Елю-Ене. **b)** Енисей. **v)** Лена.

Автор фото: Ilya Kuzmin/Shutterstock.com

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 «стартов»: «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.

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

Расставанье – 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: запритесь дома, погрустите, поплачьтесь 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 вслывать на поверхность! Не позволяйте себе впадать в депрессию, ведь разрыв – лучше, чем изматывающие, не приносящие радости отношения.

Сожгите мосты

Не тешите 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.

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 испытывают 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.

Банный день в пыли

Среди удивительных животных нашей планеты есть одно, выделяющееся уникальными свойствами шкуркой. 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.



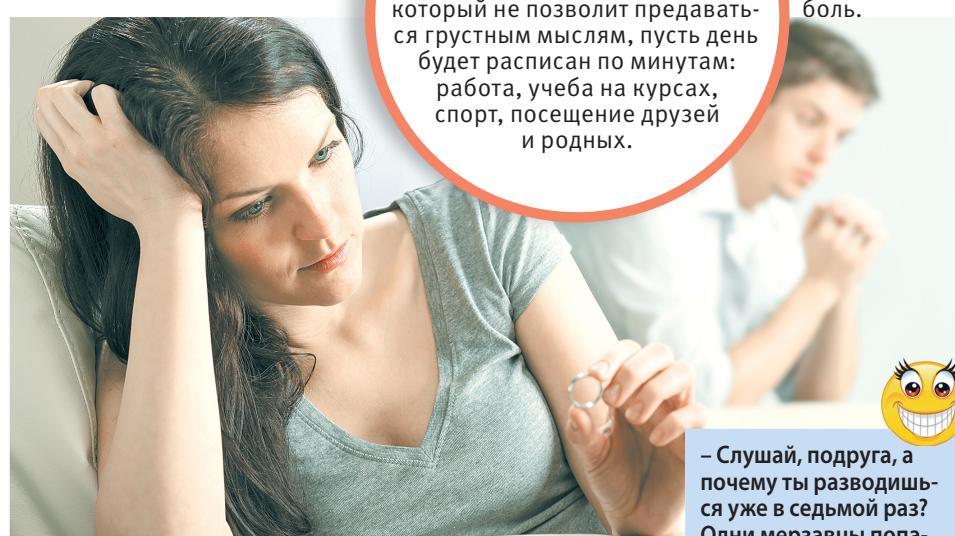
ЖИЗНЬ после расставания: без обид и сожалений

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. Поплакать 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.

КСТАТИ

– Слушай, подруга, а почему ты разводишься уже в седьмой раз? Одни мерзавцы попадаются?
– Нет. Просто очень сядьбы люблю.

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.

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, вытрут слезы. Если такой друг есть, не стесняйтесь просить о помощи и

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. Левой 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 Бездны» – 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

Не стоит пытаться встретиться «в последний раз», писать, звонить. Все эти попытки – результаты нашей зависимости от отношений, которая сродни никотиновой или алкогольной. Невозможно преодолеть зависимость, не отказавшись полностью от наркотика. Не продлевайте агонию, это не вернет человека и не принесет удовлетворения.

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», «Громовы»...

Наш 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 права 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 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 ХХI 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?

– 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 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-крупному 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 тоскливо, иду в Дом книги на Арбате. На втором этаже выбираю книгу и читаю ее в литературном кафе. Встречи друзьям назначаю 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 в ВГИКе, снять меня в учебной работе. А вообще у меня есть вокальная школа, так что без работы я не бываю. Учу своих ребят

проживать каждую песню как маленький спектакль.

– Вы девушка смелая – занимаетесь серфингом, сколазанием, 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, дальнобойщики меня не видят, реально испугалась и поняла, что больше такое не повторю. Так что учусь на своих ошибках.

– Вы еще и спортсменка...

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

тренером был пapa – 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».



Фото телеканала «Россия 1»

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

Позади – главные роли в проектах «Месть на десерт», «Опасные связи», «Не женское дело», впереди – новые фильмы и сериалы с ее участием. Зрители уже называли Викторию 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: проголодалася – 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.

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».

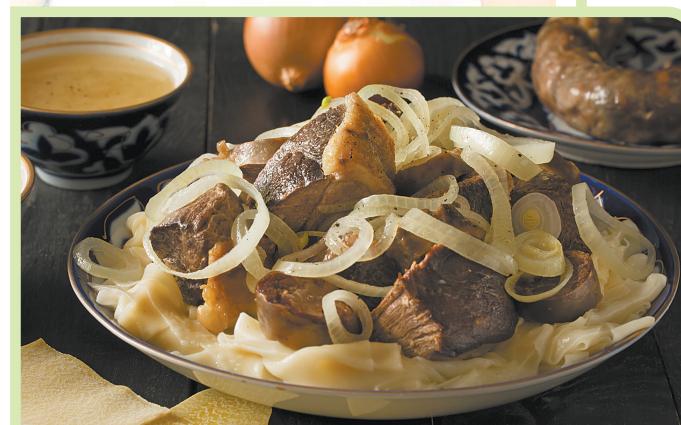
– Я очень люблю сладкое! И обязательно ем какие-то сладости в течение дня, а также сразу после обеда.

– 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.



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 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 тесто 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 поверх сочней – картофель, но так, чтобы сочни были видны. Посыпаем наше блюдо свежим репчатым луком, предварительно нацинкованным 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 удается 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, помоему, 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

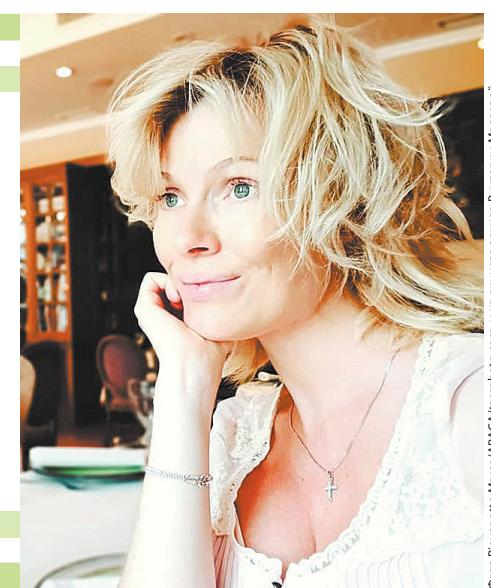


Фото Piovano Marco/ABA/CA/tassphoto.com и из личного архива Виктории Масловой

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 Ершай почистить, выпотрошить, снять филе, посолить, поперчить, сбрызнутый 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.

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, 1/4 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 другой миске смешать до состояния крошки оставшиеся 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, расстегнуть 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 скатать шарик.

6 Готовые шарики выложить на противень, устланый бумагой для выпечки.

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

8 Готовому печенью дать остить и посыпать его сахарной пудрой.

Светлана ИВАНОВА



Ёрма



Узбекская кухня.

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г баранины (без костей), 60 г бараньего жира, 3/4 стакана пшеничной крупы, 2 луковицы, 2-3 пера зеленого лука, 2 ч. л. смеси молотых специй (зира, кориандра, 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) выпотрошить 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...

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	Россия К	РОССИЯ К	СТС
	 21.30 «МАГОМАЕВ». (16+)		 14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)		 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)		 18.15 «ПЁС». (16+)		 08.20 «МОРСКИЕ РАССКАЗЫ»
	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 «Союзмультифильм» 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	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 суро-выми 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 РЯ». (12+) 23.10 Вечер с Владимиром Соловьевым. (12+) 02.00 «ШАМАНКА». (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 отправлен 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+)	05.10 04.10 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». 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+)	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 ХХ 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 Агора 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 Версалья» 21.40 Сати. Нескучная классика... 22.25 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ» 23.10 «Дворянские деньги» 00.00 Открытая книга	06.00 Ералаш. (0+) 06.15 «Приключения Вуди и его друзей». 06.35 «Охотники на троллей». 07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+) 08.00 «Уральские пельмени». 08.25 «Реальная белка». 10.05 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+) 12.40 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+) 15.00 «ХЭНКОК». 16.50 «КОРНИ». 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 Федором Бондарчуком. 01.50 «ЧЁРНАЯ МЕССА». (18+) 03.45 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+) 05.05 «Тайна третьей планеты». (0+)			
	ТВЦ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	РЕН	ТВ-3	ТВ-3	ДОМАШНИЙ
	06.00 «Настроение» 08.10 «МОЛОДАЯ ЖЕНА». (12+) 10.10 «Сергей Юрский. Человек не отсюда». 10.55 Городское собрание. 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 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+)	06.00 «Сегодня утром». 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 «ЛЬВИНА 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 Чиндяйкиным. (12+) 20.25 «Загадки века с Сергеем Медведевым». (12+) 21.30 «Открытый эфир». (12+) 23.05 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+) 23.40 «СЛЕДЫ НА СНЕГУ». (6+) 01.20 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (0+) 02.40 «Убить Гитлера. 1921-1945». (16+)	05.10 09.55 «Среда обитания». 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?». 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!». 03.30 «Большая наука». (12+) 04.15 «Культурный обмен». (12+) 05.00 «Большая страна: в деталях». (12+)	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+)	06.00 «Мультифильмы». (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 ПРИВИДЕНИЯМИ-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	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 «ЖЕНИ НА ТРОПЕ ВОЙНЫ». (16+) Общительная Алиса и застенчивая Саша знакомятся в спортивном клубе. 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+)		

ТНТ	ТНТ-СПБ	Че	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
											
20.00 «ПАТРИОТ». (16+)	06.10 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)	НЕИЗВЕДАННАЯ ХОККЕЙНАЯ РОССИЯ		23.30 «ВРЕМЕНЩИК». (16+)		14.02 «БЕССМЕРТНИК». (16+)		01.50 «Норвежский вояж». (12+)			
07.00 ТНТ. Gold. (16+)	06.00 «Улетное видео». (16+)	06.00 «Вся правда про...» (12+)	06.55 08.05 09.05 Утро в Петербурге. (16+)	06.00 06.45 13.15 16.15 19.20 00.45 «Студия 1». (6+)	06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00						
09.00 Дом-2. Lite. (16+)	06.10 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)	06.30 «Неизведанная хоккейная Россия». (12+)	08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 18.00 22.00 03.00 «Новости». (16+)	06.30 16.55 19.50 22.25 01.20 «Политика». (6+)	10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 18.55 20.00						
10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)		07.00 08.55 10.00 13.35 16.20 21.45 Новости	10.05 «Культурная эволюция». (16+)	06.35 07.15 13.55 19.55 22.30 01.25 «Экономика». (6+)	21.00 23.00 23.40 «Известия 78». (12+)						
11.30 Бородина против Бузовой. (16+)		07.05 13.40 16.30 21.50 Все на Матч!	10.35 11.15 12.05 13.15 «ТАЙНА ЕГОРА». (12+)	06.40 07.25 «Погода». (6+)	06.10 06.35 07.10 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10						
12.30 Дом-2. Спаси свою любовь. (16+)	08.00 «Дорожные войны». (16+)	09.00 10.05 Биатлон. (0+)	11.45 13.30 18.30 Время суток. (12+)	07.20 19.45 22.20 01.15 «Спорт». (6+)	10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)						
13.30 «Холостяк». (16+)	09.00 18.30 «Остановите Витю!». (16+)	11.35 Футбол. «Парма» - «Интер». (0+)	13.10 15.10 22.25 03.25 Новости спорта. (12+)	07.30 «Простые решения». (12+)	12.15 13.15 «Семейная программа». (12+)						
15.00 «УНИВЕР». (16+)	09.30 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	14.20 Футбол. «Севилья» - «Бетис». (0+)	14.00 15.40 15.45 «Великие битвы». (16+)	11.00 «Медицинская правда». (16+)	14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)						
18.00 Однажды в России. (16+)	11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)	17.25 Мини-футбол. КПРФ (Москва) - «Синара» (Екатеринбург)	15.20 Четвертая студия. (6+)	11.30 12.02 04.30 «Твердыни мира». (12+)	14.30 «Сделано в СССР». (12+)						
20.00 «ПАТРИОТ». (16+)	12.00 «+100500». (16+)	19.25 Баскетбол. ЦСКА - «Химки»	16.55 Азбука петербуржца. (6+)	12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 «Новости». (6+)	15.00 «Середина дня». (12+)						
Мама Ленки (Илона Васильевна, бухгалтер со стажем) проверяет баланс и выясняет, что в Ленкину смену недостача сорок тысяч. Саня вызывается найти воришку	13.30 «Улетное видео». (16+)	22.25 Футбол. «Вердер» - «Байер».	17.00 Районы. Кварталы. (6+)	12.15 21.20 «Освобождение Крыма». (12+)	16.00 «Эликсир молодости». (12+)						
21.00 «Где логика?» (16+)	15.00 «Вне закона. Преступление и наказание». (16+)	00.25 Кёрлинг. Россия - Канада	17.20 Time Out. (6+)	14.02 15.02 05.10 «БЕССМЕРТНИК». (16+)	17.30 «Земля. Территория загадок». (12+)						
22.00 «ШТОРМ». (16+)	16.30 «Решала». (16+)	02.30 Специальный репортаж. (12+)	18.20 Бизнес-Петербург. (12+)	15.45 «Оружие». (12+)	18.10 00.25 Телекурьер. (12+)						
23.10 Дом-2. Город любви. (16+)	19.00 «Дорога». (16+)	03.00 Профессиональный бокс. С. Очигава - А. Каницарро. (16+)	19.00 03.45 «Великие полководцы». (12+)	17.02 «Ветеринарная клиника». (16+)	19.10 «Легенды советского сыска». (12+)						
00.10 Дом-2. После заката. (16+)	21.00 «Летучий надзор». (16+)	04.30 «Жизнь после спорта». (12+)	19.30 «Малая родина Сергея Юрского». (12+)	17.30 «18.02 ТЫ НЕ ОДИН». (16+)	20.10 01.05 «Открытая студия». (12+)						
01.15 «Stand Up». (16+)	23.00 «Опасные связи». (18+)		20.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)	20.02 21.02 «ЧУДНАЯ ДОЛИНА». (12+)	21.10 «Вечер трудного дня». (12+)						
03.45 «Открытый микрофон». (16+)	00.00 «+100500». (18+)		22.35 Вектор успеха. (12+)	22.40 «ЗЛОКЛЮЧЕНИЯ АЛЬФРЕДА». (12+)	22.15 «Итоги дня». (16+)						
06.10 ТНТ. Best. (16+)	01.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)		22.45 «Степень защиты». (16+)	00.15 «С миру по нитке». (12+)	23.55 «Большой Хох». (12+)						
	02.50 «Улетное видео». (16+)		23.30 «ВРЕМЕНЩИК». (16+)	01.30 «МАНИЯ ЖИЗЕЛИ». (16+)	01.50 «Норвежский вояж». (12+)						

Только для жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области
В продаже! ТРИ СПЕЦВЫПУСКА к газете «ДАЧА pressa.ru»



БУКЛЕТ «ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ»

ФАЗЫ ЛУНЫ ПОДСКАЖУТ:

- в какие дни посевы всходят гарантированно, а когда от этой работы лучше воздержаться;
- когда поливы и подкормки для растений благоприятнее, а когда они бесполезны;
- когда лучше полоть сорняки, чтобы они не всходили повторно, и бороться с болезнями растений.

ХАРАКТЕРИСТИКИ ЗНАКОВ ЗОДИАКА объясняют, как именно тот или иной знак влияет на растения и какие садовые работы лучше выполнять во время прохождения Луны через них.



НАСТЕННЫЙ «КАЛЕНДАРЬ ПОСЕВА И ПОСАДКИ ОВОЩНЫХ КУЛЬТУР» 2020

Различные фазы Луны оказывают определенное влияние на рост и развитие растений. Одни растения будут более активны при растущей Луне, другие – при убывающей. Календарь поможет всегда быть в курсе «положения» Луны и составить посевной график максимально эффективно.

В календаре указаны наиболее благоприятные даты для посева семян и высадки рассады в грунт. Информация дана для различных овощных культур.

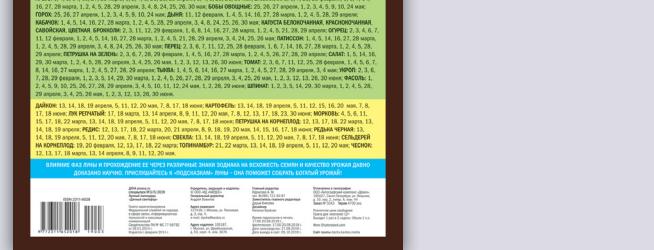


ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ «ДАЧНЫЙ СВЕТОФОР»

составлен таким образом, чтобы садоводам было легко спланировать работы на дачном участке.

Достаточно одного взгляда, чтобы понять, в какие дни лучше заниматься посевом семян и посадкой растений, а какие посвятить обрезке деревьев, прополке или сбору урожая.

Прислушайтесь к «подсказкам» Луны – она поможет собрать богатый урожай!



12+ РЕКЛАМА

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000

TV1000

06.10 «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)

08.10 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)

10.10 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (6+)

11.55 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ-2». (6+)

13.55 «Приключения Тинтина: Тайна Единорога». Мультфильм. (12+)

15.50 «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)

17.50 «ДРАКУЛА». (16+)

20.10 «ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРЙ». (12+)

США, 1993 г. В ролях: Арнольд Шварценеггер, Чарльз Дэнс

22.35 «СУПЕР БРИС». (16+)

00.15 «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+)

02.20 «ГОТИКА». (18+)

04.15 «ДЕНЬ СУРК». (12+)

РУССКОЕ КИНО

06.05 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)

08.30 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)

11.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)

13.10 «ПРИЧИЖЕНИЕ». (12+)

15.15 «ДУРАК». (16+)

17.25 «ЭЛАСТИКО». (16+)

19.00, 19.55 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)

20.55 «ЛЕГЕНДА № 17». (12+)

Россия, 2013 г. В ролях: Данила Козловский, Олег Меньшиков, Светлана Иванова, Владимир Меньшов, Александр Лобанов

23.20 «ДУХЛЕСС». (18+)

Россия, 2011 г.

01.05 «ЗАВОД». (18+)

03.00 «ДУРАК». (16+)

05.30 «УБЕКАТЬ, ДОГНАТЬ, ВЛЮБЛЯТЬСЯ». (12+)

ДОМ КИНО

ДОМ КИНО

05.45 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА». (12+)

07.20 «СВАТЫ». (16+)

11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

14.00 К 85-летию со дня рождения Сергея Юрского. «ЩИТИ ЖЕНЩИН». (12+)

15.15 «ДУРАК». (16+)

17.25 «ЭЛАСТИКО». (16+)

19.00, 19.55 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)

20.55 «ЛЕГЕНДА № 17». (12+)

Россия, 2013 г. В ролях: Данила Козловский, Олег Меньшиков, Светлана Иванова, Владимир Меньшов, Александр Лобанов

23.20 «ДУХЛЕСС». (18+)

Россия, 2011 г.

01.05 «ЗАВОД». (18+)

03.00 «ДУРАК». (16+)

05.30 «УБЕКАТЬ, ДОГНАТЬ, ВЛЮБЛЯТЬСЯ». (12+)

SONY CHANNEL

06.00, 06.45, 09.55, 13.40, 15.35, 16.20, 18.05

Проект Подиум. (16+)

07.30, 14.30, 18.55

Правила моей кухни. (16+)

08.35, 17.10 Холостяк. (16+)

10.45, 11.45, 12.45 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)

2 сезона. Сериал. Великобритания 2011 г. В ролях: Хью Бонневиль, Элизабет Макговерн

20.00, 20.45, 00.05, 00.50

«ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+)

00.30 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)

02.00 «ВИД НА ЖИТЕЛЬСТВО». (12+)

03.30 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)

МИР

06.00, 10.10 «ШУЛЕР». (16+)

Сериал. Драма, криминальный фильм, Россия, Украина, 2013 г.

10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости

13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)

14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)

15.05, 16.15 Дела судебные. Новые истории. (16+)

17.00 Орел и решка. Ильева VS Бедняков. (16+)

19.00 Орел и решка. Ильева VS Бедняков. Неизданное. (16+)

20.00 Орел и решка. Чудеса света. (16+)

21.45, 00.00 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

Сериал. Детектив, Россия, 2010 г. В ролях: Сергей Маховиков, Борис Покровский, Владимир Стержаков, Алиса Приязнова

02.10 Охотники за привидениями. (16+)

02.35 Отпуск без путевки. (16+)

03.25 Концерт. (16+)

05.15 Ели у Емели. (16+)

05.35 «АЛЬЕ ПАРУСА». (12+)

ПЯТНИЦА

05.00 На ножах. (16+)

06.50 Школа доктора Комаровского. (12+)

07.30 Утро Пятницы. (16+)

08.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)

11.00 На ножах. (16+)

13.00 Адская кухня. (16+)

15.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)

16.00 Орел и решка. Неизданное. (16+)

17.00 Орел и решка. Ильева VS Бедняков. (16+)

19.00 Орел и решка. Ильева VS Бедняков. Неизданное. (16+)

20.00 Орел и решка. Чудеса света. (16+)

21.10 Всемирные игры разума. (12+)

21.45, 00.00 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

Сериал. Детектив, Россия, 2010 г. В ролях: Сергей Маховиков, Борис Покровский, Владимир Стержаков, Алиса Приязнова

02.10 Обмен женами. (16+)

02.35 Отпуск без путевки. (16+)

03.25 Концерт. (16+)

04.10 Пятница News. (16+)

05.10 Я стесняюсь своего тела. (16+)

Ю

05.00 Лапа попал. (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?

07.10 Европа plus чарт. (16+)

08.00 Невеста для папы. (16+)

10.00 Мастершаф. (16+)

15.20 Моя свекровь - монстр. (16+)

17.30 Обмен женами. (16+)

Уникальный проект о семейных ценностях, в котором хранительницам семейного домашнего очага предстоит на 7 дней переехать жить в чужую семью, стать женами для чужих мужей и мамами для чужих детей.

20.40 Мастершаф. (16+)

01.10 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)

02.10 Я стесняюсь своего тела. (16+)

РЕТРО

06.00, 22.00 «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (12+)

07.40, 21.40 Русская классика. (12+)

07.55 Флот. (12+)

09.00 Мультфильмы. (6+)

09.40 «Тараканище». Мультфильм. (6+)

10.00 «ШИНЕЛЬ». (12+)

11.25 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (12+)

13.15 «Сокровища затонувших кораблей». Мультфильм. (6+)

13.30 «Дорогая копейка». Мультфильм. (6+)

13.50, 15.05, 02.00, 03.05 «КОМЕДИЯ ОШИБОК». (12+)

16.20 «ДОВИЧИЙ ИСТОЧНИК». (16+)

18.05 Сыны России: Русский подарок Америке. Владимир Зворыкин. (12+)

18.35 «ИНСПЕКТОР ГАЙ». (16+)

20.05 «РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССА МЕГР». (16+)

23.50 «РОСОВАЯ СЕРЕНАДА». (16+)

04.10 «МАРИЯ МИРАБЕЛЛА». (6+)

05.15 «Ночь перед Рождеством». Мультфильм. (6+)

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

ИЛЛЮЗИОН

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

КИНОКОМЕДИЯ

РОДНОЕ КИНО

СУПЕР

ФЕНИКС+КИНО

СТС LOVE

TV 21 ВЕК

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)

12.00, 13.00, 20.00, 21.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (12+)

14.00, 20.00, 06.00 «УЛЬБКА ПЕРЕЗМЕШНИКА». (16+)

15.00, 23.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)

22.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ». (12+)

00.00 «ОСТРОВ». (16+)

08.00 «ДОЖДЬ». (16+)

09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)

10.00 «ФИТНЕС». (16+)

11.00 «ГРАНД». (16+)

12.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)

13.00 «ДЕФОФОНКИ». (16+)

19.25 Прогноз погодки. (0+)

19.30 «ДЕФОФОНКИ». (16+)

20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)

22.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ». (12+)

00.00 «ОСТРОВ». (16+)

06.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)

08.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)

15.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)

18.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	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+)	00.00 Биатлон. Кубок мира. Контолахти. (6+)
07.50, 10.20, 12.45, 15.55 Новости	01.35, 02.05 Биатлон. Кубок мира. Контолахти. (6+)	02.35, 03.05 Горные лыжи. Кубок мира. (12+)
07.55, 03.35 Дзюдо. Турнир «Большого шлема». (0+)	03.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Викерсунд. НС 240. (12+)	10.00, 14.00, 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+)
10.25 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	05.00, 06.00 Фристайл. Кубок мира. Идре. (12+)	10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
10.55 Гандбол. Кубок России. Мужчины. «Финал 4-х». Финал. (0+)	08.30 Теннис. Медведев – Димитров. US Open. Полуфинал (субтитры). (6+)	11.00 «Сказочный патруль». (0+)
12.50, 03.10 Страна смотрит спорт. (12+)	11.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)	11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.20, 02.25 Спортивная гимнастика. Кубок мира. (0+)	17.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)	12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
16.00, 01.30 Неделя в КХЛ. (12+)	18.00 «Роботы-поезда». (0+)	13.35, 20.35 «Маша и Медведь». (0+)
16.55 Профессиональный бокс. (16+)	18.30 «Малышарики». (0+)	14.30 «Смешарики». (0+)
18.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. «Нижний Новгород» – «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция	19.00 Конный спорт. Кубок мира. Хертогенbosк. Выездка. (6+)	15.00 «Ниль». (0+)
20.55 Мини-футбол. Пари-матч – Чемпионат России. КПРФ (Москва) – «Синара» (Екатеринбург). (0+)	20.00 Олимпийские игры. «Олимпийский форпост». (12+)	15.30 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
22.45 Последняя паралимпиада. (12+)	20.30 Теннис. ATP «Мастерс». Индиан-Уэллс. (6+)	17.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
23.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. ЦСКА – «Химки». (0+)	21.00, 23.05 Теннис. ATP «Мастерс». Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (6+)	18.00 «Роботы-поезда». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 04.00 Наше. (16+)
06.05 Каждое утро. (16+)
08.25 PRO-обзор. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 Победитель «битвы фанклубов». (16+)
10.30 Место под Солнцем. (16+)
16.00 DFM - dance chart. (16+)
16.55 Отпуск без путевки. Бенидорм. (12+)
18.00 PRO-новости. (16+)

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.

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬ	МУЛЬ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
08.20 «Хейрдораблз». (0+)	06.15, 12.00 «Русалочка» (субтитры). (6+)	05.00 «Ранние пташки». «Моланг», «Смешарики. Новые приключения», «Домики». (0+)	09.50, 22.15 Редакция. (12+)
08.25, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	06.40, 13.00 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)	10.25 «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 1 серия. (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+)	11.55 «Державная». Размышления 100 лет спустя. (12+)
09.25, 23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)	07.35 «Рапунцель: Новая история». (6+)	07.30 «Чик-зарядка». (0+)	13.00 Прямая линия. Ответ священника. Специальный выпуск (субтитры). (0+)
10.00, 14.00, 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+)	08.10 «Лёс Пэт». (6+)	07.35 «Маджик». (0+)	14.00 Русский обед. (6+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	08.25 «Хранитель Лев». (0+)	08.05 «Бинг». (0+)	15.30, 17.00, 17.55 «МООН-ЗУНД». 1 и 2 серии. (12+)
11.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)	08.55 «Герой в масках». (0+)	08.40 «Царевны». (0+)	17.30, 21.30, 02.15 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
11.00 Теннис. Медведев – Надаль. US Open. Полуфинал (субтитры). (6+)	09.25 «ПУПС». (0+)	09.20, 03.05 «Лаборатории. Маленькие исследователи». (0+)	19.00, 01.20 Завет. (6+)
11.15 Волейбол. Тиррено – Адриатико. 6-й этап. Прямая трансляция. (12+)	10.00 «Дружные мопсы». (0+)	09.45 «Радужный мир Руби». (0+)	20.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
12.50, 03.10 Страна смотрит спорт. (12+)	10.30 «Блузи». (0+)	10.15 «Четверо в кубе». (0+)	22.50 Прямая линия жизни. (0+)
13.20, 02.25 Спортивная гимнастика. Кубок мира. (0+)	11.00 «София Прекрасная». (0+)	11.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	00.05 Миротворец. Святой Даниил Московский. (12+)
16.00, 01.30 Неделя в КХЛ. (12+)	11.25 «Елена – принцесса Авалаура». (0+)	11.40 «Роботы-поезда». (0+)	00.20, 15.00 Монастырская кухня. (0+)
16.55 Профессиональный бокс. (16+)	12.30 «Аладдин» (субтитры). (0+)	12.15 «Гормити». (6+)	00.50 Николай Гурьянов. Цикл: Старцы. (12+)
18.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. «Нижний Новгород» – «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция	13.40 «Подружки-супергерои». (6+)	12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)	
20.55 Мини-футбол. Пари-матч – Чемпионат России. КПРФ (Москва) – «Синара» (Екатеринбург). (0+)	14.40 «Финес и Ферб». (6+)	13.05 «Трансформеры. Киберселенная». (6+)	
22.45 Последняя паралимпиада. (12+)	16.10 «Семейка Крудс. Начало». (12+)	13.25 «Аркадий Павловоз спешит на помощь!». (0+)	
23.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. ЦСКА – «Химки». (0+)	16.35 «Гравити Фолз». (12+)	13.30 «Приключения Ам Нама». (0+)	
	17.35 «Рапунцель». (6+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)	
	18.00 «Путешествие в Новый Свет». (0+)	14.35 «Как устроен город». (0+)	
	19.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)	14.40 «Фиксики». (0+)	
	20.00 «Стражи Галактики». (0+)	15.40 «Танцы». (0+)	
	21.00 «Задачники». (0+)	16.10 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)	
	21.30 «Задачники». (0+)	16.30 «Фееринки». (6+)	
	22.30 ТОР 30 – Русский крутяк недели. (16+)	17.10 «Оранжевая коровка». (0+)	
	01.00 Каракинг. (16+)	17.35 «Пластилиники». (0+)	
	01.00 Каракинг. (16+)	17.40 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	18.10 «Рев и заводная команда». (0+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	18.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	20.00 «44 котёнка». (0+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	22.50 «Барбоскины». (0+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	22.50 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	23.35 «Луна Тион зоу». (6+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	01.00 «Ералаш». (6+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	02.05 «Три!». (0+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	02.20 «Маленько королевство Бена и Холли». (0+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	03.25 «Полли Покет». (0+)	
	16.15, 18.15, 21.40 Проще простого! (6+)	04.30 «Котики, вперёд!». (0+)	

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 приготавливаемой 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 придётся перемыть после готовки.

Загрязнения долой!

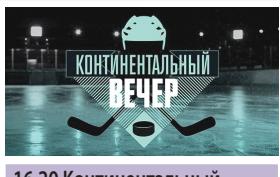
- Если ко дну пригорела пища, удалите все остатки, которые вычищаются без усилия, а остальной нагар залейте горячей водой с добавлением 1-2 ложек соды. Оставьте посуду отмокать в течение 2-3 часов. Затем прокипятите состав пару минут, слейте. Помойте с использованием средства для мытья посуды и мягкой 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

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00, 00.35 День Патриарха. (0+)	09.50, 22.15 Редакция. (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+)

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	Россия К	РОССИЯ К Культура	СТС	СТС
	22.30 Премьера сезона. «Док-ток» (16+)		18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)		06.30 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)		18.15 «ПЁС». (16+)		21.30 «Обаяние таланта. Юлия Борисова»	
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+)	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 Долматская просит соседей по гаражному кооперативу открыть принадлежащий супругам бокс, запертый изнутри. Они обнаруживают там труп хозяина в обнимку с неизвестной девушкой	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 Вечер с Владимиром Соловьевым. (12+) 02.00 «ШАМАНКА». (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 ДЬЯВОЛЫ: 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 ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+)	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 Версала» 08.25 Легенды мирового кино 08.55 «Красивая планета» 09.10 22.25 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ» 10.15 Наблюдатель 11.10 01.30 ХХ 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	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+) Уйти 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+)					
ТВЦ	ТВЦ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	РЕН	РЕН	ТВ-3	ТВ-3	ДОМАШНИЙ
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+)	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 Наталией Метлиной. (12+) 23.40 «ЛАРЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+) 01.25 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (12+) 03.35 «СЛЕДЫ НА СНЕГУ». (6+) 04.55 «Крым Благословенный». (6+)	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 «Отражение» 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+)	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 «Невероятные 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+)	06.00 «Мультифильмы». (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 МАТЕРИАЛЬЧИК». (16+) Грэм и Клэйв, 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, Розвельт... 19.00 «ОПЕКУН». (16+) 23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО». (16+)	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? 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	ТНТ-СПБ	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
											
22.00 «ШТОРМ». (16+)	19.00 «Дорога». (16+)	16.20 Континентальный вечер	10.05 «Уходящая натура». (16+)	20.02 «Семен Дежнёв». (12+)	19.30 КХЛ. Плей-офф. (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».	07.00 08.00 «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+)	07.00 08.55 11.20 14.50 21.55 Новости 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+)	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+) 11.25 «Евро 2020. Страны и лица». (12+) 12.50 Футбол. Тинькофф Российской Премьер-лига. (0+) 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 «Техногрушки». (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 «ВРЕМЕНЩИК». (16+) 03.35 «ВОЕННЫЙ ГОСПИТАЛЬ». (16+)	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 «БЕССМЕРТИК». (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 ДЕЖНЁВ». (12+) 22.40 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ КАМИЛЛЫ». (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+)						



16+ Реклама

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>



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.

ОБРЕТЬ: Jnctok cypba Bnhy, Bxct Y kota, Btcrn kycta cypba Bnhy, Kct3a mura- mekow muaue Y Amw, Btcrn, Btcrn ha ro6ke, pe- onu Amw, Btcrn kycta cypba Bnhy, Kct3a mura- mekow muaue Y Amw, Btcrn, Btcrn ha ro6ke, pe-

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000

TV1000

06.10 «ХОЛОДНАЯ ГОРА». (16+) 09.15 «СУПЕР БРИС». (16+) 11.00 «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+) 13.00 «ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРЙ». (12+) 15.25 «ХОЛОДНАЯ ГОРА». (16+) 18.15 «ДЕНЬ СУРКА». (12+) США, 1993 г. 20.10 «Монстры на каникулах». Мультфильм. (6+) 21.50 «ГОДЗИЛЛА». (12+) США, 1998 г. В ролях: Мэттью Бродерик, Жан Рено, Мария Питтилло, Хэнк Азария, Кевин Данн 00.20 «АНАКОНДА». (16+) 01.55 «ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (18+) 04.05 «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)

РУССКОЕ КИНО

TV1000 РУССКОЕ КИНО

07.10 «ЛЕГЕНДА № 17». (12+) 09.50 «ЭЛАСТИКО». (16+) 11.30 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+) 13.25 «ГОРЬКО!». (16+) 15.15 «ГОРЬКО!-2». (16+) 17.00 «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+) 19.00, 19.55 «МЕТОД ЛАВРОВО!». (16+) 20.50 «ЗАЩИТНИКИ». (12+) Россия, 2017 г. В ролях: Антон Пампушный, Санжар Мади, Себастьян Сисак, Алина Ланина, Станислав Ширин 22.30 «ДУХLESS-2». (16+) 00.25 «РУССКИЙ БЕС». (18+) 02.15 «ГОРЬКО!» (16+) 03.50 «ГОРЬКО!-2». (16+) 05.30 «Карлик Нос». Мультфильм. (12+)

ДОМ КИНО

ДОМ КИНО

05.35 «ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА». (6+) 07.20 «СВАТЫ». (16+) 11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) 13.10 «ВЕСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (12+) 14.50 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+) 17.35 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+) 20.10 «ДЕВЧАТА». (6+) СССР, 1961 г. В ролях: Надежда Румянцева, Николай Рыбников, Люсияна Овчинникова, Инна Макарова 22.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) 00.30 «ПЛОБОВЫЕ И ГОЛУБЫ». (12+) 02.30 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (12+) 03.55 «ВЕСНА». (6+)

SONY CHANNEL

SONY CHANNEL

06.00 Голливуд за кадром. (16+) 06.25, 07.10, 10.00, 13.25, 15.20, 16.05 Проект Подиум. (16+) 08.00, 14.15, 18.55 Правила моей кухни. (16+) 09.05, 16.50 Холостяк. (16+) 10.50 «СЧАСТИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+) 12.35, 13.00, 21.30, 21.55, 03.30, 03.55 «ГОРД ХИЩНИЦ». (16+) 18.10 Проект Подиум. Все звезды. (16+) 20.00, 20.45, 00.10, 00.55 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+) 22.20, 02.40 «АМНЕЗИЯ». (16+) 23.10, 01.40 «ВЕРСАЛЬ». (18+) 04.20 «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.55 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+) 02.40 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+) 04.25 «СТРОГО НА ЗАПАД». (16+) 05.45 «МИСС МЕДОУЗ». (16+) 07.15 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+) 08.55 «ГЕРЦОГИНА». (16+) 10.40 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+) 12.15 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+) 13.50 «ДОБЕЙСЯ УСПЕХА». (12+) 15.25 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+) 16.55 «ЗАЩИТНЕГ». (16+) 18.40 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+) 20.30 «ПРИРОДЁННЫЙ ГОНЩИК». (16+) 22.05 «ЧЕТВЕРЬ ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+) 23.35 «ДЖИМИ ХЕНДРИКС». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

РОДНОЕ КИНО

00.45 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (12+) 02.25 «МОРЕ». (16+) 03.45 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+) 05.40 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+) 09.05 «ЗАКРОЙ ГЛАЗА». (12+) 11.05 «ФРАОМАФИЯ». (12+) 12.50 «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». (16+) 14.55 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+) 17.05 «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+) Комедия, Россия, 2007 г. 19.05 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛЮК». (16+) 20.50 «ЧЕРЕЗ МОСКВУ». (16+) 21.00 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+) 22.55 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+)

СУПЕР

СУПЕР

06.00 «ОСТРОВ». (16+) 07.55 Прогнозик погодки. (0+) 08.00 «ОСТРОВ». (16+) 09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) 11.00 «ФИТЕС». (16+) Сериал. Россия, 2020 г. 13.00 «ГРАНД». (16+) 16.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) 18.00 «ДЕФОЧОНКИ». (16+) 19.25 Прогнозик погодки. (0+) 19.30 «ДЕФОЧОНКИ». (16+) 20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) 22.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ». (12+) 00.00 «ОСТРОВ». (16+)

ФЕНИКС+КИНО

CTC LOVE

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+) 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) 12.00, 13.00, 20.00, 21.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+) 14.00, 22.00, 06.00 «УЛЬБКА ПЕРЕМЕШНИКА». (16+) 15.00, 23.00, 07.00 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+) Сериял. Мелодрама, Россия, 2017 г. 04.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА». (16+) 05.00 «ЖУКОВ». (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба

УСАДЬБА

08.45, 12.55, 16.55, 21.00 История одной культуры. (12+) 09.15 Домашняя экспертиза. (12+) 09.45, 12.35, 18.00 Огород круглый год. (12+) 10.00 Деревянная Россия. (12+) 10.30 Дачные радости. (12+) 11.00 Обнови свой сад. (12+) 11.30, 15.35, 21.55 Постное меню. (12+) 11.45 Домоводство. (12+) 12.05 Моя крепость. (12+) 13.20 Дачная энциклопедия. (12+) 14.00 Приглашайте в гости. (12+) 14.15 Баня - женского рода. (12+) 14.30 Мастер-садовод. (12+) 15.05 Новые Робинзоны. (12+) 15.50 Страйпплощадка. (12+) 16.25 Дом с нуля. (12+) 17.25 Тихая моя родина. (12+) 18.20 Готовим на природе. (12+) 18.35 Паштет. (12+) 18.50 Флористика. (12+) 19.05 Ландшафтные эксперименты. (12+) 19.35 Частный сектор. (12+) 20.10 Дизайн своими руками. (12+) 20.40 Искусство в интерьере. (12+) 21.25 ЗаСАДа. (12+) 22.15 Детская мастерская. (12+) 22.35 Не просто сун! (12+) 22.50 Высший сорт. (12+) 23.05 Сравнительный анализ. (12+) 23.35 Букет на обед. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

ЖИВИ!

06.00 Рыбалка без границ. (12+) 06.30, 10.30, 14.25 На охотничьей трофе. (16+) 07.00, 11.00, 14.55, 23.00 Рыбалка с Нормандом Грабовским. (12+) 07.30, 11.35, 15.30, 19.30, 23.30 Фото-охота с Евгением Попонским. (16+) 08.00, 12.05, 16.00, 20.00, 00.00 Охота с луком. (16+) 08.30 Андрей Старков и его команда. (16+) 09.00 Сам себе охотник. (16+) 09.30 Мир рыболова. (12+) 10.00 Ледовые трофеи рыбакли. (16+) 12.35 Поймай и сними. (16+) 13.05 Клевая Канада. (12+) 13.55 Донки против фидера. (16+) 16.30 Охота в Белоруссии. (16+) 17.00 Вкусные рецепты охотника. (12+) 17.35 Камера, мотор... рыба! (16+) 18.05 Прибалтийский лосось. (16+) 18.30 Горная охота в Болгарии. (16+) 19.00 Рыболовная школа для взрослых. (12+) 20.30 Охота по-фински. (12+) 21.00 Россия заповедная. (16+) 21.30 Сезон охоты. (16+) 22.00 Рыболовная Россия. (16+) 23.30 Профессиональная рыболовная лига-2019. (12+) 22.45 Нож-помощник. (16+) 00.35 Секреты «трудных» водоемов. (12+)

animal planet

00.00, 13.30 Наперекор мифам с доктором Холли. (12+)

00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+) 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. 01.30, 11.00, 19.30 Табата-Хард. (12+) 02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+) 02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+) 03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+) 03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+) 04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+) 04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагинским. (12+) 04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+) 04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+) 05.00, 07.00, 09.00 YodaУтро. (6+) 05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепловой. (12+) 12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+) 14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+) 15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+) 16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+) 16.30 Йогалатес. (12+) 00.35 На свободу с питбулем. (12+)

18.00 Yogabecher. (6+)

05.45 На ножах. (16+) 06.45 Школа доктора Комаровского. (12+) 07.30 Утро Пятницы. (16+) 11.00 На ножах. (16+) 13.00 Адская кухня. (16+) 15.00 Мир наизнанку. (16+) 19.00 Мир наизнанку. Китай. (16+) 21.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 15.05, 16.15 Дела судебные. Новые истории. (16+) 17.15, 19.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+) 19.55 Телегра «Игра в кино». (12+) 21.10 Всемирные игры разума. (12+) 21.50, 00.00 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) 20.55 Мир наизнанку. Бразилия. (16+) 02.00 Охотники за привидениями. (16+) 02.30 Города Беларуси. (16+) 03.25 Концерт. (16+) 04.50 Ели у Емели. (16+) 05.20 Здоровье. (16+)

03.50 На ножах. (16+)

04.10 Обмен жёнами. (16+)

05.10 Мастершаф. (16+)

15.20 Моя свекровь - монстр. (16+)

17.30 Обмен домами. (16+)

20.55 Мастершаф. (16+)

02.00 Дикие. (16+)

22.00 Дикари. (16+)

23.00 «ДОКТОР ХАУС». (16+)

01.40 Пятница News. (16+)

02.10 Битва салонов. (16+)

03.50 На ножах. (16+)

04.10 Обмен жёнами. (16+)

05.30 Мультфильм. (6+)

06.00, 07.10, 22.10, 23.25

«КОМЕДИЯ ОШИБОК». (12+)

08.20 Мультифильм. (12+)

08.35 «Храбрый заяц». (6+)

Мультифильм. (6+)

08.55 «Мышонок Пик». (6+)

Мультифильм. (6+)

09.20, 00.40 «ДЕВИЧИЙ ИСТОЧНИК». (16+)

11.05, 03.55 «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (12+)

12.55 «Легенды перуанских индейцев». Мультифильм. (6+)

13.15 «Золотой мальчик». (6+)

Мультифильм. (6+)

13.55, 02.10 «Сыны России: Русский подарок Америке. Владимир Зорыкин. (12+)

14.30, 02.40 «ИНСПЕКТОР ГАЙ». (16+)

16.00 «РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССА МЕГР». (16+)

17.30 Русская классика. (12+)

18.00 «Сыны России: Русский Гораций. (12+)

18.30 Шостакович крупным планом. (12+)

19.40 «ПОСЕТИТЕЛЬ МУЗЕЯ». (12+)

21.00 «Мультфильм. (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

35

365 ДНЕЙ ТВ

VIASAT HISTORY

NATIONAL GEOGRAPHIC

00.00 Час истины. (12+)

06.05, 06.50

Музейные тайны. (12+) 07.30 Юлий Цезарь без прикрас. (12+)

08.35, 09.30 Невидимые города Италии. (12+)

01.15

Тайное становится явным. (12+)

01.30 Рождённые в СССР... (6+)

СПОРТ

МАТЧИ СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00 Гандбол. Кубок России. Мужчины. «Финал 4-х». (0+)		
07.35, 10.30, 13.05, 15.30 Новости		
07.40 Неделя в КХЛ. (12+)		
08.35 Лыжный спорт. Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. (0+)		
10.10 Страна. Live. (12+)		
10.35, 13.10 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)		
15.00, 20.55 Волейбол. Чемпионат России. Обзор. (12+)		
15.35 Мини-футбол. Пари-матч – Чемпионат России. (0+)		
17.25 Кёрлинг. Чемпионат мира. Женщины. (0+)		
20.10 1+1. (12+)		
21.25 Баскетбол. Кубок Европы. 1/4 финала. «Партизан» (Сербия) – УНИКС (Россия). 1-я матч. Прямая трансляция		
23.25 Неспортивное падение. (12+)		
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	
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+)	12.00, 15.30, 20.00, 23.30 «Смешарики. Пин-код». (6+)
12.25 Прогноз по году. (16+)	13.01, 16.31, 18.30, 21.55 Готовим с папой. (6+)
14.00 ТОР чарт Европы плюс. (16+)	13.20, 16.50, 18.49, 22.14 Открытки. (6+)
	13.35, 17.05, 20.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
	13.51, 17.21, 20.46 «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)
	14.07, 17.35, 21.00 «Октонасты». (0+)

МУЛЬ

МУЛЬ
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
08.15 «Робокар Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)
08.20 «Хайдордаблз». (0+)
08.25, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
09.00 «Фееринки». (0+)
09.25, 15.30 «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+)
11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.35, 20.35 «Маша и Медведь». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)
17.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
18.00 «Роботы-поезда». (0+)
18.30 «Малышарики». (0+)
18.50 «Кошечки-собачки». (0+)
19.00 «Четверо в кубе». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.25 «Лео и Тиг». (0+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)

МУЛЬ

МУЛЬ
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
08.15 «Робокар Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)
08.20 «Хайдордаблз». (0+)
08.25, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
09.00 «Фееринки». (0+)
09.25, 15.30 «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+)
11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.35, 20.35 «Маша и Медведь». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)
17.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
18.00 «Роботы-поезда». (0+)
18.30 «Малышарики». (0+)
18.50 «Кошечки-собачки». (0+)
19.00 «Четверо в кубе». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.25 «Лео и Тиг». (0+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАНАЛ DISNEY
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 «Рапунцель: Новая история». (6+)
08.10 «Лёг Пэт». (6+)
08.25 «Хранитель Лев». (0+)
08.55 «Герои в масках». (0+)
09.25 «ПУПС». (0+)
10.00 «Дружные мопсы». (0+)
10.30 «Блю». (0+)
11.00 «София Прекрасная». (0+)
11.25 «Елена – принцесса Авала». (0+)
14.30 «Подружки-супергерои». (6+)
14.40 «Финес и Феро». (6+)
16.10 «Семейка Крудс. Начало». (12+)
16.35 «Гравити Фолз». (12+)
17.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
19.30 «Спящая красавица». (0+)
23.00 «Стражи Галактики». (12+)

КАРУСЕЛЬ

КАРУСЕЛЬ
05.00 «Ранние птички». «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 «Маджик». (0+)
08.05 «Бинг». (0+)
08.40 «Царевны». (0+)
09.20 «Magic English». (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 «Горимити». (6+)
12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)
13.05 «Трансформеры. Киберслепленая». (6+)
13.25 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
13.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Смуфики». (0+)
14.35 «Как устроен город?». (0+)
14.40 «Фиксики». (0+)
14.50 «Танцыры». (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 «Фьюжн Макс». (6+)
22.50 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)
23.35 «Луна Тоня шоу». (6+)
01.00 «Ералаш». (6+)
02.05 «ТриО!» (0+)
02.20 «Маленько королевство Бена и Холли». (0+)
03.05 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
03.25 «Полли Покет». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00, 00.45 День Патриарха. (0+)
05.15 Новый Завет вслух. (0+)
05.30 Даниил Московский. Цикл: Русские праведники. (12+)
06.00, 23.50 Встреча (субтитры). (12+)
07.00, 17.30, 21.30, 02.30 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
07.45, 19.00, 01.30 Завет. (6+)
08.45, 04.30 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
09.20, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
09.50, 22.15 Re:акция. (12+)
10.25 «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 2 серия. (0+)
04.45 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

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

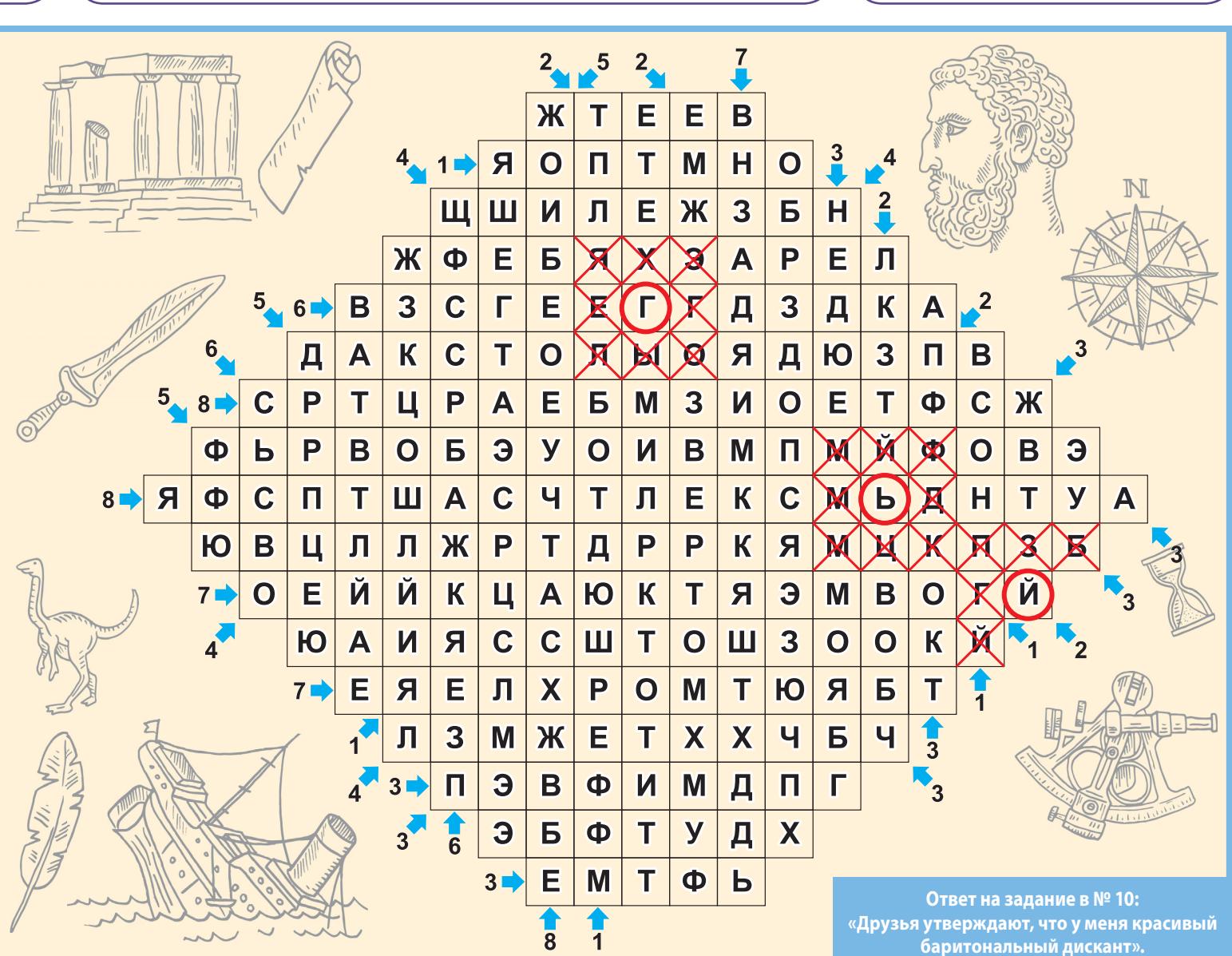


Прп. Герасима, иже на Иордане. Прп. Герасима Вологодского. Мчч. Павла, сестры его Иулиании и с ними Кодрата, Акакия и Стратоника. Прп. Иакова постника. Перенесение мощей блгв. кн. Вячеслава Чешского. Блгв. кн. Василия (Василько) Ростовского. Прп. Иоасафа Снетогорского. Свт. Григория, еп. Констанции Кипрской. 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 соединяются 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 искомых букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядах; 4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркнуть буквы на этих же местах в двух соседних рядах; 5) когда уже не помогает умение считать, просто пытайтесь понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.



От

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ Культура	СТС	СТС	
	23.30 Вечерний Ургант. (16+)	14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)		19.20 «СЛЕД».		18.15 «ПЁС».		21.40 «Алексей Леонов. Прыжок в космос»		20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА». (16+)		
05.00 Телеканал «Доброе утро»	05.00 Утро России	05.00 «Известия»	05.10 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ».	06.30 07.00 07.30 10.00 15.00	06.00 Ералаш. (0+)	06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	06.35 «Охотники на троллей». (6+)	07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН».	07.00 Ералаш. (0+)	06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	06.35 «Охотники на троллей». (6+)	
09.00 03.00 Новости	09.00 Вести	05.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ».	(16+)	15.10 19.30 23.40 Новости культуры	06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	06.35 «Охотники на троллей». (6+)	07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН».	07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН».	07.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН».	06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	06.35 «Охотники на троллей». (6+)	
09.25 Телеканал «Доброе утро»	09.25 Утро России	09.00 «Известия»	06.00 Утро. Самое лучшее.	06.35 Пешком...	06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	06.35 «Охотники на троллей». (6+)	07.05 20.05 Правила жизни	07.35 13.35 «Леонардо да Винчи»	07.35 13.35 «Леонардо да Винчи»	06.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	06.35 «Охотники на троллей». (6+)	
09.55 Модный приговор. (6+)	11.00 14.00 20.00 Вести	09.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ».	(16+)	08.00 10.00 13.00 16.00 19.00	08.25 Легенды мирового кино	09.00 «Уральские пельмени».	09.00 «Уральские пельмени».	09.00 «Уральские пельмени».	09.00 «Уральские пельмени».	09.00 «Уральские пельмени».	09.00 «Уральские пельмени».	
10.55 Жить здорово! (16+)	11.25 Вести. Местное время	13.00 «Известия»	08.20 «МОСКВА: ТРИ ВОКЗАЛА».	09.10 22.25 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»	08.55 «Красивая планета»	09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2».	09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2».	09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2».	09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2».	09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2».	09.40 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-2».	
12.00 15.00 Новости (с субтитрами)	11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)	13.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ».	(16+)	10.00 13.00 16.00 19.00	09.10 22.25 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»	12.00 «КУХНЯ».	12.00 «КУХНЯ».	12.00 «КУХНЯ».	12.00 «КУХНЯ».	12.00 «КУХНЯ».	12.00 «КУХНЯ».	
12.15 Время покажет. (16+)	12.50 «60 минут».	17.30 03.15 «Известия»	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	10.15 Наблюдатель	10.15 «От 0 до 80»	19.00 «КОРНИ».	19.00 «КОРНИ».	19.00 «КОРНИ».	19.00 «КОРНИ».	19.00 «КОРНИ».	19.00 «КОРНИ».	
15.15 Давай поженимся! (16+)	14.25 Вести. Местное время	17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2».	(16+)	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	15.25 Библейский сюжет	20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА».	20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА».	20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА».	20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА».	20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА».	20.00 «ЛЮДИ ИКС. НАЧАЛО. РОСОМАХА».	
16.00 Мужское / Женское. (16+)	14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».	18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА».	(16+)	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	15.55 Сати. Нескучная классика...	22.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3».	22.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3».	22.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3».	22.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3».	22.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3».	22.05 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ-3».	
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)	Недалеко от психоневрологического диспансера обнаружен труп одной из его сотрудниц Галины Шмелёвой. Рядом с телом оказывается крайне подозрительный субъект по фамилии Пудов, который непрестанно бормочет что-то про кровь и убийство...	19.20 «СЛЕД».	(16+)	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	16.40 Запечатленное время	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».	00.35 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ».	00.35 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ».	00.35 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ».	00.35 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ».	00.35 «СМЕРТЕЛЬНОЕ ОРУЖИЕ».
18.30 На самом деле. (16+)		22.15 «СЛЕД: ПАПА СИЗО».	(16+)	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	17.10 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета	04.30 «Даффи Дак. Фантастический остров».	04.30 «Даффи Дак. Фантастический остров».	04.30 «Даффи Дак. Фантастический остров».	04.30 «Даффи Дак. Фантастический остров».	04.30 «Даффи Дак. Фантастический остров».	04.30 «Даффи Дак. Фантастический остров».	
19.40 Пусть говорят. (16+)		23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2».	(16+)	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	19.45 Главная роль	05.45 Ералаш. (0+)						
21.00 Время		00.00 «Известия. Итоговый выпуск»		10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	20.30 Спокойной ночи, малыши!							
21.30 «МАГОМАЕВ».	(16+)	00.30 «СЛЕД».	(16+)	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	20.45 «Нотр-Дам-де-Пари»							
22.30 Премьера сезона. «Док-ток».	(16+)	01.15 «ДЕТЕКТИВЫ».	(16+)	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	21.40 «Алексей Леонов»							
23.30 Вечерний Ургант. (16+)		03.25 «СТРАСТЬ-2».	(16+)	10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».	00.00 «Тонино Гуэрра»							
00.10 «Лора Гуэрра. Среди великих итальянцев».	(12+)			10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».								
01.15 03.05 «Горячий лед». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Прямой эфир из Канады				10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ».								
ТВЦ	ТВЦ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	РЕН	РЕН	ТВ-3	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	ДОМАШНИЙ	
06.00 «Настроение»	06.00 «Сегодня утром».	(12+)	05.10 09.55 18.50 05.10 «Среда обитания».	(12+)	05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко.	(16+)	06.00 «Мультифильмы».	(0+)	06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги».	(16+)	06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги».	(16+)
08.10 «Доктор И...».	08.00 Новости дня	(6+)	05.20 09.15 «Календарь».	(12+)	06.00 «Документальный проект».	(16+)	08.30 Рисуем сказки.	(0+)	07.15 «По делам несовершеннолетних».	(16+)	07.15 «По делам несовершеннолетних».	(16+)
08.40 «ДЕЛО «ПЁСТРЫХ».	08.25 «Не факт!»	(6+)	06.00 «Вспомнить всё».	(12+)	07.00 «С бодрым утром!»	(16+)	08.45 «Мультифильмы».	(0+)	08.15 «Давай разведёмся!»	(16+)	08.15 «Давай разведёмся!»	(16+)
10.45 «Жанна Болотова. Девушка с характером».	10.00 Военные новости	(12+)	06.25 «За строчкой архивной...»	(12+)	08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости».	(16+)	09.20 «Слепая».	(16+)	09.20 «Тест на отцовство».	(16+)	09.20 «Тест на отцовство».	(16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События	10.05 «БРАТ ЗА БРАТА».	(16+)	06.50 «Крот и карнавал».	(0+)	09.00 15.00 «Засекреченные списки».	(16+)	11.00 Гадалка.	(16+)	11.25 «Реальная мистика».	(16+)	11.25 «Реальная мистика».	(16+)
11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО».	13.00 Новости дня	(12+)	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	(12+)	10.00 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости».	(16+)	12.00 Не ври мне.	(12+)	12.30 «Понять. Простить».	(16+)	12.30 «Понять. Простить».	(16+)
13.40 04.55 «Мой герой».	13.15 «БРАТ ЗА БРАТА».	(12+)	07.05 22.05 «Прав! Да?»	(12+)	11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым».	(16+)	13.00 Гадалка.	(16+)	14.25 «Порча».	(16+)	14.25 «Порча».	(16+)
14.50 Город новостей	14.00 Военные новости		08.00 17.05 «Прототипы».	(12+)	12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112».	(16+)	14.00 «Очевидцы».	(16+)	19.00 «ЖИВАЯ ВОДА».	(16+)	19.00 «ЖИВАЯ ВОДА».	(16+)
15.05 03.25 «ОТЕЦ БРАУН».	14.05 «БРАТ ЗА БРАТА».	(16+)	10.05 11.05 «МЕТОД ФРЕЙДА».	(16+)	13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным».	(16+)	15.00 «Мистические истории».	(16+)	23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО».	(16+)	23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО».	(16+)
16.55 «Естественный отбор».	18.50 «Подводный флот Великой Отечественной войны».	(12+)	12.05 13.20 19.00 20.30 «Отражение»		14.00 «Невероятно интересные истории».	(16+)	16.00 Гадалка.	(16+)	01.55 «Порча».	(16+)	01.55 «Порча».	(16+)
18.15 «ВСКРЫТИЕ ПОКАЖЕТ».	19.40 «Последний день».	(16+)	15.15 02.00 «ТРОЕ ПРОТИВ ВСЕХ».	(12+)	15.00 «Медосмотр».	(12+)	17.00 «Слепая».	(16+)	02.25 «Понять. Простить».	(16+)	02.25 «Понять. Простить».	(16+)
22.35 02.20 Линия защиты.	20.25 «Секретные материалы».	(16+)	16.50 «Культурный обмен».	(12+)	18.00 «Самые шокирующие гипотезы».	(16+)	18.00 «Самые шокирующие гипотезы».	(16+)	03.50 «Реальная мистика».	(16+)	03.50 «Реальная мистика».	(16+)
23.05 «Прощание. Михаил Кононов».	21.15 «Открытый эфир».	(16+)	20.05 «Метод Фрейда».	(16+)	20.00 «ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА».	(16+)	20.00 «ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА».	(16+)	04.45 «Тест на отцовство».	(16+)	04.45 «Тест на отцовство».	(16+)
00.00 События. 25-й час	23.05 «Междуд тем» с Наталией Метлиной.	(12+)	01.15 «Моя история».	(12+)	22.00 «Смотреть всем!»	(16+)	02.40 «Самые шокирующие гипотезы».	(16+)	05.20 «6 кадров».	(16+)	05.20 «6 кадров».	(16+)
00.35 Петровка, 38.	01.20 «И СНОВА АНИСКИН».	(12+)	01									

ТНТ	ТНТ-СПБ	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
15.00 «УНИВЕР». (16+)	13.30 «Улетное видео». (16+)			16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток»			15.55 «ВЕЧНОЕ СВИДАНИЕ». (12+)	20.02 «НИКТО НЕ ЗАМЕНЯЕТ ТЕБЯ». (0+)		15.00 «Середина дня». (12+)	
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 вспоминает 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+)	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+)			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	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». (6+) 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 Улица 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 МЮНХГАУЗЕН». (12+) 01.40 «ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗДОХА». (16+)	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 звёзд». (12+) 12.15 21.15 02.45 «Освобождение Крыма». (12+) 14.02 15.02 05.10 «БЕССМЕРТИК». (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 ЗАМЕНЯЕТ ТЕБЯ». (0+) 22.40 «СТАНЦИОННЫЙ СМОТРИТЕЛЬ». (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 «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+) 19.10 «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

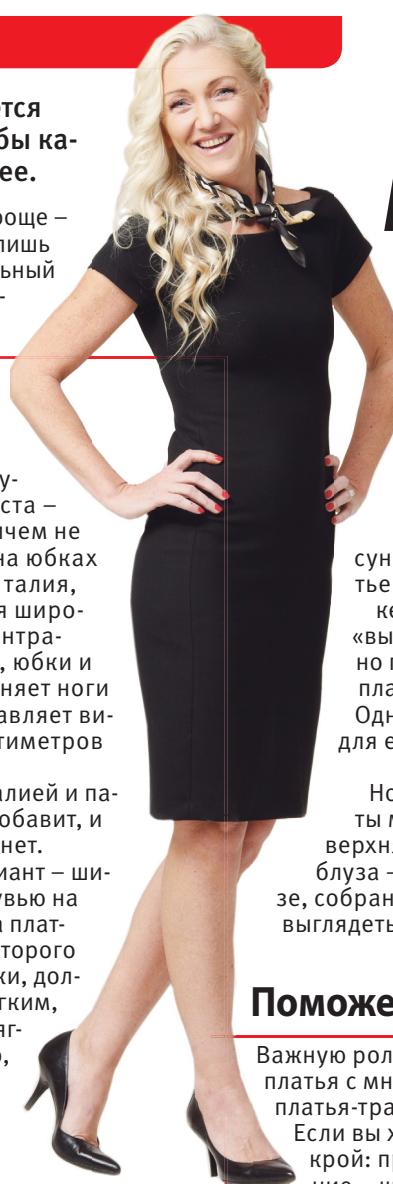
Часто женщинам хочется, если не быть, то хотя бы казаться выше и стройнее.

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 немножко 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, блузка – 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 строят. 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 повыше. Зрительно увеличит 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 удлиняет ноги, а значит, и увеличивает рост.

Большая сумка утяжеляет образ и уменьшает рост, поэтому от нее лучше отказаться. Выбирайте сумку с учетом вашей комплекции: хрупким дюймовочкам подойдут маленькие с мелкими изящными деталями, дамам корпulentным – сумочки среднего размера с соответствующими украшениями.

Светлана ИВАНОВА

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «Приключения Тинтина: Тайна Единорога». Мультфильм. (12+)	07.10 «Код Апокалипсиса». (16+)	05.40 «ОПЕКУН». (12+)	06.00 Четыре свадьбы. (16+)	06.50, 07.35, 15.10, 15.55	06.00 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМЫСЕЛ». (16+)
08.25 «ПРЕДУЧИСТИЕ». (16+)	09.15 «ЗАЩИТИНИКИ». (12+)	07.20 «СВАТЫ». (16+)	11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	Проект Подиум. (16+)	06.50 Школа доктора Комаровского. (12+)
10.25 «ГОДЗИЛЛА». (12+)	10.50 «ДУХЛЕС-2». (16+)	12.50 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)	13.20 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+)	08.20, 14.05, 18.55	07.30 Утро Пятницы. (16+)
12.55 «АНАКОНДА». (16+)	15.10 «ПРИЗРАК». (6+)	17.10 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)	15.55 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (6+)	Правила моей кухни. (16+)	08.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
14.30 «Монстры на каникулах». Мультфильм. (6+)	19.00, 20.00 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)	20.55 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	17.35 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)	09.25, 16.40 Холостяк. (16+)	11.00 На ножах. (16+)
16.10 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (12+)	20.55 «СОБАЧЬЯ РАБОТА». (12+)	Россия, 2009 г. В ролях: Богдан Ступка, Игорь Петренко, Владимир Вдовиченков, Магдалена Мельцак, Ада Роговцева	19.15 «ЭКИПАЖ». (12+)	10.40 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)	13.00 Адская кухня. (16+)
18.05 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)	20.55 «ДРУГИЕ». (16+)	СССР, 1979 г. В ролях: Георгий Жёжёнов, Анатолий Вasilев, Леонид Филатов	17.20 «ГРАФОМАФИЯ». (12+)	США, 2008 г. «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)	15.00, 19.00, 20.00
20.10 «К-9: СОБАЧЬЯ РАБОТА». (12+)	20.55 «К-9: СОБАЧЬЯ РАБОТА». (12+)	23.20 «СОБИБОР». (12+)	20.00, 20.45, 00.05, 00.50	На ножах. (16+)	На ножах. (16+)
США, 1989 г.	Россия, 2018 г.	Россия, 2018 г.	«ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	Кулинарный бог и титулованный ресторатор России, легендарный шеф и гуру ресторанных 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 плача и делает фарш из всех, кто отказывается понимать с первого раза. Но результат того стоит!	Легендарное кулинарное реалити в проекте 20 поваров-любителей соревнуются в гастрономическом поединке за крупный денежный приз и обучение в престижной кулинарной академии.
23.55 «СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ». (16+)	02.05 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (6+)	01.35 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+)	02.05 «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЁТ». (12+)	14.10 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	15.20 Моя свекровь - монстр. (16+)
04.00 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ-2». (6+)	03.15 «ПЕГЕНДА № 17». (12+)	03.15 «ПЕГЕНДА № 17». (12+)	04.10 «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ-2: ТОЛЬКО ВПЕРЕД!». (16+)	15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)	17.30 Беременна в 16. (16+)
05.30 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	05.30 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	04.15 «ГОРОД ПРИНЯЛ». (12+)	04.15 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+)	16.15 Приговор? (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?

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
01.25 «ПАЗМАНСКИЙ ДЬЯВОЛ». (18+)	00.10 «МОРПЕ». (16+)	00.25 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)	00.35 «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
03.15 «МИСС МЕДОУЗ». (16+)	01.35 «КИ НЕ Я». (16+)	02.45 «БЕЛОЕ ВИНО ИЗ БАБУДОЙ». (16+)	03.10 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, МЫ ВАША КРЫША!». (12+)
04.40 «ДОБЕМСЯ УСПЕХА». (12+)	05.10 «ЗАКРОЙ ГЛАЗА». (12+)	04.40 «МОЙ ЕДИНСТВЕННЫЙ». (16+)	05.05, 06.20 «ЛЕТУЧАЯ МЫШЬ». (6+)
06.15 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)	06.50 «МАНКЕТЫ». (12+)	06.40 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)	07.45 «ДАУН ХАУС». (16+)
07.40 «ЗАЩИТИГЕ». (16+)	07.20 «ГРАФОМАФИЯ». (12+)	08.35 «ТЕОРИЯ ХАОСА». (12+)	09.20 «ЗАКЛЯТИЕ ДОЛИНЫ ЗМЕЙ». (16+)
09.20 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)	09.05 «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». (16+)	10.15 «ДЖИНГИ ЗОУТВ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+)	11.20 «ДЕЖА ВЮ». (12+)
11.10 «ПРИРОДДЕННЫЙ ГОНЩИК». (16+)	11.05 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)	12.15 «ВАМПИРСКИЙ ЗАСОС». (16+)	13.25 «ГУБЕРНАТОР. ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3». (16+)
12.45 «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+)	13.20 «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+)	13.50 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА». (6+)	15.20 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОЧНОГО МУЖЧИНЫ». (16+)
14.15 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)	15.20 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)	15.50 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)	17.10 «СНЕГУРОЧКА». (12+)
15.50 «ГЕРЦОГИНА». (16+)	17.10 «НОВЕНЬКИЙ». (12+)	17.30 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)	19.00 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+)
17.30 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)	17.45 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+)	19.30 «ЧЁРНЫЙ РЫЦАРЬ». (12+)	21.20, 22.20, 00.40 «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (6+)
19.05 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+)	19.30 «ВКЛЮЧИ МОТОР И СДАЙ НАЗДА». (16+)	21.20 «СПРОСИТЕ СИНДИ». (16+)	Драма, детектив, приключения, СССР, 1975 г.
20.30 «БЛИЗНЕЦЫ». (16+)	19.40 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+)	23.05 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-3». (16+)	23.00 «СИВИЛИЗАЦИИ: Бог и искусство». (12+)
22.15 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКОРОВИЩ». (12+)	21.00 «ГЕРОЙ». (16+)	04.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	13.05 Историограф. (12+)
23.50 «ПСИХОАНАЛИТИК». (18+)	22.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	13.55 Диверсанты: Ликвидатор. (12+)

СУПЕР	СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	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 «ФОРТИТЬЮД». (18+)	10.55, 18.55, 02.55 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (12+)	00.00 Час истины. (12+)
07.55 Прогноз погодки. (0+)	09.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	15.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)	15.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)	12.40, 20.40, 04.40 «СПАРРИНГ». (16+)	01.00, 01.10 Время Победы. (12+)
08.00 «ОСТРОВ». (16+)	12.00, 13.00, 20.00, 21.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)	18.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)	23.00 Сердца за любовь. (16+)	14.20, 22.15, 06.15 «ГЕОГРАФ ГЛЮБУС ПРОПИЛ». (16+)	01.15 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)	14.00, 22.00, 06.00 «УЛЬБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)	20.35 Лавлавсаг. (16+)	02.15 Дёшёв молодёжь! (16+)	14.15, 22.15, 06.15 «ГЕОГРАФ ГЛЮБУС ПРОПИЛ». (16+)	01.20, 10.50, 11.40, 12.30 Карты убийства. (12+)
11.00 «ФИТЕС». (16+)	Сериал. Россия, 2014 г.	04.05 «РАНЕТКИ». (16+)	04.05 Ералаш. (0+)	15.05, 20.45, 04.40 «СПАРРИНГ». (16+)	02.00 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТЬЮ». (16+)
13.00 «ГРАНД». (16+)	15.00, 23.00, 07.00 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)	04.55 Ералаш. (0+)	04.55 Ералаш. (0+)	16.00, 20.20, 08.20 «СУТЕНЕР». (16+)	02.00 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТЬЮ». (16+)
19.25 Прогноз погодки. (0+)	04.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (16+)	05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)	17.00, 22.00, 08.20 «СУТЕНЕР». (16+)	02.00 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТЬЮ». (16+)
19.30 «ДЕФФОЧОНКИ». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	18.00, 22.00, 08.20 «СУТЕНЕР». (16+)	02.00 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТЬЮ». (16+)
20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)	05.00 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	19.00, 22.00, 08.20 «СУТЕНЕР». (16+)	02.00 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТЬЮ». (16+)
22.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ». (12+)	04.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	20.00, 22.00, 08.20 «СУТЕНЕР». (16+)	02.00 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТЬЮ». (16+)
00.00 «ОСТРОВ». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	05.00 «ГАЛИНА». (16+)	21.00, 22.00, 08.20 «СУТЕНЕР». (16+)	02.00 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА: УНЕСЕННЫЕ СТРАСТЬЮ». (16+)

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
09.45 Приглашайте в гости. (12+)	06.00 Ледовые трофеи рыбакли. (16+)	00.00, 13.30 Наперекор мифам с доктором Холли. (12+)
10.00, 14.00, 18.00 Огород круглый год. (12+)	06.30, 10.20, 22.40 На охотничий трофе. (16+)	00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
10.15 Мастер-садовод. (12+)	06.55, 10.50, 19.00, 23.10 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)	01.30, 11.00, 19.30 Табата-Хард. (12+)
10.50 Новые Робинзоны. (12+)	07.30, 11.25, 15.25, 19.35, 23.40 Фото-охота с Евгением Попонским. (16+)	Табата-хард - новая планка на пути к заветной цели иметь красивое и стройное тело. Еще более высоконапряженный интервальный тренинг, цель которого сделать максимальное количество движений за минимальное время.
11.20, 15.20, 22.00 Постное меню. (12+)	08.00, 11.55, 15.55, 20.00, 00.10	02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
11.40 Стройплощадка. (12+)	08.30 Поймай и сними. (16+)	02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
12.10 Дом с нуля. (12+)	09.00 Клёвая Канада. (12	

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT 1
06.00 Гандбол. (0+)	00.35 Лыжные гонки. Кубок мира. Миннеаполис. Прямая трансляция. (6+)
07.35, 09.20, 11.35, 14.50 Новости	02.30, 16.30 Велоспорт. Тиррено – Адриатико. (12+)
07.40 Лыжный спорт. (0+)	03.30, 08.00 Лыжные гонки. Кубок мира. Миннеаполис. (6+)
09.25, 18.55 Баскетбол. Кубок Европы. 1/4 финала. (0+)	05.00, 05.45, 06.30, 07.15, 09.30, 10.30 Горные лыжи. Кубок мира. (12+)
11.15 Комментаторы. Сергей Гимаев. (12+)	11.20, 12.55 Горные лыжи. Кубок мира. Кортина-д'Ампеццо. Прямая трансляция. (12+)
11.40, 22.50 Мини-футбол в России. (12+)	14.30, 15.30 Горные лыжи. Кубок мира. Кортина-д'Ампеццо. Прямая трансляция. (12+)
11.50 «Гает лёй» с Алексеем Ягудиным. (12+)	17.30 Велоспорт. Нокеро – Кёрпе. Прямая трансляция. (12+)
12.10 Смешанные единоборства. Бой по правилам TNA. (16+)	19.30 Теннис. «АТР: за кадром». (6+)
13.50 Второе дыхание. (12+)	20.00 Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. 4-й круг. (6+)
14.20, 00.50 Вид сверху. (12+)	21.00 Теннис. АТР «Мастерс». Индиан-Уэллс. 4-й круг. Прямая трансляция. (6+)
14.55 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. 1/2 финала. Прямая трансляция.	23.00 Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (6+)
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+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 08.25, 13.25, 18.00 ПРО-новости. (16+)
05.25, 11.30, 17.10 10 самых горячих клипов дня. (16+)
06.05 Каждое утро. (16+)
09.00 ТОР chart Европы плос. (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+)
21.45 Каждое утро. (16+)
22.00, 15.30, 20.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
23.45 ТОР 30 – Крутяк недели. (16+)
01.50 Наше. (16+)
04.00 Карапинг. (16+)

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 оскорблением. 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? – прокрикула 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 зашуршила 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

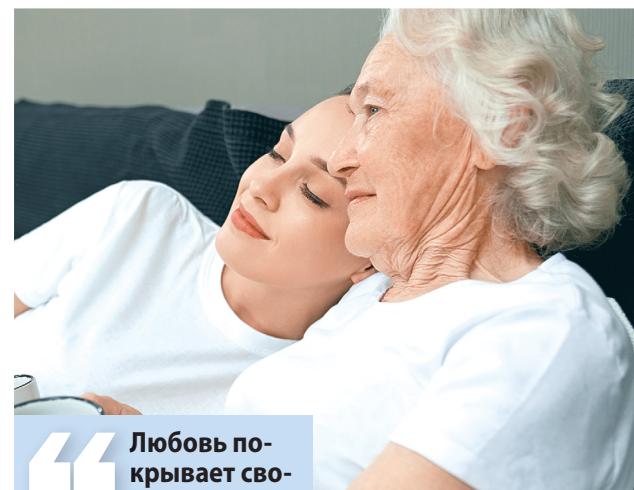
перспективного председательского сына. Мама Клава ее перекрестилась – пристроила дочку. Нелегко оно после войны-то было, а тут такая удача. Да и сама дочка умница, торговый техникум заканчивает. Бог даст, заживут дети.

И зажили. Саша в местном сельпо ля姆ку тянула. А муж ее Володя к бутылочке страстью воспыпал, 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 подругами общаться. Но «прилетало» все равно – Вовка и поводы для этого не нужны были.

На вес золота

Родила Саша не благодаря, а вопреки. И ее и dochka 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 ней.

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 доросла до заведующей магазином. Жить стали чуть вольнее.

– Дочка, ну не ве 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 научиласьправляться 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

гивала взгляды мужчин. Но на них не смотрела, а пахала, что та Савраска.

– Мам, ты бы в санаторий или на море съездила, ведь не была никогда, – советовала ей Танюшка, когда Саша приезжала к ней нянчить первую внучку Лизоньку.

– Чего я там не видела, на морях твоих? – злилась Саша. – Деньги только в буржуйские карманы отваливать.

Потихоньку Саша старела, а ее твердость и настойчивость сменялись недовольством. Саша злилась на дочку, что вот уже 30 лет как счастлива в браке. Злилась на меня, внучку, зато, что замуж собралась. Раньше и я злилась на бабушку, на ее крики и бесконечное брюзжание. А теперь я ее жалею. Мы вот с мамой счастливы, детишки у нас, мужья, семьи, а бабушка...

Но все равно я ее люблю. Очень люблю. Я пододвинула к бабуле вазочку с баранками. Баранки ей можно, от них сахар не скакнет.

ЕЛИЗАВЕТА

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

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ
05.00, 00.25 День Патриарха. (0+)	11.55, 22.50 Крым Благословенный. (12+)
05.15 Новый Завет вслух. (0+)	В фильме рассказывается о Святых местах Крыма.
05.30 Святитель Лука (Воин-Ясеницкий). Цикл: День Ангела. (12+)	13.00, 20.00, 02.50 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
15.30 «ОСЕННЯЯ ИСТОРИЯ». 1 серия. (0+)	15.30 «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 2 серия. (0+)
17.00, 17.30, 21.30, 02.05 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)	СССР, 1979 г. В ролях: Римма Быкова, Ада Роговцева, Виталий Юшков
06.00 И будут двое... (12+)	17.00, 17.55 «ДНИ ХИРУРГА МИШКИНА». 3 серия. (0+)
07.00, 17.30, 21.30, 02.05 Завет. (6+)	00.40 Иоанн Шанхайский. Цикл: Старцы. (12+)
08.45, 04.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	23.55 В поисках Бога. (12+)
09.20, 14.30, 16.30, 20.15 Монастырская кухня. (0+)	04.45 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)
10.45, 19.00, 01.10 Бывший. (6+)	
11.00, 19.30, 21.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
12.15, 14.30, 16.30, 20.15 Роботы-поезда. (0+)	
13.00, 15.30, 17.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
14.00, 16.30, 18.30, 20.15 Роботы-поезда. (0+)	
15.00, 17.30, 19.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
16.00, 18.30, 20.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
17.00, 19.30, 21.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
18.00, 20.30, 22.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
19.00, 21.30, 23.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
20.00, 22.30, 24.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
21.00, 23.30, 25.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
22.00, 24.30, 26.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
23.00, 25.30, 27.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
24.00, 26.30, 28.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
25.00, 27.30, 29.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
26.00, 28.30, 30.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
27.00, 29.30, 31.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
28.00, 30.30, 32.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
29.00, 31.30, 33.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
30.00, 32.30, 34.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
31.00, 33.30, 35.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
32.00, 34.30, 36.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
33.00, 35.30, 37.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
34.00, 36.30, 38.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
35.00, 37.30, 39.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
36.00, 38.30, 40.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
37.00, 39.30, 41.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
38.00, 40.30, 42.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
39.00, 41.30, 43.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
40.00, 42.30, 44.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
41.00, 43.30, 45.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
42.00, 44.30, 46.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
43.00, 45.30, 47.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
44.00, 46.30, 48.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
45.00, 47.30, 49.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
46.00, 48.30, 50.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
47.00, 49.30, 51.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
48.00, 50.30, 52.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
49.00, 51.30, 53.30, 02.05 Роботы-поезда. (0+)	
50.00, 52.30, 54.30, 02.05 Робот	

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	Россия К	РОССИЯ К	СТС		
	00.10 «Гол на миллион». (18+)		05.00 Утро России		05.45 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)		18.15 «ПЁС». (16+)		12.25 «Игра в бисер» с Игорем Волгиним		
05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00 03.00 Новости 09.25 «Горячий лед». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Пары. Короткая программа. Женщины. Короткая программа. (0+) 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 «Гол на миллион». (18+) 01.00 03.05 «Горячий лед». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Произвольная программа. Прямой эфир из Канады	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+) 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 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 РЯ». (12+) 23.10 Вечер с Владимиром Соловьевым. (12+) 02.00 «ШАМАНКА». (16+)	05.00 «Известия» 05.45 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+) 08.35 «День ангела» 09.00 «Известия» 09.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+) 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+) 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 00.00 «Известия. Итоговый выпуск» 00.30 «СЛЕД». (16+) 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) 03.20 «Известия» 03.30 «СТРАСТЬ-2». (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 ДЬЯВОЛЫ: 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 «ПРОСПЕКТ ОБОРОНЫ». (16+) 23.15 «В КЛЕТКЕ». (16+) 00.20 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+) 00.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ. СУДЬБЫ». (16+) 03.15 Их нравы. (0+)	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 20.45 «Нотр-Дам-де-Пари» 08.25 Легенды мирового кино 08.55 «Красивая планета» 09.10 22.25 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ» 10.15 Наблюдатель 11.10 01.20 XX век 12.25 18.45 00.40 «Игра в бисер» 13.10 23.10 «Дворянские деньги» 14.30 «От 0 до 80» 15.25 Моя любовь - Россия! 15.55 «2 Верник 2» 16.45 Запечатленное время 17.10 XIII Зимний международный фестиваль искусств Юрия Башмета 19.45 Главная роль 20.30 Спокойной ночи, малыши! 21.40 Энigma 00.00 Черные дыры. Белые пятна 02.35 Pro memoria	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 «СМЕРTELНОЕ ОРУЖИЕ-3». (16+) 12.00 «КУХНЯ». (12+) 19.00 «КОРНИ». (16+) 20.00 «РОСОМАХА: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+) 22.30 «СМЕРTELНОЕ ОРУЖИЕ-4». (16+) Риггз ждёт, как он на-деется, рождения сына, а Роджер - внука. Им дали звания капитанов, оба уже ощущают возраст, но без приключений жить не могут 01.00 «СМЕРTELНОЕ ОРУЖИЕ-2». (12+) 03.00 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТ». (12+) 04.20 «Тайна далёкого остро-ва». (6+) 04.50 «Дикие лебеди». (0+) 05.45 Ералаш. (0+)						
	06.00 «Настроение» 08.10 «Доктор И...» (16+) 08.45 «СВАДЕБНОЕ ПЛАТЬЕ». (12+) 10.55 «Актёрские судьбы. Зоя Фёдорова и Сергей Лемешев». (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 «10 самых...» (16+) 23.05 01.35 «Актёрские драмы. На осколках славы». (12+) 00.00 События. 25-й час 00.35 Петровка, 38. (16+) 00.55 «90-е. Весёлая политика». (16+) 02.45 «Дамские негодники». (16+) 05.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)		06.00 «Сегодня утром». (12+) 08.00 Новости дня 08.25 «Акула» императорского флота». (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 21.15 Новости дня 18.30 «Специальный репортаж». (12+) 18.50 «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+) 19.40 Легенды телевидения. (12+) 20.25 «Код доступа». (12+) 21.30 «Открытый эфир». (12+) 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+) 23.40 «Неустрешимый. Подводная война Петра Грищенко». (12+) 00.35 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». (12+) 02.55 «Экспедиция особого забвения». (12+) 03.40 «ТАЙНАЯ ПРОГУЛКА». (12+)		05.20 09.15 «Календарь». (12+) 06.00 18.35 «Домашние животные с Григорием Манёвым». (12+) 06.25 «За строчкой архивной...» (12+) 06.50 «Крот и ковёр». (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 «Советские фетиши. Автомобили». (12+) 09.55 «Среда обитания». (12+) 10.05 11.05 23.00 «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+) 12.05 13.20 19.00 20.30 «ОТРажение» 15.15 02.00 «ТРОЕ ПРОТИВ ВСЕХ». (12+) 16.50 «Медосмотр». (12+) 18.05 «Моя история». (12+) 01.15 «Вспомнить всё». (12+) 01.45 «Живое русское слово». (12+) 03.30 «Большая наука». (12+) 04.15 «Большая страна». (12+)		05.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 06.00 09.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+) 22.00 «Обратная сторона планеты». (16+) 00.30 «ЗОЛОТО ДУРАКОВ». (16+)		06.00 «Мультифильмы». (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 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (12+) В 476 году нашей эры Рим пал. Двенацатилетний 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, дается в руки только своему настоящему хозяину		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 02.25 «Понять. Простить». (16+) 14.30 «Порча». (16+) 15.00 «ЖИВАЯ ВОДА». (16+) 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 19.00 «О ЧЁМ НЕ РАСКАЖЕТ РЕКА». (16+) 23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО». (16+) 01.55 «Порча». (16+) 03.50 «Реальная мистика». (16+) 04.40 «Тест на отцовство». (16+) 06.15 «6 кадров». (16+)

ТНТ	ТНТ-СПБ	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
											
13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)	00.00 «+100500». (18+)			19.30 Футбольное столетие. (12+)		15.40 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ». (12+)		22.40 «ГОГОЛЬ: БЛИЖАЙШИЙ». (12+)		22.15 «Итоги дня». (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. Гера, 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».	07.00 «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+)	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+)	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 АЛЬ-ФРЕД». (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 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 «Стонхендж». (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 23.00 23.40 «Известия 78».	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».	12.15 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».	17.30 «Земля. Территория загадок». (12+) 18.10 23.55 «Телекурьер».	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 «Стонхендж». (12+)		

СТРАНА СОВЕТОВ

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

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

1 С использованием жёсткой щётки

Если сильных загрязнений в лотке нет, можно просто промыть лоток щёткой. 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 щёткой 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 щётки и поцарапать поверхность.

5 способов очистки лотка стиральной машины

С использованием бытовой химии

Можно попробовать удалить загрязнения в лотке при помощи фабричной бытовой химии. Для этого стоит приобрести средство, предназначенное для очистки внутренностей 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.

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



Чтобы избежать проблем со стиральной машиной, чистите ее через каждые десять стирок.

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000

TV1000

РУССКОЕ КИНО

ДОМ КИНО

ДОМ КИНО

SONY CHANNEL

- 06.10 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
08.15 «К-9: СОБАЧЬЯ РАБОТА». (12+)
10.05 «СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ». (16+)
12.15 «ДРУГИЕ». (16+)
14.05 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (6+)
15.55 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ-2». (6+)
17.55 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+) США, 2002 г.
20.10 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+) США, 2004 г.
22.30 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3». (12+)
01.00 «МОЙ МАЛЬЧИК». (12+)
02.45 «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+)
04.40 «СУПЕР БРИС». (16+)

- 08.00 «СОБИБОР». (12+)
10.15 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
12.05 «Карлик Нос». Мультифильм. (12+)
13.35 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)
16.05 «Подарок СХАРАКТЕРОМ». (6+)
17.40 «Помню - не помню!». (12+)
19.00, 20.00 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)
20.55 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+) Россия, 2014 г.
23.50 «КАК ВИТЬКА ЧЕСНОК ВЕЗ ЛЕХУ ШТЫРЯ В ДОМ ИН- ВАЛИДОВ». (18+)
01.30 «ДУХЛЕС». (18+)
03.10 «УБЕЖАТЬ, ДОГНЯТЬ, ВЛЮБЛЯТЬСЯ». (12+)
04.00 «ТАЙНА ВИЛЛЫ «РЕТА». (12+)
04.50 «ГЛАСТИКО». (16+)

- 05.35 «ВАС ВЫЗЫВАЕТ ТАЙМЫР». (6+)
07.20 «СВАТЫ». (16+)
11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
13.30 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (6+)
18.35 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (6+)
20.05 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИ- КЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+) СССР, 1973 г. В ролях: Андрей Миронов, Нинетто Даволи, Антония Сантилли

- 22.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
00.30 «МУЖИКИ!..» (6+)
02.15 «ЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (12+)
04.00 «ТАЙНА ВИЛЛЫ «РЕТА». (12+)
04.50 «ГЛАСТИКО». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

КИНОКОМЕДИЯ

РОДНОЕ КИНО

- 01.25 «ДОБЕЙСЯ УСПЕХА». (12+)
02.55 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
04.25 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
06.00 «ГЕРЦОГИНА». (16+)
07.40 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)
09.10 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+)
10.40 «БЛИЗНЕЦЫ». (16+)
12.20 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПО- ИСКАХ СОКОРОВИЩ». (12+)
13.55 «ЗАЩИТИГ». (16+)
15.35 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)
17.25 «ПРИРОДДЕННЫЙ ГОНЦИК». (16+)
19.00 «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+)
20.30 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)
22.00 «ТЫ НЕ ТЫ». (16+)
23.35 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (18+)

- 00.15 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
02.10 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
05.35 «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». (16+)
07.20 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)
09.30 «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (12+)
11.30 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
13.15 «ВОРОНИЧОК». (16+)
13.45 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+)
15.35 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+)
16.55 «ГРУША». (16+)
17.25 «ГЕРОЙ». (16+)
18.50 «ЮНОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
20.40 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
21.00 «ИГРА». (16+)
22.45 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)

- 04.50 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОР- САЖ ГОНКИ НА ЛЬДУ». (16+)
06.40 «ИСПОВЕДЬ НЕВИДИМКИ». (12+)
08.35 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СЛИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+)
10.30 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИ- КЛЮЧЕНИЯ ФАКИРА». (16+)
12.15 «ЧЁРНЫЙ РЫЦАРЬ». (12+)
13.45 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+)
15.55 «ЛЕГОК НА ПОМИН». (12+)
17.35 «Я НИКОДА НЕ БУДУ ТВОЕЙ». (16+)
19.30 «ЮНОВЬ СУВЕДОМЛЕНИЕМ». (16+)
21.20 «ДЕВУШКА ИЗ ДЖЕРСИ». (16+)
23.20 «МОДНАЯ ШТУЧКА». (12+)

- СУПЕР** СУПЕР
- 06.00 «ОСТРОВ». (16+)
07.55 Прогнозик погодки. (0+)
08.00 «ОСТРОВ». (16+)
09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
11.00 «ФИТЕС». (16+)
13.00 «ГРАНД». (16+)
16.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
18.00 «ДЕФФОЧКИ». (16+)
19.25 Прогнозик погодки. (0+)
19.30 «ДЕФФОЧКИ». (16+)
20.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
22.00 «БРАТЬЯ ПО ОБМЕНУ». (12+)
Серии. Россия, 2013 г.
00.00 «ОСТРОВ». (16+)

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
12.00, 13.00, 20.00, 21.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ЛЫБЫКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)
04.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (16+)
05.00 «ГАЛИНА». (16+)

- 06.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)
08.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
15.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
18.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)
23.00 Сердца за любовь. (16+)
00.25 Лавлавсаг. (16+)
02.05 Дёшь молодёжь! (16+)
04.05 «РАНЕТКИ». (16+)
04.55 Ералаш. (0+)
05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)

УВЛЕЧЕНИЯ

- Усадьба** УСАДЬБА
- 09.50, 14.00, 18.00 Огород круглый год. (12+)
10.10 Готовим на природе. (12+)
10.20 Паштет. (12+)
10.40 Флористика. (12+)
10.55 Ландшафтные эксперименты. (12+)
11.25, 15.40, 21.45 Постное меню. (12+)
11.40 Частный сектор. (12+)
12.10 Дизайн своими руками. (12+)
12.45 Искусство в интерьере. (12+)
13.00, 17.15, 20.45 История одной культуры. (12+)
13.30 ЗаСАДа. (12+)
14.20 Детская мастерская. (12+)
14.35 Не просто суп! (12+)
14.50 Высший сорт. (12+)
15.10 Сравнительный анализ. (12+)
15.55 Букет на обед. (12+)
16.10 Дачный эксклюзив. (12+)
16.40 Самогон. (16+)
17.00 Закуски. (12+)
17.40 Садовый доктор. (12+)
18.15 Сельсовет. (12+)
18.30 Цветники. (12+)
19.00 Городские дачники. (12+)
19.30 Фитоаптека. (12+)
20.00 Керамика. (12+)
20.15 Топ-10. (12+)
21.15 Домашняя экспертиза. (12+)
22.00 Деревянная Россия. (12+)
22.30 Дачные радости. (12+)
23.00 Обнови свой сад. (12+)

- 06.00 Донка против фидера. (16+)
06.30, 18.35, 22.40 На охотничьей тро- пе. (16+)
06.55, 14.50, 19.05, 23.10 Рыбалка с Нормандом Грабовским. (12+)
07.30, 11.30, 15.25, 19.35, 23.45 Фото- охота с Евгением Попонским. (16+)
08.00, 12.00, 15.55, 20.10, 00.10 Охота с луком. (16+)
08.30 Охота в Белоруссии. (16+)
09.05 Вкусные рецепты охотника. (12+)
09.35 Камера, мотор... рыба! (16+)
10.05 Прибалтийский лосось. (16+)
10.35 Горная охота в Болгарии. (16+)
11.00 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
12.30 Охота по-фински. (12+)
13.05 Россия заповедная. (16+)
13.35 Сезон охоты. (16+)
14.05 Рыболовная Россия. (16+)
14.35 Профессиональная рыболовная лига-2019. (12+)
16.25 Секреты «трудных» водоемов. (12+)
17.00 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)
17.30 Морская охота. (16+)
18.00 На рыбалку с охотой. (12+)
20.40 Азбука поплавочной ловли с Александром Дунаевым. (12+)
21.05 Сам себе охотник. (16+)
21.40 Мир рыболова. (12+)
22.10 Ледовые трофеи рыбаки. (16+)

- 00.00, 13.30 Наперекор мифам с доктором Холли. (12+)
00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 11.00, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
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.
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагинским. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 YodaУтро. (6+)
05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепловой. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
16.30 Йогалатес. (12+)
18.00 YogаВечер. (6+)

- ЖИВИ!
- 00.00, 13.30 Наперекор мифам с доктором Холли. (12+)
00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 11.00, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
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.
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагинским. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 YodaУтро. (6+)
05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепловой. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
16.30 Йогалатес. (12+)
18.00 YogаВечер. (6+)

- 06.00, 13.30 Наперекор мифам с доктором Холли. (12+)
00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 11.00, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
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.
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагинским. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 YodaУтро. (6+)
05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепловой. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
16.30 Йогалатес. (12+)
18.00 YogаВечер. (6+)

- 06.00, 13.30 Наперекор мифам с доктором Холли. (12+)
00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 11.00, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
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.
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагинским. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 YodaУтро. (6+)
05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепловой. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
16.30 Йогалатес. (12+)
18.00 YogаВечер. (6+)

- 06.00, 13.30 Наперекор мифам с доктором Холли. (12+)
00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 11.00, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
Специальный силовой курс, направленный на проработку всех групп мышц одновременно. Минимум амплитуды -

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 Кёрлинг. 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) – «Виллербран» (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 II EUROSPORT 1

- 01.00, 06.00, 21.00 Теннис. ATP «Мастерс». Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (6+) 03.00, 08.45, 19.00, 19.55 Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. (6+) 04.00, 23.00 Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. 1/4 финала. Прямая трансляция. (6+) 08.00 Теннис. ATP «Мастерс». Индиан-Уэллс. (6+) 09.30 Фехтование. (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. Нокер – Кёрсле. (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 ПРО-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 Русский 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 ТОР чарт Европы плюс. (16+) 20.35 Творческий вечер Валерия Леонтьева. (16+) 21.45 Прогноз по году. (16+) 23.50 10 sexu. (16+) 00.50 Наше. (16+) 02.00 Неспиннер. (16+)

МУЛЬ

- 08.15 «Робокар Поли». Уроки безопасности с Эмбер». (0+) 08.20 «Хэйрдораблз». (0+) 08.25, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+) 09.00 «Фееринки». (0+) 09.25, 15.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейство». (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», «Машинки песенки». (0+) 14.30 «Смешарики». (0+) 15.00 «Нильь». (0+) 17.00 «Катя и Эф. Куда-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+)

МУЛЬ

- 05.00 «Минни-Маппеты». (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 «Ёёё Пёт». (6+) 08.25 «Хранитель Лев». (0+) 08.55 «Герои в масках». (0+) 09.25 «ЛУПС». (0+) 10.00 «Дружные мопсы». (0+) 10.30 «Блум». (0+) 11.00 «София Прекрасная». (0+) 11.25 «Елена – принцесса Авала». (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+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

Disney

- 05.00 «Минни-Маппеты». (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 «Ёёё Пёт». (6+) 08.25 «Хранитель Лев». (0+) 08.55 «Герои в масках». (0+) 09.25 «ЛУПС». (0+) 10.00 «Дружные мопсы». (0+) 10.30 «Блум». (0+) 11.00 «София Прекрасная». (0+) 11.25 «Елена – принцесса Авала». (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+)

КАНАЛ DISNEY

- 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 «Маджик». (0+) 08.05 «Бинго». (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 «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. Киберселенная». (6+) 13.25 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+) 13.30 «Приключения Ам Нама». (0+) 14.00 «Навигатор. Новости». (0+) 14.10 «Смурики». (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 «Пластилиники». (0+) 17.40 «Суперкрывлья. 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 «Луны Тюнз шоу». (6+) 01.00 «Ералаш». (6+) 02.05 «ТриО!» (0+) 02.20 «Маленько королевство Бена и Холли». (0+)

КАРУСЕЛЬ

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 09.50, 22.15 Резакия. (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, 17.30, 21.30, 02.45 Новый день. Новости на СПАС. (0+) 23.05 Русские. (12+) 23.55 Вера в большом городе. (16+) 01.20 Патриарх Илья II. Цикл: Старцы. (12+) 04.45 «Гайны казаков» с Анной Ковальчук. (0+)

09.50, 22.15 Резакия. (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, 17.30, 21.30, 02.45 Новый день. Новости на СПАС. (0+)

23.05 Русские. (12+)

23.55 Вера в большом городе. (16+)

01.20 Патриарх Илья II. Цикл: Старцы. (12+)

04.45 «Гайны казаков» с Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

19 марта

Седмица 3-я Великого поста. Глас 6. Мч. 42 во Аммопее.

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

Постный день.

...Что ни запечатлеешь именем Бога, все выйдет счастливо. Если оно изгоняет демонов, устраниет болезни, то тем более облегчает совершение дел». Свт. Иоанн Златоуст

Судоку

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

2	5		4	3		
					5	1
9	7	6	8	2		7
3	8	5	1	9	7	2
6	1	2	3	4	5	8
7	4	9	8	6	3	5
5	3	7	6	1	2	4
8	2	6	4	7	9	0
0						

3 ★★★★★

8	3	5	4	2	1	6	7	9
6	9	7	2	1	3	5	4	8
5	4	1	8	6	3	2	7	9
2	7	8	5	9	6	4	1	3
3	6	2	9	7	4	8	5	1
7	1	4	3	6	8	9	2	5
4	5	8	7	1	9	3	6	0
9	2	6	4	5	7	8	0	1
0								

4 ★★★★★

|<
| |

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К Культура	СТС	СТС
19.40 Поле чудес. (16+)	11.45 Судьба человека. (12+)	01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.50 Квартирант НТВ у Маргулиса. (16+)	20.45 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ»	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+)
05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Горячий лед». 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 лед». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Прямой эфир из Канады	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...	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 пятерка 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 00.45 «СЛЕД». (16+) 23.45 Светская хроника. (16+) 01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (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 ДЬЯВОЛЫ: 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 Квартирант НТВ у Маргулиса. (16+) 01.05 «Вакцина от жира». (12+) 02.05 Квартирный вопрос. (0+)	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 Энigma 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»	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+)						
ТВЦ	ТВЦ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	РЕН	РЕН	ТВ-3	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	ДОМАШНИЙ
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+)	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 «ОТРЯД 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+)	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 «Отражение» 15.15 «ТРОП 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+)	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+)	06.00 «Мультифильмы». (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 Львиное 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, предназначенну следующему королю Англии, Иоанну Безземельному. Внезапно он становится жертвой нападения, но подспешил отряд Робина успевает отбить корону	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 РАСКАЖЕТ РЕКА». (16+) 19.00 «МАМА МОЕЙ ДОЧЕРИ». (16+) 23.10 «Про здоровье». (16+) 23.25 «НЕ ТОРПИ 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	ТНТ-СПБ	Че	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
											
21.00 Комеди Клаб. (16+)	17.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ». (16+)			20.25 Все на футбол! (12+)		15.20 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (12+)		22.40 «НЕЧАЙНЫЕ ПИСЬМА». (12+)			21.20 «Давно не виделись». (12+)
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+) 20.30 Нам надо серьезно поговорить. (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 микрофон», (16+) 05.20 «Открытый микрофон. Дайджест». (16+) 06.10 TNT. Best. (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 АКАДЕМИЯ-4». (16+) 12.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-5». (16+) 14.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-6». (16+) 15.50 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-7». (16+) 17.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ». (16+) 19.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-2: ИХ ПЕРВОЕ ЗАДАНИЕ». (16+) 21.15 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-3: ПОВТОРНОЕ ОБУЧЕНИЕ». (16+) 23.00 «ЧЕЛОВЕК С ЖЕЛЕЗНЫМИ КУЛАКАМИ». (18+) 01.00 «ДЖЕК СТОУН». (18+) 02.40 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)	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 чемпионов. Жеребьевка 1/4 финала 15.00 Футбол. Лига Европы. 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 единоборства. (16+) 02.50 Спортивная гимнастика. (0+) 04.00 Футбол. «Осануна» – «Атлетико». (0+)	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 «ХУДОЖАЩАЯ НАТУРА». (16+) 12.35 13.15 «Владимир Машков. Один по лезвию ножа». (16+) 13.10 15.10 Новости спорта. (12+) 14.00 Улица Правды. (16+) 15.20 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (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 БРОДВЕЯ». (16+)	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 «БЕССМЕРТИИК». (16+) 15.45 «Лица в истории». (12+) 16.55 19.50 22.25 01.20 «Политика». (6+) 17.02 «Анне Вески». (16+) 17.55 18.02 «ТЫ НЕ ОДИН». (16+) 20.02 21.02 03.15 «КОМУ Я ДОЛЖЕН - ВСЕМ ПРОЩАЮ». (12+) 21.30 «Под лёд». (16+) 22.40 «НЕЧАЙНЫЕ ПИСЬМА». (12+) 00.10 «С миру по нитке». (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 «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 «Происшествия». (16+) 14.30 «Сделано в СССР». (12+) 15.00 «Середина дня». (12+) 16.00 «Эликсир молодости». (12+) 17.30 22.10 «Земля. Территория загадок». (12+) 18.10 «Легенды советского сыска». (12+) 19.15 «Открытая студия. Неделя». (12+) 21.20 «Давно не виделись». (12+) 02.10 «Ночное вещание». (16+)						

НАШ ДЕТЕКТИВ – ЛОГИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

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

Ну, пожалуйста-пожалуйста-пожалуйста, – Риточка с надеждой посмотрела на Илью Сергеевича.

– Неужели этот хлыщ так хорош? – не скрывая ревности, мужчина вперился в фотографию загорелого, белозубого красавца на глянцевом буклете.

– Он великолепен, – Риточка закатила глаза и мечтательно посмотрела куда-то в район потолочного плинтуса.

Илья Сергеевич прослезил за ее взглядом, но, не обнаружив там ничего интересного, кроме забытого после новогодних праздников гвоздика, на который вешали гирлянды, вновь посмотрел на буклет.

– Что, говоришь, это будет за лекция? – как бы между прочим поинтересо-

Как связаться с Луной?



совался мужчина у взволнованной Риточки.

– Это не лекция, а семинар-инициация «Новый формат женского начала».

– Э-э-э, м-м-м...

Илья, ну ты все равно не поймешь. Ты полицейский, каждый день ловишь преступников. Твоя душа как... кокос?

– Нуда. Внутри море удовольствия, но пока доберешься, ногти обломаешь.

ку рисования хандигырим в тамошнем племени Туата де Дананн.

«Женщины племени настолько красивы и независимы, так тонко чувствуют цикличность бытия, – с рвением цитировала Риточка, – что их слияние с природой и ее энергетическими потоками чувствуется на уровне альфа-материи. Способность зачинять, вынашивать и рожать детей помогает легко настроиться на ритмы Луны и наполняться силой. В этом мудрость тела и сила души каждой женщины. На своих семинарах я помогу женщинам вернуться к их истинной природе, раскрыть свое женское начало, научу слышать себя, чувствовать свой природный ритм, научу восстанавливать связь с Луной и Землей, наполнять себя силой через кисть и краски из деревянной африканской природы».

– Нет, ты понимаешь?

Понимаешь? – все больше

распалалялась женщина, – я сумею прийти к себе, найду свой путь, стану счастливой.

Уф, – облегченно выдохнул Илья Сергеевич, – я уж думал, ты всерьез увлеклась этой ересью.

Риточка посмотрела на любимого мужчину с хитринкой, еле скрывая улыбку:

– Нет, нутро есть ты не хочешь, чтобы я гармонизировала свои циклы и связалась с Луной?

– Предлагаю по чайку и киношечку хорошую, – кивнул Илья Сергеевич. – Пироженкой? – закатила глаза женщина.

– Ну а как еще с Луной люди связываются? Конечно!

– Илья, ты пока чай заваривай, а я Наташке позвоню, расскажу про этого шарлатана, а то она ведь всерьез на его семинар собралась. Уже и кисти купила, и бумагу 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 инсенировано, и для этого есть причины. Во-первых, фиалки на окнах – если грабитель искал кольцо даже в банках с крупами, почему пощадил 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 хлороформ – 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

TV 1000

TV 1000 РУССКОЕ КИНО

ДОМ КИНО

SONY CHANNEL

06.10 «ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРЙ». (12+)
08.35 «ГОСПОЖА БОВАРИ». (16+)
10.40 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
12.55 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+)
15.10 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3». (12+)
17.50 «ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРЙ». (12+)
20.10 «ТАЙНОЕ ОКНО». (12+)
США, 2004. В ролях: Джонни Депп, Джон Туттуро, Мария Белло, Тимоти Хаттон
21.55 «ПРОЩАЙ, ДЕТКА, ПРОЩАЙ». (16+)
00.00 «ТОНИА ПРОТИВ ВСЕХ». (18+)
02.10 «АНАКОНДА». (16+)
04.00 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)

06.15 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)
09.30 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+)
11.10 «ЭЛАСТИКО». (16+)
12.45 «БОЙ С ТЕНЬЮ ЗДА: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
15.00 «ЛЕГЕНДА № 17». (12+)
17.25 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)
19.00, 19.55 «МЕТОД ЛАВРОВОЙ». (16+)
20.50 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
22.25 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЬНЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
23.55 «ДУХLESS-2». (16+)
01.55 «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+)
03.50 «ПРИЗРАК». (6+)
05.45 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)

05.40 «СУЕТА СУЕТ». (12+)
07.20 «СВАТЬ». (16+)
11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
13.25 «ПРОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
16.00 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
17.25 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (6+)
19.00 CCCP, 1977 г.
20.25 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
22.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
00.25 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+)
02.00 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (12+)
03.30 «НАШ ОБЩИЙ ДРУГ». (12+)
05.05 Четыре свадьбы. (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

КИНОКОМЕДИЯ

РОДНОЕ КИНО

01.00 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
02.40 «ГЕРЦОГИНА». (16+)
04.20 «ЗАЩИТИНГ». (16+)
06.05 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)
07.55 «ПРИРОДДЕННЫЙ ГОННИК». (16+)
09.30 «ЧЕТВЕРО ПОХОРОН И ОДНА СВАДЬБА». (16+)
11.05 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)
12.30 «ТЫ НЕ ТЫ». (16+)
14.10 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)
15.45 «СПОКОЙНОЙ НОЧИ». (16+)
17.10 «БЛИЗНЕЦЫ». (16+)
18.55 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКОРОВИЩ». (12+)
20.30 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)
22.20 «ЛИМБ». (16+)
23.50 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)

СУПЕР

СУПЕР

ФЕНИКС+КИНО

СТС LOVE

TV 21 ВЕК

06.00 «ОСТРОВ». (16+)
07.55 Прогнозик погодки. (0+)
08.00 «ОСТРОВ». (16+)
09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
11.00 «ФИТНЕС». (16+)
13.00 «ГРАНД». (16+)
16.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
18.00 «ДЕФФОНКИ». (16+)
19.25 Прогнозик погодки. (0+)
19.30 «ДЕФФОНКИ». (16+)
20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)
22.30 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
Комедия, Россия, 2014 г.
00.00 «ИДЕАЛЬНЫЕ НЕЗНАКОМЦЫ». (16+)
02.00 «ОСТРОВ». (16+)

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
12.00, 13.00, 20.00, 21.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «УЛЬЯВА ПЕРЕМЕШНИКА». (16+)
15.00, 23.00 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)
04.00 «ДВОЕ ИЗ ЛАРЦА-2». (16+)
05.00 «ГАЛИНА». (16+)
07.00 «ДЕВИЧНИК». (16+)

06.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)
15.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
18.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)
23.00 Сердца за любовь. (16+)
00.25 Лавлавсаг. (16+)
02.05 Дёшь молодёжь! (16+)
04.05 «РАНЕТКИ». (16+)
04.55 Ералаш. (0+)
05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)

10.00, 18.00, 02.00 «ФОРТИТЬЮД». (18+)
10.55, 18.55, 02.55 «ДЖЕК И ДЖИЛ: ЛЮБОВЬ НА ЧЕМОДАНАХ». (12+)
12.20, 20.20, 04.20 «НА ГРАНИ СОМНЕНИЯ». (16+)
14.15, 22.15, 06.15 «БАЛ». (12+)
16.10, 00.10, 08.10 «88 МИНУТ». (16+)
16.10, 00.10, 08.10 «88 МИНУТ». (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба

УСАДЬБА

СТС

ОХОТА И РЫБАЛКА

ЖИВИ!

ANIMAL PLANET

Discovery DISCOVERY CHANNEL

TLC

TLC

10.05 Детская мастерская. (12+)
10.20 Нет просто суп! (12+)
10.35 Высший сорт. (12+)
10.50 (Справедливый) анализ. (12+)
11.25, 15.30 Постное меню. (12+)
11.35 Букет на обед. (12+)
11.50 Дачный эксклюзив. (12+)
12.25 Самогон. (16+)
12.40 Закуски. (12+)
12.55, 17.00, 20.50 История одной культуры. (12+)
13.25 Садовый доктор. (12+)
13.40 Мультиварка. (12+)
14.00, 18.00 Огород круглый год. (12+)
14.15 Сельсовет. (12+)
14.30 Цветники. (12+)
15.00 Городские дачники. (12+)
15.45 Фитоаптека. (12+)
16.15 Керамика. (12+)
16.30 Топ-10. (12+)
17.30 Домашняя экспертиза. (12+)
18.20 Деревянная Россия. (12+)
18.50 Дачные радости. (12+)
19.20 Обнови свой сад. (12+)
19.50 Домоводство. (12+)
20.05 Моя крепость. (12+)
20.35 Забытые ремесла. (12+)
21.25 Дачная энциклопедия. (12+)
21.55 Приглашайтесь в гости. (12+)
22.15 Баня - женского рода. (12+)
22.35 Мастер-садовод. (12+)
23.05 Новые Робинзоны. (12+)

06.00 Прибалтийский лосось. (16+)
06.30 Горная охота в Болгарии. (16+)
06.55 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
07.25, 11.30, 15.35, 19.35, 23.30 Фото-охота с Евгением Полонским. (16+)
08.00, 12.00, 16.05, 20.10, 00.00 Охота с луком. (16+)
08.30 Охота по-фински. (12+)
09.00 Россия заповедная. (16+)
09.30 Сезон охоты. (16+)
10.00 Рыболовная Россия. (16+)
10.30 Профессиональная рыболовная лига-2019. (12+)
10.55, 14.00, 19.05, 23.00 Рыбалка с Нормандом Грабовским. (12+)
12.30 Секреты «трудных» водоемов. (12+)
13.00 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)
13.30 Морская охота. (16+)
14.30, 18.35, 22.30 На охотничьей трофе. (16+)
15.00 На рыбалку с охотой. (12+)
16.35 Азбука поплавочной ловли с Александром Дунаевым. (12+)
17.05 Сам себе охотник. (16+)
17.35 Мир рыболова. (16+)
18.05 Ледовые трофеи рыбаков. (16+)
20.40 Поймай и сними. (16+)
21.05 Клевая Канада. (12+)
22.00 Донка против фидера. (16+)
00.30 Охота в Белоруссии. (16+)

00.00, 13.30 Наперекор мифам с доктором Холли. (12+)
00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 11.00, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
02.30, 12.30, 20.30 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 зumba.
03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагинским. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 YodaУтро. (6+)
05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепловой. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
16.30 Йогалатес. (12+)
18.00 Yogabecher. (6+)

06.00 Аквариумный бизнес. (12+)
06.50 Волки и воины. (12+)
07.40 Введение в собаковедение: спецвыпуск. (12+)
08.30 Скорая помощь для животных. (16+)
09.20 Неизведанный Индокитай. (12+)
10.10 Планета мутантов. (12+)
11.00, 11.50 Скорость жизни. (12+)
12.40 Волки и воины. (12+)
13.35 Скорая помощь для животных. (16+)
14.30 Введение в собаковедение: спецвыпуск. (12+)
15.25 На свободу с питбулем. (12+)
16.20, 17.15, 18.10 Центр реабилитации Аманды. (12+)
19.05 Неизведанный Индокитай. (12+)
20.00 Священная треска. (12+)
21.30 Секреты природы. (12+)
21.55 Зоопарк. (12+)
22.50 Плохой пёс. (12+)
23.45 Я живой. (16+)
00.40 Правосудие Техаса. (16+)
01.30 Зоопарк. (12+)
02.15 Неизведанный 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+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма представлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР

ПЯТНИЦА

+Q

Ю

06.00 Наше кино. История большой любви. (12+)
06.40 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ПРЕСТУПНЫЙ УМЫСЛ». (16+)
08.30, 10.20 «НОВАЯ ЖИЗНЬ СЫЩИКА ГУРОВА, ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
11.00 На ножах. (16+)
13.00 Адская кухня. (16+)
14.00 Орел и решка. Ильеева VS Беднякова. (16+)
15.20 Школа доктора Комаровского. (12+)
17.30 Измены. (16+)
18.00 Орел и решка. Ирина Минеева и Татьяна Виноградова обзывают изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду. А что делать дальше - решать тебе!

05.00 На ножах. (16+)
06.50 Школа доктора Комаровского. (12+)
07.30 Утро Пятницы. (16+)
08.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
11.00 На ножах. (16+)
13.00 Адская кухня. (16+)
14.00 Орел и решка. Ильеева VS Беднякова. (16+)
15.20 Школа доктора Комаровского. (12+)
17.30 Измены. (16+)
18.00 Орел и решка. Ирина Минеева и Татьяна Виноградова обзывают изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду. А что делать дальше - решать тебе!

05.00 На ножах. (16+)
06.50 Школа доктора Комаровского. (12+)
07.30 Утро Пятницы. (16+)
08.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
11.00 На ножах. (16+)
13.00 Адская кухня. (16+)
14.00 Орел и решка. Ильеева VS Беднякова. (16+)
15.20 Школа доктора Комаровского. (12+)
17.30 Измены. (16+)
18.00 Орел и решка. Ирина Минеева и Татьяна Виноградова обзывают изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду. А что делать дальше - решать тебе!

05.00 На ножах. (16+)
06.50 Школа доктора Комаровского. (12+)
07.30 Утро Пятницы. (16+)
08.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
11.00 На ножах. (16+)
13.00 Адская кухня. (16+)
14.00 Орел и решка. Ильеева VS Беднякова. (16+)
15.20 Школа доктора Комаровского. (12+)
17.30 Измены. (16+)
18.00 Орел и решка. Ирина Минеева и Татьяна Виноградова обзывают изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду. А что делать дальше - решать тебе!

РЕТРО

РЕТРО

РЕТРО

РЕТРО

06.00, 22.20 Сыны России: Поверх барьера. Илья Мечников. (12+)
06.30, 22.55 «713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ». (16+)
07.45 «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (12+)
09.35 «Тайна запечного сверка». Мультфильм. (6+)
10.00 «Золушка». Мультфильм. (0+)
10.20 «Когда-то давно». Мультфильм. (6+)
10.40, 03.45 «ПОСЕТИТЕЛЬ МУЗ

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00 Гандбол. Кубок России. Мужчины. «Финал 4-х». Финал. (0+)	01.00, 02.30, 08.00 Теннис. (6+)	04.00 Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. Прямая трансляция. (6+)
07.35, 09.45, 12.50, 15.35 Новости	08.20 «Хэйрдораблз». (0+)	08.25, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
07.40, 03.30 Бильярд. Кубок чемпионов в «Свободной пирамиде». (0+)	09.00 «Ангел Бэби». (0+)	09.00, 09.45, 10.30, 11.15, 13.30, 14.30 Велоспорт. (12+)
09.55, 17.25 Прыжки в воду. «Мировая серия». Прямая трансляция из Казани	10.30, 12.30 Олимпийские игры. Тележурнал. (12+)	12.00, 13.30 «Фиксики». (0+)
11.50 Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Квалификация. (0+)	14.00 Футбол. Лига чемпионов. Жеребьёвка. Прямая трансляция. (6+)	13.00, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.55 Страна смотрит спорт. (12+)	15.00 Футбол. Лига Европы. Жеребьёвка. Прямая трансляция. (6+)	12.00, 16.00, 20.30 «Маша и Медведь». (0+)
13.25 В Россию с любовью. (12+)	16.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. Планица. Прямая трансляция. (12+)	14.30 «Смешарики». (0+)
13.45, 19.45 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)	19.50, 20.45 Лыжные гонки. Кубок мира. Эннмор. Прямая трансляция. (6+)	15.00 «Нильс». (0+)
15.40, 02.05 Смешанные единоборства. Бой по правилам ТНА. (16+)	22.05 Автогонки. World Endurance. «1000 миль Себринга». Прямая трансляция. (12+)	17.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
17.05 Между небом и землёй. (12+)		18.00 «Роботы-поезда». (0+)
21.35 Баскетбол. Кубок Европы. 1/4 финала. (0+)		18.30 «Малышарики». (0+)
23.25 Лев Яшин – номер один. (12+)		19.00 «Четверо в кубе». (0+)
00.25 Гандбол. Олимпийский квалификационный турнир. Женщины. (0+)		20.55 «Машины сказки». (0+)

МУЗЫКА

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 Русские хиты. Чемпионы пятницы. (16+)
06.05 Каждое утро. (16+)	19.30 Русский чарт. (16+)
09.00 Золотая дюжина. (16+)	20.35 Белые ночи Санкт-Петербурга-2019. Лучшие выступления. (16+)
10.00 Победитель «битвы фанклубов». (16+)	23.50 DFM - dance chart. (16+)
10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	00.50 Несприннер. (16+)
12.20, 18.30, 22.45 Место под Солнцем. (16+)	03.00 Золотая лихорадка. (16+)
14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)	

ПОХУДЕЙКА

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

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

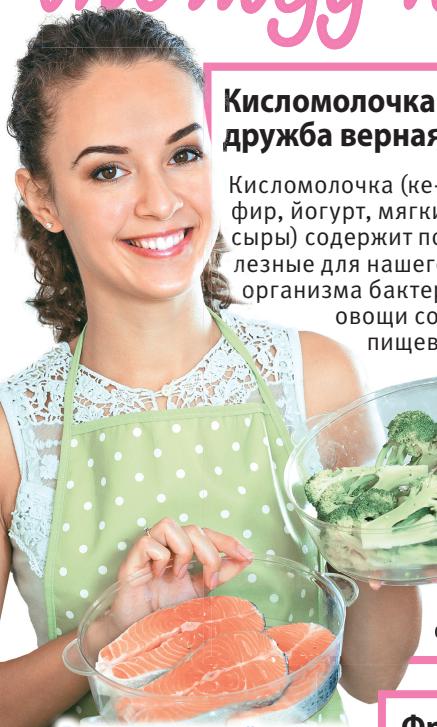
Белки + крахмалы: дружба противоречивая

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.



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.

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.

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	МУЛЬТ
08.15 «Робокар Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)	05.00 «Мини-Малпеты». (0+)
08.20 «Хэйрдораблз». (0+)	05.25 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
08.25, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+)
09.00 «Ангел Бэби». (0+)	06.15, 12.00 «Русалочка» (субтитры). (0+)
09.20 «Хомячок Фрош. Друзья в поисках клада». (0+)	06.40 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (0+)
09.30, 15.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)	07.10, 14.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (0+)
10.00, 14.00, 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+)	07.35 «Рапунцель. История продолжается». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	08.10 «Пёс Пэт». (0+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	08.25 «Хранитель Лев». (0+)
11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	08.55 «Герои в масках». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	09.25 «ПУПС». (0+)
13.35, 20.30 «Маша и Медведь». (0+)	10.00 «Дружные мопсы». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)	10.30 «Блум». (0+)
15.00 «Нильс». (0+)	11.00 «София Прекрасная». (0+)
17.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)	11.25 «Елена - принцесса Авала». (0+)
18.00 «Роботы-поезда». (0+)	12.30 «Принцесса и лягушка». (0+)
18.30 «Малышарики». (0+)	19.30 «Золушка-3: Злые чары». (0+)
19.00 «Четверо в кубе». (0+)	20.55 «Мэри и ведущий цветок». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	23.05 «ПРИНЦЕССА». (0+)
21.20 «Лео и Тиг». (0+)	01.00 «МАППЕТЫ». (0+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)	02.40 «Геркулес». (12+)

УНИКУМ

О!
05.00 «В мире малышей». (0+)
06.10 «Даша - путешественница». (0+)
07.00 «Доктор Малышкина». (0+)
07.05 «Даревини». (0+)
09.00 «Тима и Тома». (0+)
10.00 «Давай рисовать» (0+)
10.25, 03.25 «Йоко». (0+)
11.55 «Весёлый алфавит». (0+)
12.00 «Непоседа Зу». (0+)
13.55 «Мой музей». (0+)
14.00 «Летающие звери», «Малыши и летающие звери». (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 «Пластилиники». (0+)
21.05 «Оранжевая корова». (0+)
23.10 «Три кота». (0+)
01.00 «Смешарики». (0+)
03.00 «Букварий». (0+)

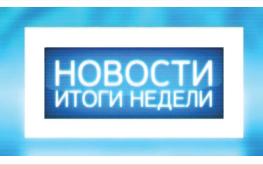
КАНАЛ DISNEY

КАРУСЕЛЬ
05.00 «Ранние птички», «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 «Маджик». (0+)
08.05 «Бинг». (0+)
08.40 «Царевны». (0+)
09.20 «Студия Каляки-Маляки». (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 «Горимити». (0+)
12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». (0+)
13.05 «Трансформеры. Киберслепленая». (0+)
13.25 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
13.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
14.40 «Актриса озвучивания и дубляжа, певица, битбоксер и любительница книг! В гостях у Яна и Ани - Василиса Савкина!»
14.10 «Смурфики». (0+)
14.35 «Как устроен город». (0+)
14.40 «Фиксики». (0+)
15.40 «Вкусняшки шоу». (0+)
16.00 «Буренка Даша». (0+)
16.10 «Клуб Винкс». (0+)
16.30 «Фееринки». (0+)
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 «Три кота». (0+)
22.30 «Дикие скричеры!» (0+)
22.50 «Инфинити Надо». (0+)
23.15 «Элвин и бурундуки». (0+)
01.00 «Даша и друзья: приключения в городе». (0+)
02.10 «Секреты маленького шефа». (0+)
02.35 «Подружки-супергерои». (0+)
03.40 «Кокоша - маленький дракон». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00, 00.50 День Патриарха. (0+)
05.15 Новый Завет вслух. (0+)
05.30 Знак равенства. (16+)
05.45 Лица Церкви. (6+)
06.00 Пилигрим. (6+)
06.30 В поисках Бога. (12+)
07.00, 17.30, 21.30, 02.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
07.45, 19.00, 01.05 Завет. (6+)
08.45 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
09.20, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
09.50, 22.15 Re:акция. (12+)
10.25 «ОСЕННЯЯ ИСТОРИЯ». 2 серия. (0+)
12.05 Русские. (12+)
13.00, 20.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
15.00 «ПИРОГОВ». (0+)

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	5	5-Й КАНАЛ	НТВ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К Культура	СТС	СТС
	21.20 «Клуб Веселых и Находчивых». (16+)	09.30 Пятеро на одного	01.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	11.00 «Живая еда» с Сергеем Малоземовым. (12+)	05.35 «Я СЧИТАЮ: РАЗ, ДВА, ТРИ, ЧЕТЫРЕ, ПЯТЬ...» (16+)	06.30 Библейский сюжет	06.00 Ералаш. (0+)	17.15 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ»	07.10 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА»	06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (0+)
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»	05.00 Утро России. Суббота	08.00 Вести. Местное время	05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	07.25 Смотр. (0+)	08.00 10.00 16.00 Сегодня	07.05 «Мультифильмы»	06.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+)	12.30 «Библейский сюжет	07.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ»	07.10 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)	07.35 «Три кота». (0+)
09.00 Умницы и умники. (12+)	08.20 Местное время. Суббота	09.05 «Моя правда». (16+)	10.10 «СЛЕД». (16+)	08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)	08.45 Доктор Свет. (16+)	09.10 00.35 Телескоп	07.30 «Люди Икс». (16+)	17.15 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ»	10.10 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА»	08.00 «Том и Джерри». (0+)	19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (0+)
09.45 Слово пастыря. (0+)	08.35 По секрету всему свету	10.20 Сто к одному	13.45 «ДОЛГИ СОВЕСТИ». (12+)	09.25 Едим дома. (0+)	10.20 Главная дорога. (16+)	09.40 «Русская Атлантида»	09.00 «ПроСТО кухня». (12+)	06.30 Библейский сюжет	07.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ»	07.10 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)	07.35 «Три кота». (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)	09.30 Пятеро на одного	11.10 Смеяться разрешается	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	11.00 «Живая еда» с Сергеем Малоземовым. (12+)	11.00 «Живая еда» с Сергеем Малоземовым. (12+)	10.10 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА»	10.00 «Забавные истории». (6+)	07.25 Смотр. (0+)	08.00 10.00 16.00 Сегодня	07.30 «Люди Икс». (16+)	08.00 «Том и Джерри». (0+)
10.15 «Горячий лед». Фигурное катание. Чемпионат мира-2020. Танцы. Женщины. Произвольная программа. (0+)	10.20 Сто к одному	11.10 Смеяться разрешается	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	12.00 Квартирный вопрос. (0+)	12.00 Квартирный вопрос. (0+)	10.10 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА»	10.00 «Забавные истории». (6+)	08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)	08.45 Доктор Свет. (16+)	08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)	08.45 Доктор Свет. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)	11.10 Смеяться разрешается	13.45 «ДОЛГИ СОВЕСТИ». (12+)	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	13.05 НашПотребНадзор. (16+)	14.00 «Поеедем, поедим!» (0+)	11.35 «Обаяние таланта». Юлия Борисова»	10.10 «СМУРФИКИ». (0+)	13.25 Смотр. (0+)	14.00 «Поеедем, поедим!» (0+)	12.30 «Праотцы	19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (0+)
12.15 «Модный приговор». К юбилею Надежды Бабкиной. (6+)	12.00 Клуб Веселых и Находчивых. Высшая лига. (16+)	18.00 Привет, Андрей! (12+)	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	14.00 «Поеедем, поедим!» (0+)	15.00 Своя игра. (0+)	12.30 «Праотцы	12.20 «СМУРФИКИ-2». (6+)	13.00 Эрмитаж	14.00 «Поеедем, поедим!» (0+)	13.00 Эрмитаж	19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (0+)
13.15 «Надежда Бабкина. «Если в омут, то с головой!» (12+)	14.15 Юбилейный концерт Надежды Бабкиной. (12+)	20.00 Вести в субботу	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	16.20 Следствие вели... (16+)	16.20 Следствие вели... (16+)	13.25 «Праотцы	14.20 «СМУРФИКИ-2». (6+)	13.25 «Праотцы	14.20 «СМУРФИКИ-2». (6+)	14.20 «СМУРФИКИ-2». (6+)	19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (0+)
16.15 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)	00.50 «ДАША». (12+)	20.40 «РАДИ ТВОЕГО СЧАСТЬЯ». (12+)	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	17.50 Ты не поверишь! (16+)	19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым	14.20 «ПОХОЖДЕНИЯ ЗУБНОГО ВРАЧА»	21.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (12+)	15.40 «Колонна для Императора»	16.25 «Человек без маски»	22.45 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+)	06.00 Ералаш. (0+)
17.50 Сегодня вечером. (16+)	20.40 «РАДИ ТВОЕГО СЧАСТЬЯ». (12+)	00.50 «ДАША». (12+)	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым	21.00 Секрет на миллион. (16+)	17.45 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ»	00.45 «НЕСНОСНЫЕ БОССЫ». (16+)	16.25 «Человек без маски»	17.45 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ»	02.30 «РИМСКИЕ СВИДАНИЯ». (16+)	03.55 «Шоу выходного дня». (16+)
21.00 Время	23.20 Большая игра. (16+)	00.50 «ДАША». (12+)	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	23.00 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (16+)	21.00 Агора	19.40 «Разведка в лицах»	03.55 «Шоу выходного дня». (16+)	17.15 Последний герой. Зрители против звёзд. (16+)	18.00 19.00 Новости	22.00 «КАРАВАДЖО». (18+)	04.40 «Снегурочка». (0+)
21.20 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига. (16+)	23.20 Большая игра. (16+)	00.50 «ДАША». (12+)	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	23.50 «Своя правда» с Романом Бабаяном. (16+)	01.40 Дачный ответ. (0+)	21.00 Агора	04.40 «Снегурочка». (0+)	18.00 19.00 Новости	22.30 «Земля будущего». (16+)	02.45 «Кострома»	05.45 Ералаш. (0+)
23.20 Большая игра. (16+)	00.30 «Горячий лед». Фигурное катание	00.50 «ДАША». (12+)	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	02.35 «УЛЬТИМАТУМ». (16+)	02.35 «УЛЬТИМАТУМ». (16+)	22.45 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+)	06.30 «6 кадров». (16+)	19.00 «Последний герой. Зрители против звёзд. (16+)	23.00 «Земля будущего». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+)
00.30 «Горячий лед». Фигурное катание		00.50 «ДАША». (12+)	14.00 «ПОЗДНЕЕ РАСКАЯНИЕ». (16+)	02.35 «УЛЬТИМАТУМ». (16+)	02.35 «УЛЬТИМАТУМ». (16+)	22.45 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+)	07.05 «ВОРОЖЕЯ». (16+)	19.00 «Последний герой. Зрители против звёзд. (16+)	23.00 «Земля будущего». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)
05.20 «ОДИН ИЗ НАС». (12+)	05.25 «ШАГ НАВСТРЕЧУ: НЕСКОЛЬКО ИСТОРИЙ ВЕСЕЛЫХ И ГРУСТНЫХ...» (12+)	06.30 «Фигура речи». (12+)	05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	09.15 «Минтранс». (16+)	10.15 «Самая полезная программа». (16+)	12.30 «ПРИНЦ ВЭЛИАНТ». (12+)	14.30 «РОБИН ГУД». (16+)	19.00 «Последний герой. Зрители против звёзд. (16+)	20.15 «ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ». (16+)	23.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)
07.15 Православная энциклопедия. (6+)	06.45 «ОХОТНИЦА». (12+)	07.00 «Служу Отчине!» (12+)	07.20 «КУДРЯШКА СЮ». (12+)	10.15 «Минтранс». (16+)	11.15 «Военная тайна». (16+)	14.30 «ПАСТЫРЬ». (16+)	17.15 «ПАСТЫРЬ». (16+)	19.00 «Последний герой. Зрители против звёзд. (16+)	20.15 «ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ». (16+)	23.00 «ВЕЧЕРНЯЯ СКАЗКА». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)
07.45 «ОХОТНИЦА». (12+)	09.40 «Максим Перепелица». (0+)	07.30 01.45 «За строчкой архивной...» (12+)	09.15 «Минтранс». (16+)	11.15 «Военная тайна». (16+)	12.00 «Большая страна». (12+)	17.20 «ПРИНЦ ВЭЛИАНТ». (12+)	19.30 «МСТИТЕЛИ: ВОЙНА БЕСКОНЕЧНОСТИ». (16+)	20.20 «Охотники за привидениями. Битва за Москву». (16+)	23.00 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)
09.40 «Максим Перепелица». (0+)	10.45 «МАКСИМ ПЕРЕПЕЛИЦА». (0+)	08.00 13.00 18.00 Новости дня	10.15 «Моменты судьбы». (6+)	11.15 «Военная тайна». (16+)	13.05 Дом «Э». (12+)	17.20 «ПРИНЦ ВЭЛИАНТ». (12+)	19.30 «МСТИТЕЛИ: ВОЙНА БЕСКОНЕЧНОСТИ». (16+)	20.20 «Охотники за привидениями. Битва за Москву». (16+)	23.00 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)
11.30 14.30 23.45 События	11.05 «Улика из прошлого». (16+)	09.00 «Легенды цирка». (6+)	09.10 «Моменты судьбы». (6+)	11.15 «Военная тайна». (16+)	13.30 15.05 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)	16.20 Среда обитания. (12+)	19.20 «Вспомнить всё». (12+)	00.50 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)	02.30 «Тайны Чапман». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)
11.45 «МАКСИМ ПЕРЕПЕЛИЦА». (0+)	11.05 «Улика из прошлого». (16+)	09.30 «Легенды кино». (6+)	09.30 «ТАЙНЫ АВРОРЫ ТИГАРДЕН». (16+)	11.15 «Военная тайна». (16+)	13.30 15.05 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)	17.30 Концерт «Магия трёх роялей». (12+)	19.45 «Культурный обмен». (12+)	00.50 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)	02.30 «Тайны Чапман». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)
12.55 14.45 «ПРИЗРАКИ ЗА МОСКОВРЕЧЬЯ». (12+)	11.15 «Задело!» с Николаем Петровым	13.20 «Специальный репортаж». (12+)	10.30 «Тайны АВРОРЫ ТИГАРДЕН». (16+)	11.15 «Военная тайна». (16+)	13.30 15.05 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)	17.30 Концерт «Магия трёх роялей». (12+)	19.45 «Культурный обмен». (12+)	00.50 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)	02.30 «Тайны Чапман». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)
17.05 «ЖЕНЩИНА НАВОДИТ ПОРЯДОК». (12+)	16.30 18.25 «СЛУШАТЬ В ОТСЕКАХ». (12+)	18.10 «Задело!» с Николаем Петровым	10.30 «Тайны АВРОРЫ ТИГАРДЕН». (16+)	11.15 «Военная тайна». (16+)	13.30 15.05 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)	17.30 Концерт «Магия трёх роялей». (12+)	19.45 «Культурный обмен». (12+)	00.50 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)	02.30 «Тайны Чапман». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным	23.55 «СПИРАЛЬ». (16+)	18.10 «Задело!» с Николаем Петровым	20.30 «КОРСИКАНЦ». (12+)	11.15 «Военная тайна». (16+)	16.20 Среда обитания. (12+)	19.20 «Вспомнить всё». (12+)	19.45 «Культурный обмен». (12+)	00.50 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)	02.30 «Тайны Чапман». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)	01.25 «ЛЮБИМЫЕ ДЕТИ». (16+)
22.15 «Право знать!». (16+)	01.45 «МЕХАНИК». (16+)	19.55 «ОБЪЯВЛЕНЫ В РОЗЫСК». (16+)	20.30 «КОРСИКАНЦ». (12+)	11.15 «Военная тайна». (16+)	17.30 Концерт «Магия трёх роя						

ТНТ	ТНТ-СПБ	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
											
20.00 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)	14.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-2.». (16+)			02.15 Формула-1. Гран-при Бахрейна. (0+)		НОВОСТИ ИТОГИ НЕДЕЛИ		21.30 «ГОРЯЧИЕ НОВОСТИ.». (16+)		22.30 «МЕЧЕНОСЕЦ.». (16+)	
07.00 ТНТ Music. (16+)	06.00 08.00 11.20 «Улетное видео. Лучшее», (16+)	06.30 Профессиональный бокс. Ф. Чудинов - Х. Н'Дам Н'Жикам. (16+)	06.00 «ТАЙНА ЕГОРА, ИЛИ НЕОБЫКНОВЕННЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ОБЫКНОВЕННЫМ ЛЕТОМ.». (12+)	07.35 «Чародей равновесия». (6+)	05.40 «Пища богов». (12+)						
07.30 ТНТ. Gold. (16+)	06.20 04.45 «ЕВЛАМПИЯ РОМАНОВА: СЛЕДСТВИЕ ВЕДЁТ ДИЛЕТАНТ». (12+)	08.00 15.15 17.45 22.05 Все на Матч!	07.55 «Ленинградская коллекция» с Борисом Герштом. (12+)	08.50 20.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)	07.25 «Открытая студия. Неделя». (12+)						
09.00 «САШАТАНЯ». (16+)	09.30 «КВН на бис». (16+)	08.30 Футбол. «Лилль» - «Монако». Чемпионат Франции. (0+)	09.05 Слово. (16+)	09.35 «Ветеринарная клиника». (16+)	09.00 «Зверопитер». (12+)						
11.00 «Народный ремонт». (16+)	10.30 «КВН. Высший балл». (16+)	10.30 11.40 13.25 15.10 17.40 19.50 22.00 Новости Все на футбол! Афиша. (12+)	09.20 Азбука петербуржца. (6+)	10.30 «НИКТО НЕ ЗАМЕНИТ ТЕБЯ». (0+)	09.30 «Автограф». (12+)						
12.00 «Где логика?». (16+)	12.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ». (16+)	11.45 13.30 Биатлон. (0+)	09.25 Зона Особого Внимания. (16+)	11.35 «Под лёд». (16+)	10.00 12.00 16.30 «Известия 78». (12+)						
13.00 Студия Союз. (16+)	14.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-2». (16+)	15.50 18.25 Биатлон	10.00 Пульс города. (12+)	12.00 Берлин. Май 1945. (16+)	10.10 «Давно не виделись». (12+)						
14.00 Импровизация. (16+)	16.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-3». (16+)	17.10 «Жизнь после спорта». (12+)	11.00 15.00 18.00 «Новости». (16+)	12.45 «ГОГОЛЬ: БЛИЖАЙШИЙ». (12+)	11.00 «Книжные аллеи». (12+)						
15.00 Comedy Woman. (16+)	17.40 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-4». (16+)	20.00 Профессиональный бокс. Ф. Чудинов - А. Чилемба	11.15 «Выходной». (6+)	14.35 «ПРОДЛИСЬ, ПРОДЛИСЬ, ОЧАРОВАНЬЕ...». (12+)	11.30 «Подводный роман. Остров». (12+)						
20.00 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)	19.30 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-5». (16+)	22.30 Реальный спорт	11.30 20.55 Малые родины большого Петербурга. (6+)	17.50 «НЕЧАЯННЫЕ ПИСЬМА». (12+)	12.15 00.25 «Земля. Территория загадок». (12+)						
Устав таксовать в провинции, простак Артем перебирается в столицу. Теперь он - трезвый водитель	21.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)	23.30 Профессиональный бокс. М. Бриедис - Ю. Дортикос. Всемирная Суперсерия. Финал	11.50 Время суток. (16+)	19.15 «Правда ли?». (16+)	14.05 «Легенды советского сыска». (12+)						
22.00 «Женский стендап». (16+)	22.30 «Улетное видео». (16+)	02.15 Формула-1. Гран-при Бахрейна. (0+)	12.20 15.10 18.15 «ВРЕМЕНЩИК». (16+)	20.45 «Корчной». (12+)	19.30 Сделано в СССР. (12+)						
23.00 Дом-2. Город любви. (16+)	23.00 «+100500». (18+)	03.30 Гандбол. Россия - Казахстан. (0+)	20.00 Итоги недели. (16+)	21.30 «ГОРЯЧИЕ НОВОСТИ». (16+)	20.30 «Другой Петербург». (16+)						
00.05 Дом-2. После заката. (16+)	00.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-6». (16+)	05.15 Спортивная гимнастика. (0+)	21.10 «Театральная гостиная». (16+)	23.15 «АМЕРИКАНЕЦ». (16+)	21.00 «Происшествия». (16+)						
01.05 ТНТ Music. (16+)	02.00 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ-7: МИССИЯ В МОСКВЕ». (16+)	03.20 «Улетное видео». (16+)	23.40 «СВЯЗИ». (16+)	02.10 «С миру по нитке». (12+)	22.00 «Какой мужчина!». (16+)						
01.35 «Stand Up». (16+)			04.20 «ДОКТОР КАЛЮЖНЫЙ». (6+)		22.30 «МЕЧЕНОСЕЦ». (16+)						
04.05 «Открытый микрофон». (16+)					02.10 «Ночное вещание». (16+)						
04.55 «Открытый микрофон. Дайджест». (16+)											
05.45 «Открытый микрофон». (16+)											

Советы от звездочёта Надежды Солнечной с 16 по 22 марта

 Рыбы 19.02 – 20.03	 Овен 21.03 – 20.04	 Телец 21.04 – 21.05
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.	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 поездок на природу в компании вашей половинки.	Тельцам звезды советуют не лениться и по максимуму выкладываться на работе. Проявив творческий подход, вы сумеете добиться многое. 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	 Рак 22.06 – 22.07	 Лев 23.07 – 22.08
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.	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.	Для Львов наступает особое время, требующее большого 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	 Весы 24.09 – 23.10	 Скорпион 24.10 – 22.11
Время проявлять свои дипломатические способности впереди у Дев. Страйтесь 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, 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.	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	 Козерог 22.12 – 20.01	 Водолей 21.01 – 18.02
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 разыграйте сцен ревности.	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.	Любые запутанные жизненные ситуации Водолеи будут щелкать словно орешки. В профессиональных делах возможны самые разные неожиданности. Влюбленным стоит начистоту поговорить о накопившихся проблемах, молчание лишь усилит наметившееся недоверие.

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT 1
06.00, 10.15 Прыжки в воду. «Мировая серия». (0+)	03.35 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. Планица. HS 240. (12+)
07.45, 10.10, 12.30, 14.50 Новости	05.00, 06.00 Теннис. WTA Premier Mandatory. Индиан-Уэллс. 1/2 финала. Прямая трансляция. (6+)
07.50 Баскетбол. Кубок Европы. 1/4 финала. (0+)	08.00, 21.45 Теннис. (6+)
09.40, 03.50 Страна смотрит спорт. (12+)	09.30, 10.30 Горные лыжи. Кубок мира. (12+)
12.35, 16.25 Страна. Live. (12+)	10.50, 12.15, 13.45, 15.15 Горные лыжи. Кубок мира. Кортини-д'Ампеццо. Прямая трансляция. (12+)
12.55 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. 1/2 финала. Ответный матч. Прямая трансляция	16.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. Планица. HS 240. Прямая трансляция. (12+)
14.55 Лыжный спорт. Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Прямая трансляция из Чайковского	18.30 Велоспорт. Милан – Сан-Ремо. Прямая трансляция. (12+)
16.45 1+1. (12+)	19.25, 20.35 Лыжные гонки. Кубок мира. Кэнмор. Прямая трансляция. (12+)
17.25 Прыжки в воду. «Мировая серия». Прямая трансляция из Казани	20.05 Биатлон. Кубок мира. Осло. Мужчины. Гонка преследования. (6+)
20.30, 04.20 Лыжный спорт. Прыжки с трамплина. Контиентальный кубок. Мужчины. Финиш. (0+)	23.00 Теннис. ATP «Мастерс». Индиан-Уэллс. 1/2 финала. Прямая трансляция. (6+)
22.15 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)	
00.05 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)	
01.55 Между небом и землёй. (12+)	
02.15 Лыжный спорт. (0+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	
05.00 Золотая лихорадка. (16+)	11.00 PRO-обзор. (16+)
05.45, 08.25 PRO-новости. (16+)	11.30, 18.30 Место под Солнцем. (16+)
06.10, 12.40 ТОР 30 – Русский крутак недели. (16+)	15.10 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
09.00 Сделано в 90-х. (16+)	15.40 День Рождения МУЗ-ТВ в Кремле. 23 года в эфире. (16+)
10.00 ТОР чарт Европы плюс. (16+)	19.40 Europa Plus Live-2019. (16+)
Видеоверсия знаменитого хит-парада одной из лучших радиостанций страны – Euro Hit Top 40.	Все популярные песни этого года в стиле Top Music Non Stop.
	23.40 Танцпол. (16+)
	01.00 Неспиннер. (16+)

МУЛЬ

МУЛЬ
06.00, 08.25, 10.30 «День Рождения Ми-ми-мишек». (0+)
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
08.15 «Робокар Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)
08.20 «Хайдораблз». (0+)
10.00 «Морики Дорики». (0+)
18.00 «Роботы-поезда». (0+)
18.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
19.00 «Мульпремьера! «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Наука», «Просто о важном. Про Ми и Гошу: Другой мальчик, Побег», «Ник-изобретатель: Пираты нашего двора, Кто герой?», «Ми-Ми-Мишки. Графити». (0+)
16.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. Планица. HS 240. Прямая трансляция. (12+)
19.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
20.30 «Маша и Медведь», «Машинки песенки». (0+)
20.55 «Машинки сказки». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.25 «Лео и Тиг». (0+)
22.00 МульТюрприз. (0+)

МУЛЬ

МУЛЬ
05.00 «Минни-Маппеты». (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 «Лёс Пэт». (6+)
08.25 «Хранитель Лев». (0+)
08.55 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.25 «ЛУПС». (0+)
10.00 «Дружные мопсы». (0+)
10.30 «Блуми». (0+)
11.00 «София Прекрасная». (0+)
11.25 «Елена – принцесса Авала». (0+)
12.30 «Рапунцель: История продолжается. За стенами Короны». (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 «СПАСИ МИСТЕРА БЭНКСА». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

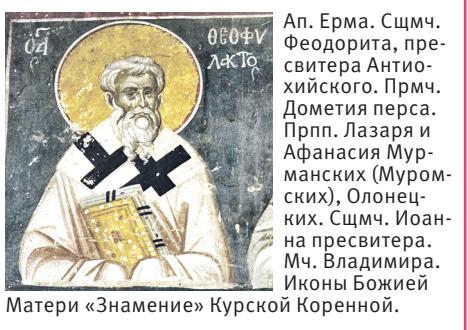
DISNEY КАНАЛ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
05.00 «Минни-Маппеты». (0+)	05.00 «Йоко». (0+)	11.30 «НА ПРИВЯЗИ У ВЗЛЕТНОЙ ПОЛОСЫ». (0+)
05.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)	13.00 И будут двое... (12+)
06.15, 12.00 «Русалочка» (субтитры). (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)	14.00 Я хочу ребенка. (12+)
06.40 «Доктор Плюшева». (0+)	07.30 «Чик-зарядка». (0+)	14.30 В поисках Бога. (12+)
07.35 «Герои в масках». (0+)	07.35 «Лунтик и его друзья». (0+)	15.00 Лик Царицы Небесной. Сотворившая чудо. (12+)
08.10 «Лёс Пэт». (6+)	09.00 «Еда на ура!». (0+)	16.00 Русский обед. (6+)
08.25 «Хранитель Лев». (0+)	09.20 «Малышарики. Танцует и поёт!» (0+)	17.00 «Наши любимые песни». Концерт. (12+)
08.55 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)	09.25 «Радужный мир Руби». (0+)	18.00 «ХДИ МЕНЯ». (6+)
09.25 «ЛУПС». (0+)	10.05 «Барбоскины». (0+)	СССР, 1943 г.
10.00 «Дружные мопсы». (0+)	10.45 «Три!». (0+)	20.00, 02.25 Встреча (субтитры). (12+)
10.30 «Блуми». (0+)	11.05 «Рев и заводная команда». (0+)	21.00, 03.25 Не верю! Разговор с атеистом. (16+)
11.00 «София Прекрасная». (0+)	11.40 «Ангел Баби». (0+)	22.00 Идущие к... Послесловие. (16+)
11.25 «Елена – принцесса Авала». (0+)	12.30 «Большие праздники». (0+)	22.30 «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)
12.30 «Рапунцель: История продолжается. За стенами Короны». (6+)	13.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	11.00 Курская коренная пустынь. Цикл: Небо на земле. (12+)
13.25 «Белоснежка и семь гномов». (0+)	14.20 «Ералаш». (6+)	00.20 Вера в большом городе. (16+)
15.05 «Золушка». (6+)	15.10 «Простоквашино». (0+)	
16.45 «Золушка-2: Мечты сбываются». (0+)	16.10 «Клуб Винкс». (6+)	
18.05 «Золушка-3: Злые чары». (0+)	16.35 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)	
19.30 «Храбрая сердцем». (6+)	17.25 «Турбозавры». (0+)	
21.20 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)	18.25 «Пластилиники». (0+)	
23.25 «МАППЕТЫ». (6+)	19.30 «Вспыш и чудо-машины». (0+)	
01.25 «СПАСИ МИСТЕРА БЭНКСА». (12+)	19.15 «Сказочный патруль». (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 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
08.15, 04.45 Тайны сказок» с Анной Ковалчук. (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+)
12.00 «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 «ХДИ 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... Послесловие. (16+)
22.30 «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)
00.20 Вера в большом городе. (16+)

Православный календарь

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



Ап. Ерма. Сщмч. Феодорита, пресвитера Антиохийского. Прмч. Дометия перса. Прп. Лазария и Афанасия Муромских (Муромских), Олонецких. 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 совести. И не будут нуждаться дети ваши, и вы благословенны будете на земле и небесах».

Свт. Николай Сербский

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Грачи загадели – дождя захотели

17 марта, в день Герасима Грачевника, приметы были связаны с поведением птиц: грачи гнезда ремонтируют – несколько дней 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.

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

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 16 ПО 22 МАРТА

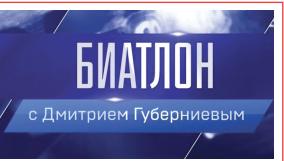
ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

16 МАРТА

В 1870 году в России пущена первая марлевая печь.

17 МАРТА

В 1861 году был обнаружен манифест Александра II об отмене крепостного права.

ТНТ	ТНТ-СПБ	Че	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	САНКТ-ПЕТЕРБУРГ	СПБ	ЛЕН ТВ 24	ЛЕНТВ24	78	78 КАНАЛ
											
											
15.35 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)	00.00 «ДЖЕК СТОУН». (18+)			17.05 Биатлон с Дмитрием Губерниевым			14.20 «ТАРИФ НА ПРОШЛОЕ». (16+)		18.25 «ЛЮБОВЬ И ДРУЖБА». (12+)		23.00 «МАМА, НЕ ГОРЮЙ!». (18+)
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+)	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+)	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+)	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). Российской Премьер-лиги. (0+) 20.50 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ». (12+) 22.45 «Культурная эволюция». (16+) 23.15 «СВЯЗИ». (16+) 04.00 «МАСКАРАД». (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, ОЧАРОВАНЬЕ...» (12+) 12.05 «Правда ли?» (16+) 12.50 «Казаки 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	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 наружой

Эспостоа

Его главной особенностью является то, что он пушистый. Белые волоски эспостоа 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.



Эхинофос-сулокактус

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 цветли. Перечислим основные причины отсутствия цветения:

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

Подробности

Колючки и здоровье

Колючки у кактусов в зависимости от вида могут быть очень маленькими, а могут вырасти (в природе) до двух метров. Кстати, чем лучше себя чувствует кактус, чем бодрее у него настроение – тем более длинные колючки у него вырастают. Причем сами колючки у разных видов могут быть острые, как иглы, а могут быть совсем мягкие, 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	TV 1000	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+)	05.00 Миллион вопросов о природе. (6+)	05.00 Орел и решка. Кругосветка. (16+)
09.05 «СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ». (16+)	09.20 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	07.20 «СВАТЫ». (16+)	11.00, 22.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	06.15 Беларусь сегодня. (12+)	05.15 Беларусь сегодня. (16+)
11.15 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (12+)	11.45 «СОБИОР». (12+)	13.55 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)	13.00 Ко дню рождения Георгия Женюшкина. «ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ». (12+)	06.45 «ХОЛЛЕРЫ». (16+)	06.45 Школа доктора Комаровского. (12+)
12.55 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (12+)	15.35 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)	14.40 «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ». (6+)	14.40 «Проект Подиум. Все звезды». (16+)	07.45, 07.40, 05.05 Мультифильмы. (6+)	08.30 Доктор Бессмертный. (16+)
14.30 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (12+)	17.25 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)	16.10 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)	09.40, 10.45, 11.50 Правила моей кухни. (16+)	07.05 Играй, дутар! (16+)	09.00 Регина+1. (16+)
16.25 «К-9: СОБАЧЬЯ РАБОТА». (12+)	19.10 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)	18.40 «АВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)	14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+)	08.20 Еще дешевле. (12+)	10.00 Новости
18.10 «ДРУГИЕ». (16+)	Россия, 2019 г.	20.15 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)	18.30, 19.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)	08.55 Всемирные игры разума. (12+)	10.15, 16.15, 19.30, 01.00, 05.30 «БЕЖАТЬ». (16+)
20.10 «НЕВИДИМКА». (16+)	США, Великобритания, 2017 г.	22.40 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)	20.00 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)	Сериал. Детектив, Россия, 2011 г.	05.30 «БЕЖАТЬ». (16+)
22.05 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)	05.55 «ПОМНИЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+)	00.30 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (6+)	21.35 «ПОЧТИ СЕМНАДЦАТЬ». (16+)	09.25 Фазендалайф. (6+)	10.00 Новости
23.55 «ВСЕ ДЕНЬГИ МИРА». (18+)	02.40 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)	02.10 «АЛМАЗЫ ДЛЯ МАРИИ». (12+)	23.15 «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (16+)	10.10 Новости	10.15, 16.15, 19.30, 01.00, 05.30 «БЕЖАТЬ». (16+)
02.15 «МОЙ МАЛЬЧИК». (12+)	05.30 «Царевна-лягушка». Мультифильм. (6+)	03.25 «ЧЕСТНЫЙ, УМНЫЙ, НЕЖЕНТАЙНЫЙ...». (12+)	00.50 «КОРОЛЬ-РЫБАК». (18+)	10.30 На ножах. (16+)	05.30 «БЕЖАТЬ». (16+)
04.10 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (12+)			03.05, 03.45, 04.30, 05.15 «АМНЕЗИЯ». (16+)	14.30 Ревизорро. (16+)	10.30 На ножах. (16+)

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 КВАРТАЛ». (12+)
03.30 «ПРИРОДЁННЫЙ ГОНЩИК». (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 С ГАРАНТИЕЙ». (16+)	12.35 «ПОЛНЫЙ КОНТАКТ». (16+)	06.30 «ЛЕГОК НА ПОМИНЕ». (12+)
06.45 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)	14.00 «ВЕРА И СОМНЕНИЕ». (16+)	14.00 «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (16+)	08.10 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА». (6+)
08.15 «ТЫ НЕ ТЫ». (16+)	14.15 «ДЖИНГИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+)	16.05 «БЕЗ СЕКСА». (16+)	10.10 «ДЖИНГИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+)
10.00 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ!». (16+)	16.20 «РЕШТЬШАТЬ НА!». (16+)	16.20 «РЕШТЬШАТЬ НА!». (16+)	09.25 «УСАТЫЙ НЯНЬ». (6+)
11.45 «РЕКРУТ». (16+)	16.35 «КАВКАЗСКАЯ РУЛЕТКА». (16+)	16.35 «СОСЕДКА». (16+)	10.55 «МАМА НЕ ГОРЮЙ». (18+)
13.35 «БЛИЗНЕЦЫ». (16+)	18.10 «ТАМ, ГДЕ ВОДЯТСЯ ЗВЁЗДЫ». (16+)	16.00 «ВАМПИРСКИЙ ЗАСОС». (16+)	12.30 «МАМА НЕ ГОРЮЙ-2». (16+)
15.20 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКОРОВИЩ». (12+)	18.25 «СЕЛФИ». (16+)	17.35 «ЧЁРНЫЙ РЫЦАРЬ». (12+)	14.35 «КЛАССИК». (16+)
17.00 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)	20.30 «ПРИНЯТЬ УДАР!». (16+)	19.25 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ!». (16+)	16.35 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+)
18.55 «ЛИМБ!». (16+)	20.50 «ПОД ВОДОЙ!». (16+)	21.15 «ВСЁ И СРАЗУ!». (16+)	20.00 «ДЕЖА ВЮ!». (12+)
20.30 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)	21.00 «ПАТЕНТ!». (16+)	23.00 «НЕУДОВЛЮВОРЕННОЕ СЕКСУАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (18+)	21.00 «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+)
22.10 «ТАЙНЫ ПРОШЛОГО». (16+)	22.45 «ПРИНЯТЬ УДАР!». (16+)	23.10 «ГЛАЯ БУХТА». (18+)	22.30 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, МЫ ВАША КРЫША!». (12+)
23.40 «ОМЕРЗИТЕЛЬНАЯ ВОСЬМЕРКА». (18+)			23.30 «ПЛОХОВНИК!». (16+)

СУПЕР	СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
06.00, 08.30 Мультифильмы. (0+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ!». (16+)	06.00 «Фиксики». Мультифильм. (0+)	10.00, 18.00, 02.00 «МЕДИЧИ: ПОВЕЛИТЕЛИ ФЛОРЕНЦИИ». (18+)	10.00, 11.00, 18.00, 02.00, 02.00, 03.00 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)	00.00 «Час истины». (12+)
08.25 Прогнозик погодки. (0+)	10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	08.55 «Снежная королева». Мультифильм. (0+)	11.00, 19.00, 03.00 «АС ИЗ АСОВ». (12+)	10.35 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)	01.00, 01.10 Время Победы. (12+)
09.00 «РОДИТЕЛИ!». (12+)	Сериал. Россия, 2007 г.	10.30 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)	12.45, 20.45, 04.45 «ХРУСТАЛЬ!». (18+)	23.00 «ЛЕТО, ОДНОКЛАССНИКИ, ЛЮБОВЬ!». (16+)	01.15 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
11.30 «СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ!». (12+)	12.00, 13.00, 20.00, 21.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ!». (16+)	11.00, 12.00, 16.00, 20.00, 00.05, 04.05 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ!». (16+)	14.20, 22.20, 06.20 «ВЫ УМРЕТЕ ИЛИ МЫ ВЕРНЕМ ВАМ ДЕНЬГИ!». (16+)	14.20, 22.20, 06.20 «ВЫ УМРЕТЕ ИЛИ МЫ ВЕРНЕМ ВАМ ДЕНЬГИ!». (16+)	01.20, 01.30 Расшифрованные сокровища. (12+)
13.30 «ЛЮБИТ НЕЛЮБИТ!». (16+)	14.00, 22.00, 06.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА!». (16+)	13.00, 23.35, 03.35 Камский спиннинг. (16+)	15.00, 23.55, 07.55 «ПРОСТО ПЛАН!». (16+)	15.00, 23.55, 07.55 «ПРОСТО ПЛАН!». (16+)	01.30, 01.40 Наследие цивилизаций. Древняя Азия. (12+)
15.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ!». (16+)	15.00, 23.35, 03.35 Камский спиннинг. (16+)	14.00, 22.00, 06.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА!». (16+)	16.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА!». (12+)	15.00, 23.55, 07.55 «ПРОСТО ПЛАН!». (16+)	01.40 Скрытое следы: Первая мировая война (1914-1918). (12+)
15.25 Прогнозик погодки. (0+)	16.00 «ВАМПИРСКИЙ ЗАСОС». (16+)	15.00, 23.35, 03.35 Камский спиннинг. (16+)	17.00, 18.00, 02.00 «МЕДИЧИ: ПОВЕЛИТЕЛИ ФЛОРЕНЦИИ». (18+)	16.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА!». (12+)	01.50 Скрытое следы: Ватерлоо. (12+)
15.30 «ВОЙНА СЕМЕЙ!». (16+)	17.00, 18.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	16.00 «ВАМПИРСКИЙ ЗАСОС». (16+)	18.00, 19.00, 03.00 «АС ИЗ АСОВ». (12+)	17.00, 18.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	02.00 Наследие цивилизаций. Древняя Азия. (12+)
17.30 «ГРАНД!». (16+)	18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	17.00, 18.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	19.00 «ДЕЖА ВЮ!». (12+)	18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	02.10 Скрытое следы: Расшифрованные сокровища. (12+)
20.30 «ГОД КУЛЬТУРЫ!». (16+)	19.00, 20.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	20.00 «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+)	19.00, 20.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	02.10 Скрытое следы: Расшифрованные сокровища. (12+)
23.00 «ШАЛУН!». (12+)	20.00, 21.00, 02.00, 03.00 «ДАЧА СЕМЕЙ!». (12+)	19.00, 20.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	21.00 «ДОПЛЮС». (16+)	20.00, 21.00, 02.00, 03.00 «ДАЧА СЕМЕЙ!». (12+)	02.10 Скрытое следы: Расшифрованные сокровища. (12+)
01.00 «НЕ ГРОЗИ ЮЖНОМУ ЦЕНТРАЛУ, ПОПИВА СОК У СЕБЯ В КВАРТАЛЕ!». (16+)	21.00 «ДОПЛЮС». (16+)	20.00, 21.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ!». (12+)	22.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА!». (12+)	21.00 «ДОПЛЮС». (16+)	02.10 Скрытое следы: Расшифрованные сокровища. (12+)
03.00 «ОСТРОВ!». (16+)	22.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА!». (12+)	21.00 «ДОПЛЮС». (16+)	23.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА!». (12+)	22.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА!». (12+)	02.10 Скрытое следы: Расшифрованные сокровища. (12+)

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+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00 Прыжки в воду. (0+)	01.05, 22.30 Теннис. (6+)	02.30, 09.45, 10.30 Горные лыжи. Кубок мира. (12+)
08.30, 11.25, 13.50, 15.45 Новости	03.00, 03.30 Биатлон. (6+)	04.00, 05.00, 06.00 Велоспорт. (12+)
08.35 Страна. Live. (12+)	07.30, 16.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира по полётам. (12+)	09.25, 13.20, 23.45 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
08.55 Безумный спорт. (12+)	10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)	09.55, 01.05 Лыжный спорт. Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Прямая трансляция из Чайковского
11.30, 04.10 Волейбол. (0+)	14.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)	11.30, 04.10 Волейбол. (0+)
13.55 Лыжный спорт. Прыжки с трамплина. Континентальный кубок. Мужчины. Финал. Прямая трансляция из Чайковского	15.00 «Джинглики». (0+)	13.55 Лыжный спорт. Прыжки с трамплина. Континентальный кубок. Мужчины. Финал. Прямая трансляция из Чайковского
15.50 Гандбол. Олимпийский квалификационный турнир. Женщины. (0+)	16.00 «Ник-изобретатель». (0+)	17.25 Прыжки в воду. «Мировая серия». Прямая трансляция из Казани
17.25 Прыжки в воду. «Мировая серия». Прямая трансляция из Казани	17.00 «Фиксики». (0+)	20.35 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
22.25 Водное поло. Олимпийский квалификационный турнир. Мужчины. Россия – Франция. Прямая трансляция из Нидерландов	18.00 «Роботы-поезды». (0+)	00.10 Спортивный детектив
00.10 Спортивный детектив	18.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)	02.45 Лыжный спорт. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 23.20 Караокинг. (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+)

МУЛЬ

МУЛЬ
08.15 «Робокар Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)
08.20 «Хэйрдораблз». (0+)
08.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
10.00, 22.00 МУЛЬтсюрприз. (0+)
14.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
15.00 «Джинглики». (0+)
16.00 «Ник-изобретатель». (0+)
17.00 «Фиксики». (0+)
18.00 «Роботы-поезды». (0+)
18.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
19.00 МУЛЬтпремьера! «Барбоскины», «Деревяшки», «Катя и Эда. 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+)

МУЛЬ

МУЛЬ
08.15 «Робокар Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)
08.20 «Хэйрдораблз». (0+)
08.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
10.00, 22.00 МУЛЬтсюрприз. (0+)
14.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
15.00 «Джинглики». (0+)
16.00 «Ник-изобретатель». (0+)
17.00 «Фиксики». (0+)
18.00 «Роботы-поезды». (0+)
18.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
19.00 МУЛЬтпремьера! «Барбоскины», «Деревяшки», «Катя и Эда. 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

КАНАЛ DISNEY
05.00 «Минни-Маппеты». (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 «Пёс Пэт». (6+)
08.25 «Хранитель Лев». (0+)
08.55 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.25 «ПУПС». (0+)
10.00 «Дружные мопсы». (0+)
10.30 «Блум». (0+)
11.00 «София Прекрасная». (0+)
11.25 «Елена – принцесса Авала». (0+)
12.30 «Рапунцель: История продолжается. Рапунцель и величественное дерево». (6+)
13.25 «Мэри и ведущий цветок». (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+)

КАНАЛ DISNEY
05.00 «Минни-Маппеты». (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 «Пёс Пэт». (6+)
08.25 «Хранитель Лев». (0+)
08.55 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.25 «ПУПС». (0+)
10.00 «Дружные мопсы». (0+)
10.30 «Блум». (0+)
11.00 «София Прекрасная». (0+)
11.25 «Елена – принцесса Авала». (0+)
12.30 «Рапунцель: История продолжается. Рапунцель и величественное дерево». (6+)
13.25 «Мэри и ведущий цветок». (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+)

КАНАЛ DISNEY
05.00 «Минни-Маппеты». (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 «Пёс Пэт». (6+)
08.25 «Хранитель Лев». (0+)
08.55 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.25 «ПУПС». (0+)
10.00 «Дружные мопсы». (0+)
10.30 «Блум». (0+)
11.00 «София Прекрасная». (0+)
11.25 «Елена – принцесса Авала». (0+)
12.30 «Рапунцель: История продолжается. Рапунцель и величественное дерево». (6+)
13.25 «Мэри и ведущий цветок». (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+)

КАНАЛ DISNEY
05.00 «Минни-Маппеты». (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 «Пёс Пэт». (6+)
08.25 «Хранитель Лев». (0+)
08.55 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.25 «ПУПС». (0+)
10.00 «Дружные мопсы». (0+)
10.30 «Блум». (0+)
11.00 «София Прекрасная». (0+)
11.25 «Елена – принцесса Авала». (0+)
12.30 «Рапунцель: История продолжается. Рапунцель и величественное дерево». (6+)
13.25 «Мэри и ведущий цветок». (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+)

КАНАЛ DISNEY
05.00 «Минни-Маппеты». (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 «Пёс Пэт». (6+)
08.25 «Хранитель Лев». (0+)
08.55 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
09.25 «ПУПС». (0+)
10.00 «Дружные мопсы». (0+)
10.30 «Блум». (0+)
11.00 «София Прекрасная». (0+)
11.25 «Елена – принцесса Авала». (0+)
12.30 «Рапунцель: История продолжается. Рапунцель и величественное дерево». (6+)
13.25 «Мэри и ведущий цветок». (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+)

КАНАЛ DISNEY

</tbl_r

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.

Красивые, 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, домохозяйка

Анна Адамовна, учительница

Галина Сергеевна, бизнесвумен

Собираюсь купить плойку. Девочки, что можете посоветовать?

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

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

– А как узнать, что до правильной температуры плойка нагрелась?

– Это просто. Как правило, плойки оснащены регулятором температуры, с помощью которого можно выставлять желаемый режим нагрева. Чем больше диапазон возможных температур, тем плойка лучше. Только надо помнить, что тонкие волосы нежелательно нагревать более 160 градусов, максимум для жестких волос – 190 градусов. Окрашенные и поврежденные волосы лучше не нагревать более 120 градусов.

– Точно-точно, девочки, полезная функция. Что еще посоветуете?

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

– Ты на насадки внимание обратила, но надо еще одну тонкость учесть – крепление шнура, оно должно быть вращающимся. Такое крепление гарантирует защиту от скручивания шнура, да и пользоваться плойкой гораздо удобнее.

– А как раньше завивали волосы?

– А еще надо обратить внимание на покрытие нагревающего элемента. Это может быть тefлон, керамика, турмалин, титановое или хромированное покрытие. У каждого из них есть свои потребительские отличия и достоинства. Тонкостей много, советую обратиться к специалистам.

– А я люблю эксперименты. И у меня есть еще классическая плойка со сменными насадками. Насадок может быть несколько, и каждая из них предназначена для разных видов 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 прямые волосы».

– Просто мокрыми заплетали в косы и отправлялись спать. Наутро локоны обеспечены! А еще я слышала про «марсельскую волну». Цирюльник Марсель Грото в 1880 году по типу ножниц соединил два железных стержня. Их нагревали и зажимали пряди. Хорошо, что уже не надо косы плести 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.

Но далеко не все эти просьбы заканчиваются приобретением. И это правильно: питомец – не только счастье, но и ответственность. Однако 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 потребуется 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 возрас-

Ребёнок просит животное – с какого начать?



Опыт для малыша

Благодаря многолетним исследованиям стало известно, что:

■ Детям, у которых был четвероногий друг, гораздо легче давалась адаптация в саду, школе, лагере. Они коммуницируют, 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.

те 6-8 лет дети начинают осознавать, что такое смерть. Если умирает животное, нужно объяснять 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.

Особенно нуждается в четвероногом 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 занятием 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 потребуется.

■ 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 хомяков, 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 заведете 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 еще 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 на собак, и на лис, и на барсуков. Отчаянны умы даже предлагали считать енотов... медведями. Но в конце концов решили, что эти зверюшки заслуживают отдельного рода – *Procyon* («похожий на собаку»).

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

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.

Светлана СИДОРЧУК

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.

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 сбряхнуть.

Также следует очистить от снега дорожки, чтобы лишняя талая вода по-быстрее покинула участок.

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

Хорошо бы освободить вмерзшие веточки кустарников от льда, посыпав лед тонким слоем перегноя, золы или торфа, чтобы он быстрее 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.

Если солнца много

Одной из главных задач садоводов становится защита плодовых деревьев от яркого марта 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 водоэмульсионная 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 микрэлементов. Для приготовления раствора используют марганцовку, борную кислоту, суперфосфат, медный купорос и другие вещества. Также можно опрыскать картофелины настоем, сделанным из календулы и крапивы. Продолжительность яровизации до 6

недель. Можно проводить ее разными методами.

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 переворачи-

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

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.

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 замерзания и осадков. При проращивании этим методом первые ростки начнут появляться к 25-30 дню.

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 картофелин. 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.

Валерия ПАШЕЧКИНА

Картофель – на яровизацию



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

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.

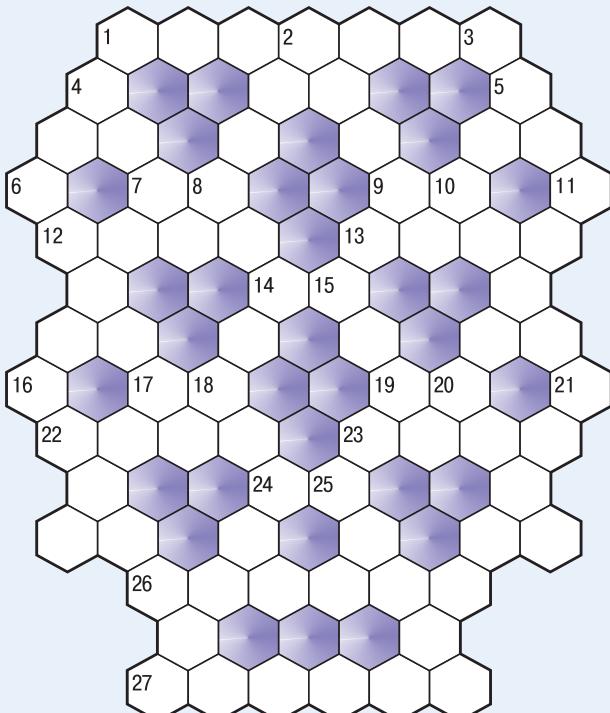
Деньги, взятые взаймы у банкира	"Плот" водочной бутылки	Ковш для "купания" макарон	Малыш, не умеющий ходить	Гибрид льва и орла из мифов	"Новогодняя" роща	Сумма после долгих вычислений	Актер в образе режиссера Якина	Лечение нехирургическими методами	Какой колокол отбивает склянки?	Актер Ростислав ...	И крупная кошка, и спортивное авто
Древнеримский баснонаписец	10 чарок, 1,2299 литра	Весточка, посланная через почтamt	Кружевной "слонячик" на камзоле	Заставил Фауста петь	"Мораторий", наложенный шаманом	Драматург Григорий ...	Напарник в литературном творчестве	Путешественник по путевке	Муз, вдохновляющая лириков	Волчий "блуз" на луну	
"Умом Россию не понять" (автор)	Горная система в Афганистане	"Театр уж полон, ... блещут"					Безвкусница от масс-культуры				
"Простыня с драпировкой" на патриции	Водяной на купюре		"Опа-опа, Америка-...!"	Отсутствие дара речи			Солнце-защитные стекла в оправе	"Отец" детей капитана Гранта	"Панцирь" рыцаря		
Вопросительная окраска голоса	Снежная "мало-семейка" эскимоса	И газ в рекламе, и рыба в аквариуме	Лестный отзыв	Печной отравитель			Хорь и поделочный камень	Столица Украины		Ломоть - будь здоров	
Боевое "настроение" солдат	Анжелика с "Городком"				"Ой" погрузински	Тележка в одну ишаечью силу	Фуражка или шляпа - это головной ...		Поток по руслу		
Куриное тельце	"Чернила" сапожника	"Землеройный" фасон бороды	Ложные показания свидетеля обвинения				И хоккеист, и часовщик	"Их глякса распускает"	"Они "поют романсы"	Чем платят микадо?	"Штакетина" в железной ограде
								"...", подъем!"			

КУПИМ:
Старину, книги, открытки, значки, монеты, семейный архив, фарфор и др.
ВЫЕЗД, ДЕНЬГИ СРАЗУ

8-921-856-68-97

реклама

КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»



Слова в этом кроссворде вписываются по горизонтали, а также в двух наклонных направлениях (сверху-вниз-направо и сверху-вниз-налево). Все слова длиной не меньше 3 букв.

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

хвост сказочный василиск? 4. «благородное дело» по принципу «пан или пропал». 6. Искусственный «ноготь» гитариста. 8. Как призрак встал девятый ... 10. «А музыка звучит, как разлуки стои. Это старый ... «Осенний сон» сквозь года, даже сквозь года сердце обжигает грустью он». 15. Половинка сектета. 16. Время штурма буфета. 18. Задворки фронта, куяющие его победу. 20. «Гайно-пись» шулеров. 25. Мужской шарф небольшого размера, надеваемый под пальто.

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. Умещается в двух «пузырях». 17. Картина на коже, полученная в результате «иглоукалывания». 19. Вчиненный ради «судного дня». 21. Створка, защищающая окно. 24. Нашивка на драную коленку.

туры. 26. «В доме энтих ... по сту штук на этаже, мне от их одеколону аж не дышится уже». 27. Где одеваются с иголочки? **Слева-вниз-направо:** 2. Лихой усач под началом Дениса Давыдова. 3. У кого позаимствовал

ОТВЕТЫ

ВСЁ ОБО ВСЁМ

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
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 пригорода.
Оплата сразу.

945-08-29

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

■ 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

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

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

РЕМОНТ
■ СТЕН ■ ПОТОЛКА
■ ПОЛА ■ ВСЕ РАБ.

НЕДОРОГО
912-69-46

СКУПКА

■ 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 Книги, Зингер, картину, мебель, часы, монеты, значки, открытки, фото, сервиз, вазу, статуэтки, иконы, серебро, хрусталь, бижутерию, 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.ру 8 (968) 222-51-07

РАБОТА

■ РАБОТА НАДОМНАЯ: Фасовка семян, изготовление пакетов для фасовки. З/п от 12500 руб. Рабочие материалы почтой. Бесплатно вышлем подробные условия работы всем желающим. Отправьте СМС-заявку (ваши ФИО, точный адрес, индекс) по тел.: 8 (987) 840-08-17

