

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

№49
(193)

ТВ-программа с 13 по 19 декабря 2021 года

ТЕЛЕК

52
КАНАЛА
ТВ

**ЧТО ДЕЛАЕТ
СЕМЬЮ
СЧАСТЛИВОЙ?**

стр. 4

**СТЁГАННАЯ
ОДЕЖДА
ДЛЯ ЗИМЫ**

стр. 11

**ДАНА
АБЫЗОВА**

**НА РОЖДЕСТВО ОТПРАВИМСЯ
В ПУТЕШЕСТВИЕ ДОМОЙ** стр. 2

**В НОВЫЙ ГОД
с календарями
от «ТЕЛЕКА»**

- ★ КАЛЕНДАРЬ КРАСОТЫ СТР. 20-21
- ★ КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА 14 ДЕКАБРЯ
- ★ ГОРОСКОП НА ГОД 21 ДЕКАБРЯ
- ★ ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ 28 ДЕКАБРЯ

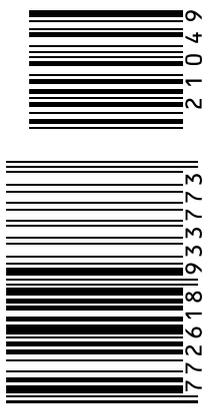
**ГОТОВИМ
НАСТОЯЩИЕ
ЗИМНИЕ
СУПЫ**

стр. 7

12+

Фото предоставлено пресс-службой
телеканала Домашний
(фотограф Дмитрий Гаврилов)

ISSN 2618-933X



9 772618 1933773 21049

На телеканале Домашний 8 декабря стартует новый сезон многосерийной остросюжетной мелодрамы «На твоей стороне».

Главную женскую роль в картине сыграла актриса Дана Абызова, а главную мужскую – Дмитрий Ратомский. Мы поговорили с Даной о премьере, о роли и о том, как развивается сюжет во второй части.

«Мне было интересно играть нейрохирурга»

– Дана, как много времени по сюжету прошло между первым и вторым сезонами? Как сильно изменилась ваша героиня? Всегда интересно играть персонажей в развитии...

– Второй сезон – продолжение первого, между сюжетами нет временного промежутка. Мы возвращаемся к нашим героям там, где их оставили. А вот моя героиня кардинально изменилась, поскольку она полюбила человека из другого мира, который снял с нее розовые очки и научил реальному взгляду на мир, более взрослому, а не лирическому. Теперь она серьезная, опытная не только как врач, но и как человек.

– Расскажите немного о своей героине. Приходилось ли раньше играть подобные образы?

– В наших мелодрамах героини примерно похожи. Но мне было интересно играть нейрохирурга. Когда снимали сцены в операционной, на площадке всегда присутствовал настоящий нейрохирург, от которого было интересно узнать нюансы профессии.

Дана АБЫЗОВА:

Стать мамой – это взрыв эмоций!

Триатлон на паузе

– Фильм снимали на Украине. Надолго пришлось оставлять дом?

– Оба сезона один за другим снимались на Украине, причем без перерыва. Дом пришлось оставить чуть меньше чем на год.

– Правда, что трюки в фильме вы практически делаете сами?

– Да, если я понимаю, что могу выполнить трюк, готова к нему физически и это безопасно, то стараюсь всегда все делать сама.

– Вы спортивный человек, занимались серьезно триатлоном. Сегодня есть время на спорт?

– Пока триатлон у меня на паузе, так как я недавно стала мамой, а совмещать такой серьезный вид спорта и грудного ребенка для меня нереально.

Когда появляется малыш

– Съёмки второго сезона совпали с вашим «интересным» положением?

– Нет, они были задолго до моей беременности.

– Вы брали декретный отпуск, чтобы дольше быть с малышом, или быстро согласились на новые проекты?

– Я ушла в декрет на восьмом месяце, и когда моему сыну исполнилось



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»
Желаю всем крепкого здоровья!



Кадр из фильма «На твоей стороне»

три месяца, продолжила работать. У него есть прекрасная няня, они всегда со мной – во всех командировках и на съемках. Сын ее очень полюбил.

– Знаю, что вы вегетарианка. С рождением ребёнка не изменили своё питание?

– Да, на поздних сроках у меня была анемия, и помимо медикаментов я включила в свой рацион мясо. Сейчас потихоньку начинаю от него отказываться –

Морозовым – прим. ред.) на съемках в другом городе. Мы прилетели к нему с сыном. Так что на природу в этот раз выбраться не получилось.

– Вы любите путешествовать. Раньше на Рождество всегда старались уехать в Европу, что будете делать теперь?

– Из-за графика мы оба так редко бываем дома, что на этот раз решили отправиться в путешествие... домой (улыбается). Наконец-то поживем дома всей семьей.

– Какие обязанности Алексей взял на себя после распада семьи?

– В основном мы с ним работаем на разных проектах в разных городах. А ребенок в этом возрасте должен быть с мамой рядом. В те редкие моменты, когда мы вместе, Алексей, конечно же, поддерживает меня и помогает с малышом. Может пораньше встать и поменять подгузник или пойти с сыном на прогулку.

– Вы сова или жаворонок? – Я – сова, а сын – жаворонок. Если обычно в пять утра у меня был самый крепкий сон, то сейчас малыш просыпается как раз в это время, и мне тоже приходится быть жаворонком.

Наталья АНОХИНА

Детали

Планы на будущее

– Расскажите о своих нынешних планах и мечтах.

– Планирую освоиться в роли мамы, может, внутренне успокоиться. Для меня это настоящий взрыв эмоций – даже спать не могу от разных мыслей и постоянного контроля. Мечтаю выспаться и отдохнуть.

пока ем только индейку. Потом, после завершения грудного вскармливания, планирую вернуться к вегетарианскому питанию.

Приходится быть жаворонком

– Как и где провели лето? Для вас важна, знаю, связь с природой...

– Лето я провела отчасти дома – после родов важно было спокойно восстановиться, отчасти вместе с мужем (актером Алексеем

«Лучше гор могут быть только горы»

Так поёт в своей песне «Прощание с горами» легенда авторской песни и музыки, актёр театра и кино Владимир Высоцкий. На земле, пожалуй, нет более величественных и гигантских природных памятников столкновениям между континентами или остывшим вулканам – горным хребтам с высочайшими вершинами. 11 декабря ООН объявила Международным днём гор.

1. Учёные подсчитали, что на Земле горы не могут превышать в высоту 15 км. Иначе они сами могут разрушиться под действием собственной тяжести. Самую высокую гору в мире назвали в честь географа Джорджа Эвереста. Сэр Джордж, на протяжении полутора десятков лет занимавший пост главного гео-

дезиста Индии, был против того, чтобы вершина была названа в его честь. Учёный считал, что вершинам надо давать имена коренных народов. Несмотря на возражения, Королевское географическое общество присвоило Пик XV название Эверест. Какова официальная высота вершины?

А. 17 170 метров
Б. 8 848 метров
В. 8 844 метра
2. Эту гору называют двуглавой, у неё две вершины 5 642 м и 5 621 м над уровнем моря. Эти вершины (в 1890 и 1896 годах) покорил русский военный топограф Андрей Пастухов. Раньше на склоне

горы находился знаменитый «Приют одиннадцати» – самая высокогорная гостиница СССР. Гора включена в список высочайших вершин частей света. О какой горе идёт речь?
А. О Монблане
Б. О Белухе
В. Об Эльбрусе
3. Согласно греческой мифологии, Олимп – дом богов. Олимп – это исторический и природный символ Греции, её наиболее высокий горный массив. Самая высокая гора «Трон

Зевса» – Митикас (2917 м). Эта горная гряда является подлинным Олимпом (где жили боги), о котором упоминал Гомер. Однако в мире насчитывается несколько Олимпов. В Греции и на её островах более 10 гор, 4 гряды – в США, 3 – в Малой Азии, 1 – на Кипре. А на какой планете самая высокая гора носит это название?
А. Венера
Б. Марс
В. Юпитер

ОТВЕТЫ

- 1-а. Официальная высота Эвереста – 8 848 м над уровнем моря.
- 2-а. Олимп – это исторический и природный символ Греции, её наиболее высокий горный массив. Самая высокая гора «Трон Зевса» – Митикас (2917 м). Эта горная гряда является подлинным Олимпом (где жили боги), о котором упоминал Гомер. Однако в мире насчитывается несколько Олимпов. В Греции и на её островах более 10 гор, 4 гряды – в США, 3 – в Малой Азии, 1 – на Кипре. А на какой планете самая высокая гора носит это название?
- 3-а. Венера
- 3-б. Марс
- 3-в. Юпитер



Фото Ольги Ибрагулиной и телеканала Домашний

«Чайка» покажет путь к победам

Завершились съёмки многосерийного фильма «Чайки» для телеканала «Россия». Главные роли в сериале режиссера Антона Сиверса сыграли Михаил Пореченков, Равшана Куркова, Илья Любимов, Юрий Чурсин, Александра Богданова, Юлия Мельникова, Иева Андреева и другие актеры.

«Чайка» – название женской волейбольной команды из Калининграда, которую вынужден возглавить тренер Максим Тополь (Михаил Пореченков), человек резкий, со сложным, неуступчивым характером. Он намерен вывести команду в чемпионы страны. На пути к победе ему придется не только разбираться в себе и непростых отношениях с дочерью-подростком, но и решать проблемы своих подопечных. У каждой из них – своя судьба, железный характер, личные переживания, и все они отчаянно борются не только за чемпионство, но и за право быть счастливыми. – Сначала волейбольная команда «Чайка» сложилась в сценарии, а за время съемок – уже и на площадке, и в кадре, – рассказывает Михаил Пореченков. – В последние дни мы снимали самые массовые и динамичные сцены. И испытали настоящий адреналин, напряжение и командный дух. Это было мощно! Мне было интересно провести это время с моим героем – тренером Максимом Тополем.

Фото «Марс Медиа Энтертейнмент», предоставлено пресс-службой телеканала Россия



«Поле чудес» обновится и изменит название

В одной из старейших передач – «Поле чудес» в начале нового года произойдут изменения.

Поэтому Первый канал договорился о приобретении у компании CBS официальных прав на телевикторину Wheel Of Fortune («Колесо Фортуны»), когда-то послужившую источником творческого вдохновения для авторов российского капитал-шоу. И с января 2022 года в эфире Первого канала – как всегда по пятницам – начнет выходить шоу «Наше Поле Чудес».

Ведущим популярного, можно сказать народного, шоу будет народный артист России Леонид Якубович.

– Тридцать один год программе – это так много, что не грех и встряхнуться! – рассказывает Леонид Аркадьевич. – Начинается новый этап, в который мы входим с огромным опытом, любовью к своей работе и уважением к зрителю.

Фото Вадима Тараканова

В «Порте» Максим Щёголев сразится с бандой

Закончились съёмки детектива «Порт» киностудии КИТ, по заказу телеканала НТВ. Главный герой, боевой офицер Михаил Самойлов (Максим Щёголев) во время вооруженного конфликта с сирийскими боевиками теряет друга Игоря Макарова (Александр Барановский). Вина себя в его гибели, он возвращает в родной город, чтобы помочь вдове Игоря – Ольге (Татьяна Каргаева). И узнает, что в городе орудует опасная банда. Самойлов вступает в неравный бой с бандитами и неожиданно узнает, что Макаров жив...

В Новый год с новыми «Ёлками»

Филипп Киркоров и Ольга Бузова появятся в продолжении комедии «Ёлки». Звезды шоу-бизнеса присоединятся к героям в исполнении Ивана Урганта и Сергея Светлакова.

Ольга Бузова сыграет саму себя: по сюжету новеллы она прилетает в Тюмень на концерт в честь открытия нового аквапарка. По словам Бузовой, она раздумывала над предложением сняться в новых «Ёлках» не дольше секунды.

У Филиппа Киркорова в новых «Ёлках» более неожиданная роль: в одной из новелл он появится в образе грозного сотрудника ЧОПа, удивительно похожего на Филиппа Киркорова. Певец признается, что ему нравится играть «контрастные» роли, и он не боится появляться в отличных от своих образах, а возможность сняться в «Ёлках» для него – большая радость.

Фото пресс-службы фильма



КАК ПРИДАТЬ НОГТЯМ И СТОПАМ ЭСТЕТИЧНЫЙ ВИД

ПРОБЛЕМЫ, КОТОРЫЕ МЕШАЮТ ЖИТЬ С КОМФОРТОМ

Деформированные, утолщенные, пожелтевшие, крошащиеся ногти. Они не дают носить открытую обувь, вызывают дискомфорт. Мозоли, трещины и а огрубевшей коже стоп мешают ходить. Врастающие ногти вызывают боль.

Такие изменения ногтей и кожи стоп далеко не редкость. Чаще всего с проблемами ногтей сталкиваются люди старшего возраста. Однако к таким изменениям ногтей и кожи стоп люди идут постепенно, часто не придавая значения изменению цвета и формы ногтей. Проблемы с кожей стоп решаются при помощи педикюрных салонов, различных пилингов для ног. Однако со временем поддерживать красоту ногтей и кожи стоп становится все трудней.

Для специалиста устранить проблему ногтей не составляет труда. Современные технологии позволяют справиться с любой ситуацией. Но это требует регулярного кон-

троля и внимания, что вызывает затруднение и вынуждает людей иногда смириться и терпеть.

Сейчас терпеть уже не нужно! Российскими учеными создан оригинальный косметический препарат «ФУНДИЗОЛ». Оригинальным является не только состав крема, включающий антисептики, компоненты размягчающие пораженный ноготь и огрубевшую кожу стоп, заживляющие и питательные компоненты, экстракты трав, но и принцип нанесения. Крем питает участки кожи, помогает одновременно устранять изменение ногтей и кожи стоп (мозоли, трещины, натоптыши, которые сами по себе не дают ходить и надевать носки). При этом не требуется применять различные пилки для кожи.

Применение «ФУНДИЗОЛА» может помочь избавиться от измененных ногтей удавалось за несколько месяцев. Значительно дольше (более 5 месяцев) идет отрастание новых ногтей на ногах.

Для того, чтобы не столкнуться с проблемой в зрелом возрасте можно рекомендовать молодым людям применение «ФУНДИЗОЛА» после посещения тренажерных залов, бассейнов, пляжей, где приходится ходить босиком. «ФУНДИЗОЛ» можно использовать после маникюра и педикюра, для ухода за ногтями и кожей стоп у пожилых людей, которые не могут сделать это сами.



от 120 руб.

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ тел. 8 800 700-88-88, 8 800 250-24-26, 8 800 555-62-65 (звонок бесплатный), +7(937) 009-30-03 и ИНТЕРНЕТ-АПТЕКАХ. СПРАВКИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ: 8 800 201-81-91 (звонок бесплатный). www.inpharma2000.ru

ВСЯ ПРОДУКЦИЯ «ИНФАРМА» при проблемах с суставами, ногтями и кожей стоп, проблемах бронхов, для ухода за атопичной кожей, ухода за губами, детская косметика для ухода за проблемной кожей на сайтах: www.inpharma2000.ru, Apteka.ru¹, Zdravcity.ru², Apteka-ot-sklada.ru³.

Косметическое средство. ООО «Инфарма 2000». ОГРН 1097746613953. 109202, г. Москва, ул. 1-я Фрезерная, д. 2/1, стр. 26. ¹ АО «НПК «Катрен». ОГРН 1025403638875. 141402, Химки, Ватулинское ш., вл. 22. ² ООО «ПРОАПТЕКА» ОГРН 1167746723517. 127282, г. Москва, ул. Чермянская, д. 2, СТРОЕНИЕ 1. ³ ООО «АПТЕКА ОТ СКЛАДА 16» ОГРН 1145958085547. Юр. адрес: 614017, Пермский край, г. Пермь, Парковый пр-кт, д. 6, кв. 95. Реклама

Суставы любят



АКТИВНОСТЬ



ПОДВИЖНОСТЬ



ГИБКОСТЬ



МОЛОДОСТЬ



УКРЕПЛЕНИЕ

Интенсивное решение суставных проблем.

Состав Геладринок Фаст® и Геладринок Фаст Экстра – это проверенный серьезный помощник «когда ни согнуться – ни разогнуться, ни ступить – ни наступить», а также при дискомфорте и скованности по утрам и после нагрузок.

Содержит пептидный коллаген, большое количество мощной босвеллии серрата и важные антиоксиданты. Быстрый положительный результат!

Геладринок® ФАСТ



Порошок, капсулы 30 суточных доз

Покупайте в аптеках вашего города или закажите через:

ЕАПТЕКА apteka.ru здравсити

Информация по тел.: 8 (800) 30-20-561 и на сайте www.geladrinok.ru



ООО «ЕАптека» ОГРН: 147746631988. г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. эт., пом. 1, ком. 2. Лиц.: № ЛО-77-02-010433 от 13.08.19 г. АО НПК «Катрен» ОГРН: 1025403638875, 630559, Новосибирская обл. раб. поселок Кольцово, пр-т Ак. Сандахчиева, зд. 11. Лиц.: № ФС-99-02-007890 от 03.07.2020 г. ООО «ПроАптека» 127282, г. Москва, ул. Чермянская, д. 2, стр. 1. ОГРН: 1167746723517. СОГР RU.77.99.11.003.E.000005.01.15. СОГР RU.77.99.11.003.E.000004.01.15. СОГР RU.77.99.32.003.E.003065.02.15. БАД. РЕКЛАМА.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

СЕКРЕТ УСПЕХА

Восстанавливаем силы после работы

Мало кто может прийти домой после работы бодрым и весёлым. Как же правильно восстановить силы? Об этом и поговорим.



ОЧИЩАЕМ ТЕЛО И МЫСЛИ

Горячий душ после трудового дня поможет снять напряжение, расслабить мышцы и очистить кожу. Эта процедура поможет перестроить организм из состояния «боевой готовности» в медитативное и расслабленное.

ПОКОЙ И ЕЩЁ РАЗ ПОКОЙ

После огромного дневного информационного потока важно переключиться на тишину и погружение в себя (а не загрузить себя новой информацией).

ПУСТЬ И ТЕЛЕФОН ОТДОХНЁТ...

Конечно, с этим будет трудновато, но что делать? Отдых, как и работа, должен быть осознанным.

БОЛЬШЕ СВЕЖЕГО ВОЗДУХА

Приходя вечером домой, обязательно проветривайте квартиру. Свежий воздух улучшает работу легких, а как следствие, и мозга. А если есть возможность прогуляться перед сном, то это вообще идеальный вариант!

ПАРАЛЛЕЛЬНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

Взамен дневным проблемам дайте мозгу отдохнуть за чтением легкой литературы. Пусть это будет приключение, детектив или фантастика.

Основу семьи составляют муж и жена.

Их взаимоотношения и определяют тот микроклимат, в котором живет вся семья. А что делает их пару счастливой? Как достичь тех отношений, к которым стремятся оба? Что нужно сделать, чтобы отношения внутри семьи стали еще лучше? Давайте разбираться!

Что объединяет в браке?

Одного желания быть счастливыми, к сожалению, недостаточно. Но именно с желания начинается путь к хорошему браку. На каких же оставках нужно задержаться, чтобы достичь цели?

Любовь

На самом деле, с нее все начинается. Ведь если любишь, то легче закрыть глаза на те небольшие недостатки, которые есть у любого (даже самого дорогого и любимого) человека. Почаще вспоминайте, что вы любите свою семью, особенно в сложные периоды, которые встречаются у всех супругов без исключения.

Совместные путешествия

А вы знаете, что путешествия – это не только интересное времяпрепровождение, открытие новых мест, но и сильные эмоции, которые очень сближают? Путешествия могут быть не только дальними, но и близкими, например в соседние города или интересные места в собственном городе. А вы хоть раз ездили в лес с палатками? Стоит попробовать!

На конкурсе по грамматике нужно было передать идею «мир, спокойствие, счастье» одной фразой. Победителем стал человек, написавший: «Жена спит». Зал аплодировал стоя. А женатый председатель жюри сказал со слезами на глазах: «Гений!»



Личное время

Не забудьте оставить немного времени исключительно для себя. Иногда это просто необходимо для собственного душевного равновесия.



Общение

Причем не только на бытовые темы: какие продукты купить, кто заберет ребенка из садика или кто оплатит коммунальные услуги. Речь сейчас идет о том, насколько вы слушаете и понимаете, что хочет сказать вам супруг, насколько интересуетесь, чем живет ваш любимый человек, что его беспокоит. При этом важную роль играет сам процесс общения. Он должен занимать центральное место, а происходить не в тот момент, когда в процессе просмотра фильма началась реклама и появилась пара свободных минут для общения.

Подумайте, а насколько часто вы общаетесь? Вам есть что обсудить? Вы всегда находите для этого время?

Учитесь друг друга слушать, не перебивая. Даже после тяжелого дня будет намного легче после общения с любимым человеком.

Семья как ценность

В счастливой семье супруги ценят, благодарят и заботятся друг о друге. Почаще говорите о том, что вы любите свою семью, и это быстро войдет в привычку. Разве не здорово, что и вам будут чаще признаваться в любви и благодарить? А начать можно с простого «спасибо».

Подумайте, а вы каждый день целуете супруга перед уходом на работу? А перед сном? И если верить специалистам, то и детей лучше обнимать и целовать не меньше восьми раз в день. Надеемся, в ваших семьях именно так и происходит.

Семейные традиции

Хорошо, когда в семье есть свои традиции. Это могут быть как ежегодные путешествия, так и вечерние прогулки. Как совместное приготовление пирога к празднику, так и поход в театр на премьеру.

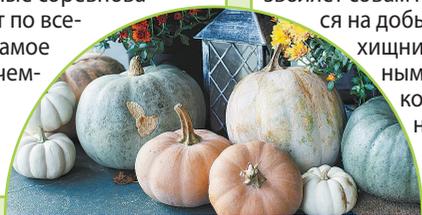
Изучение нового

Изучение нового также позволит найти общие интересы. Что вам обоим было бы интереснее узнать: как играть на музыкальном инструменте, выучить новый язык или научиться кататься на лыжах? Уверены, что бы вы ни выбрали, обучение новому – это еще один шаг навстречу друг другу.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Лети, тыква, лети!

Punkin Chunkin – это вид спортивного развлечения, по условиям которого нужно как можно дальше зашвырнуть тыкву, используя какое-то механическое приспособление. Используются устройства различной степени сложности, в том числе катапульты, рогатки и даже пневматические пушки. Различные неофициальные соревнования проходят по всему миру, но самое серьезное – чемпионат мира проходит в штате Делавэр, США.



Совиный взгляд

Глаза у сов очень близко расположены друг к другу и очень велики. И при этом полностью неподвижны. Птица может прикрыть глаза веками, но скосить их в какую-то сторону не получится, придется поворачивать всю голову. Плюс, по справедливости нельзя назвать ее органы зрения «глазными яблоками», ведь на самом деле они трубчатые. Это позволяет совам полностью сосредоточиться на добыче. Правда, перед другими хищниками делает их беззащитными. Чтобы хоть как-то это компенсировать, природа наделила сов способностью вращать головой на 270 градусов.



Опережая Колумба

Кто из европейцев первым побывал в Америке? Конечно, Христофор Колумб – скажут все, кто учился в школе. Однако доказано, что европейцы прибыли в Новый Свет гораздо раньше, как минимум на 500 лет. Местечко Л'Анс-о-Медоуз в канадской провинции Ньюфаундленд является древним поселением викингов на континенте. Существует исландская поэма – «Сага об Эрике Рыжем», где рассказывается о заморской Винландии. Долгое время поэма считалась выдумкой, пока в середине прошлого века не были произведены раскопки и добыты доказательства подлинности этой истории.

Загадочная жидкость

Пролитая при ходьбе жидкость вовсе не случайное стечение обстоятельств. Например, если человек идет и держит в руке стакан с напитком, велика вероятность, что он прольет содержимое между седьмым и десятым шагом. Это выяснили Ханс Майер и Руслан Кречетников, их даже наградили за это премией. Правда, Шнобелевской, за самые бесполезные исследования. Ну в самом деле, проблема легко решается не подсчетами, а использованием стаканов с крышками-непроливашками.



Светлана СИДОРЧУК

Только в детстве зима вызывает у нас исключительно восторг и предвкушение бесконечного веселья.

Потому что она открывает для этого массу возможностей: катание с горки, бег на лыжах, скольжение на коньках. Чем старше становится человек, чем ближе пенсионный возраст, тем чаще наступление зимы приносит с собой страхи: поскользнуться, упасть, получить перелом... Ведь косточки уже не те, что в детстве или юности. А кто-то даже услышал в свой адрес диагноз «остеопороз»...

Не кости, а решето

Согласитесь, даже само слово «остеопороз» звучит тревожно. Есть в нем что-то такое скрипучее и неприятное. И при ближайшем рассмотрении оказывается, что подобные ассоциации не лишены смысла. Остеопороз – это напасть, которая настигает подавляющее большинство пожилых людей, особенно женщин. При нем из костей постепенно начинает вымываться кальций, заполнявший внеклеточное пространство. Вернее, он перестает там возобновляться. И если бы была возможность заглянуть внутрь косточки при помощи микроскопа, мы увидели бы что-то похожее на решето или сетку. Подобная «облегченная» конструкция становится хрупкой и теряет устойчивость к сжатию. Достаточно малейшего усилия со стороны: сдавливания при паде-

Драгоценный элемент здоровья



КСТАТИ
ФОРМУЛА УСПЕХА
Клинически доказанное идеальное сочетание:
500-1000 мг/сутки кальция + 800-1000 МЕ/сутки витамина D.

нии, неловко подвернутой ноги, незамеченной ступеньки – и кость, пораженная остеопорозом, ломается, как детская игрушка...

Всё начинается с мелочей

Остеопороз – заболевание метаболическое,

то есть связанное с нарушением обменных процессов. И, как любое подобное состояние, развивается не вдруг. Нужны годы, чтобы кости из плотных и крепких превратились в хрупкие и легкие. И главная проблема в том, что со временем этот процесс заметно ускоряется, особенно у женщин. Срав-

ДЕТАЛИ

Предвестники болезни

Самое опасное в остеопорозе то, что он до поры до времени практически никак себя не проявляет. Недаром его называют «немым убийцей». И все же некоторые признаки должны вас насторожить. В первую очередь это боли в позвоночнике. Если среди ваших более старших родственников были люди, пострадавшие от переломов в почтенном возрасте, это тоже повод насторожиться и пройти дополнительное обследование. Возможно, нарушения обменных процессов – это наследственная проблема. Наконец, о плохом усвоении кальция говорят секущиеся волосы и ломкие ногти.

приемом некоторых лекарств, малоподвижным образом жизни и наследственностью, сахарным диабетом.

Хрупкое времечко

Возвращаясь к зиме. Именно в холодное время года, когда за окном то дождь, то снег, то гололед, остеопороз диагностируется особенно часто. Причина печальна: переломы... И самый опасный из них – перелом шейки бедра. Он мгновенно делает человека неподвижным на довольно долгое время, лишая привычного образа жизни. Кстати, у большинства пациентов именно перелом становится причиной обращения к врачу по поводу остеопороза. Но диагностировать его можно и заранее. Для этого существует специальное исследование – денситометрия. Распознать болезнь помогут также анализы крови и мочи на содержание микроэлементов – кальция, магния, фосфора.

Подготовила
Татьяна МИХАЛЁВА

НА ЗАМЕТКУ

Кальций, вернись!

Итак, кальций со временем покидает наш организм, это печальный факт. Но есть и хорошие новости: в наших силах этот процесс замедлить и продлить молодость своих костей! Для этого нужно соблюсти несколько условий – несложных и вполне выполнимых.

- 1 Контролировать уровень сахара в крови.
- 2 Двигаться. Рекомендованная нагрузка – не менее 150 минут ходьбы в неделю. Это позволит ускорить обменные процессы в мышцах, суставах и самих костях.
- 3 Правильно употреблять кальций. Для этого мало просто правильного питания. Кальций должен поступать в организм в правильной компании. В нее входит целый набор микроэлементов: магний, фосфор, бор, медь, марганец, цинк, витамины B6, C, K, фолиевая кислота. Но главное – витамин D, без которого кальций просто не усваивается нашим организмом.

ЦИФРЫ И ФАКТЫ

- В мире от остеопороза страдает 250 млн человек.
- Каждую минуту в России происходит до 17 переломов нижних конечностей и около 5 травм позвоночника. В 65% случаев причина этого – остеопороз.
- Среди тех, кто не занимался профилактикой, только каждый четвертый пациент полностью восстанавливается после перелома шейки бедра.

ПРЕПАРАТЫ НА ОСНОВЕ ЯИЧНОЙ СКОРЛУПЫ

ИДЕАЛЬНЫЙ ИСТОЧНИК КАЛЬЦИЯ • ЛЕГКО УСВАИВАЕТСЯ ОРГАНИЗМОМ • УКРЕПЛЯЕТ ИММУНИТЕТ

КАЛЬЦИД – ВАШИ КОСТИ УКРЕПИТ

КАЛЬЦИД

(яичная скорлупа, витамины C и D3)

- Восполняет недостаток кальция в организме
- Укрепляет костную ткань
- Улучшает состояние зубов, ногтей, волос

КАЛЬЦИД + МАГНИЙ

(яичная скорлупа, магний, витамины швейцарского производства – A, C, D₃, E, PP, B₁, B₂, B₆, B₁₂)

- Усиленная форма, оказывает общеукрепляющее воздействие на организм
- Эффективно восполняет дефицит кальция и магния
- Улучшает состояние сердечно-сосудистой и нервной систем
- Защищает кости от разрушения

Проверено - работает!

около 180 Р

Наличие препаратов уточняйте по тел.: 8 (812) 383-99-09

Заказать можно: + ЕАПТЕКА apteka.ru zdravсити

ООО «КомфортКомплекс»
«Кальцид» СОГП №RU.77.99.57.003.E.006712.08.14
«Кальцид+магний» СОГП №RU.77.99.57.003.E.006711.08.14
Реклама
БАД

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Эстрадный певец, четырёхкратный обладатель премии «Золотой граммофон», исполнитель популярнейших шлягеров «Далеко-далеко», «Любовь, которой больше нет», «Просто любить тебя», «Через любовь», «Нежная, грешная» – Авраам Руссо уже много лет живёт в Америке.

И вот недавно он приехал в Россию, чтобы принять участие в шоу «Супер-стар!» телеканала НТВ. Мы не могли упустить такую возможность и поговорили с певцом на одну из его любимых тем – кулинарную.

Овощи лучше есть сырыми

– Авраам, расскажите, где самая вкусная еда?

– Я родился в Сирии, где богатейшая земля и кухня. Причем, если на Кавказе в основном все блюда так или иначе связаны с мясом, то в Сирии культура питания намного шире. Тут и бобы, и нут, и баклажаны. Я очень люблю эту кухню, и сам готовлю по известным мне рецептам. Далее идет Индия – родина специй. Ни одна страна не сравнится с Индией в вопросах специй и всевозможных приправ! Следом идут китайская и японская кухни.

– А как вы относитесь к русской кухне?

– Холодцы и все такое прочее я не ем, мне просто не нравится сам вкус. И потом, все, что готовится долго, считается вредным. Сюда же относятся и супы. А вот ко всякого рода запеканкам, сырникам, блинам с творогом я отношусь очень хорошо и могу их есть хоть каждый день.

Авраам РУССО:

Я ем, чтобы хорошо и долго жить

– То есть супы есть вы не рекомендуете?

– Ну почему же? Супы супам рознь. И супы бывают полезными, но только не те, что варятся часами. Овощи лучше все же есть в сыром виде. Ту же капусту хорошо бы взять да и крошить в салат. Хотите с майонезом, так добавьте, но только чуть-чуть, для вкуса, ничего страшного в этом нет. Я люблю дегустировать, люблю вкусно покушать, я гурман. Но ем я в первую очередь для того, чтобы хорошо и долго жить, будучи здоровым.

Большие порции – это стресс

– Как вы питаетесь?

– Я ем несколько раз в день. В момент, когда просыпаюсь, обязательно пью воду натощак. Это необходимо для тонуса. И лучше, чтобы это была теплая во-

Меню зависит от настроения

– Авраам, вы сказали, что любите готовить. Расскажите, что вы обычно готовите для своих близких людей?

– У меня – большая кухня, и готовлю я очень много! А что именно – во многом зависит от настроения. Для своей семьи стараюсь готовить все продукты по очереди, чтобы меню было разнообразным. А когда приходят гости, я всегда у них спрашиваю, что бы они хотели съесть. Довольно часто я готовлю на гриле: мясо, морепродукты, овощи... В последнее время полюбил готовить овощное рагу. Его можно приготовить как на улице, так и дома, в духовке.

«Получайте от жизни всё!»

– Назовите, пожалуйста, свои самые любимые блюда.

– Я большой любитель хумуса, приготовленного на основе нута. Практически каждый день ем бобы, фасоль... Люблю буррито и фахитос – одни из известнейших мексиканских блюд. Раз в неделю могу съесть бургер. Вот видите, я не лишаю себя удовольствия! (Смеется.) Мы живем один раз, и нужно быть глупым человеком, чтобы не воспользоваться всем тем, что дает нам жизнь. Получайте от жизни все!



да – она считается более полезной. После этого я завтракаю. Не важно, где сейчас ты находишься: дома или где-то по работе, и есть ли у тебя время, но ты обязан вовремя принять завтрак!

– Расскажите, чем обычно вы завтракаете?

– С утра нельзя грузить желудок большими порциями, иначе вы создадите организму стресс. И выбирайте легкую пищу. Например, от каши и сосисок лучше отказаться, иначе ваш желудок сам превратится в кашу. Лучше отварить три яйца и съесть. Можно не есть желтки, но белки – обязательно! Любишь сыр – пожалуйста, он тоже очень полезен. Вот и все. Ну а потом, уже между часом и двумя дня, можно кушать арахис или грецкие орехи. Если с желудком все в порядке – цитрусовые. А еще полезно два раза в день выпивать хороший кофе, только не вечером! Это же правило относится и к зеленому чаю.

Рецепт от звезды Овощное рагу

– Для рагу нам понадобятся мясной фарш и овощи. Фарш, если хотите, можно заранее чуть-чуть обжарить, но я готовлю все вместе. Итак, закладываем фарш и овощи: кабачок, баклажан, лук, болгарский перец, петрушку. Для сытности можно добавить картошку. Обязательно добавляем специи: кориандр, кумин, смесь перцев горшком, томатную и перечную пасту – ее можно сделать самому, но мне неохота долго возиться, поэтому я покупаю. Далее добавляем оливковое масло для жарки или же масло из виноградных косточек и готовим примерно 30-40 минут. Получается очень вкусное и при этом полезное блюдо, в котором есть все, что требуется нашему организму. Приятного аппетита!



Что бы съесть перед сном?

– Вечером вы ужинаете или стараетесь ограничить себя?

– Когда идешь спать с пустым желудком – это большой стресс. Очень важно, чтобы, пока ты спишь, организм получал и усваивал свои витамины. Наверное, вы замечали: если хотя бы чуть-чуть поешь на ночь, спать намного легче. Поэтому ужинать можно и в семь, и в восемь, и в девять. Главное – не есть перед сном жирной и тяжелой пищи.

– А что можно есть? Мясо и салат?

– Мясо вечером есть не стоит – с ним лучше закончить до семи часов. Очень желательно, чтобы вечерняя порция еды была малокалорийной и богатой на протеины. Съешьте салат из капусты, огурцов и помидоров – только у последних не забудьте выбросить кожицу и семена – они не очень полезны. Хорошим вариантом будут такие продукты, как банан, яйца.

Елена СОКОЛОВА

ПОДРОБНОСТИ

Стейк дважды в неделю

– Вы много лет прожили в Америке, которая славится изобретением всевозможных стилей питания. Как вы сами относитесь ко всякого рода экспериментам в еде?

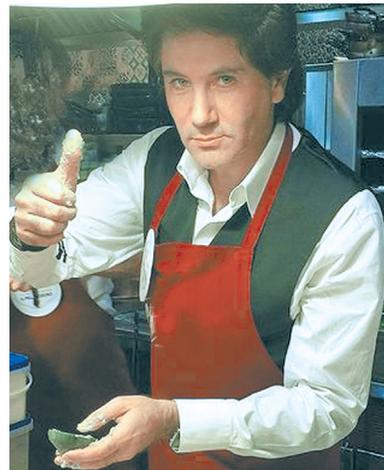
– Еда в Америке – не просто еда, а большая индустрия. Там очень популярны всевозможные биодобавки, на этой теме делаются огромные деньги. Я тоже принимаю различные добавки и не вижу в этом ничего плохого: с их

помощью можно предотвратить многие неприятности, в том числе и болезнь Альцгеймера. В свое время я потратил на изучение этого вопроса много времени, общался с экспертами, и поэтому знаю, о чем говорю.

– Ну а веганство, например, считаете вредным или полезным?

– Я сам не отношу себя к любителям мяса: до 18 лет почти не ел его вообще, да и

сейчас ем бургеры, в которых столько специй, что мяса уже просто не чувствуешь... Мне не нравится мясо как таковое, но при этом я скажу так: два раза в неделю желателно съедать хороший стейк. Количество белка во многом зависит от того, сколько человек тратит энергии. Он должен понимать, сколько ему необходимо. Нельзя просто так взять и сказать – я не ем рыбы и мяса.



Горячий наваристый суп – идеальное блюдо для холодного времени года. Это вкусно, тепло и... как-то уютно – что ещё нужно, чтобы скрасить унылые зимние будни?

Сегодня мы предлагаем вам несколько очень интересных супов, подходящих для зимнего обеда. Попробуйте приготовить их, и наверняка результат превзойдет все ваши ожидания.

Стать творцом собственного супа

Хороший суп – это в первую очередь хороший бульон. Имея готовый бульон в качестве основы, можно приготовить массу самых разнообразных супов.

Прежде всего, любой бульон украсит классическая поджарка из овощей: лука и моркови. Французы добавляют в эту компанию сельдерей, и они правы: сельдерей придает особый тонкий вкус блюду.

Дальнейшая судьба супа зависит только от вашей фантазии и съестных запасов. Можно добавить другие овощи: картошку, капусту, репу и т.д., – и вы получите отличный овощной суп. Можно добавить бобовые: горох, фасоль, нут и т.д., – и ваш суп станет плотнее. Можно добавлять различные крупы, лапшу и макароны. Важно только рассчитывать время варки, чтобы, например, картошка не сварилась раньше фасоли.

Отличное подспорье в деле варки супа – консервированные овощи. Томаты в собственном соку, фасоль, горох, кукуруза – все это можно смело добавлять в супы.

Ну и, конечно, замороженные овощи – прекрасный ингредиент для самых разнообразных супов, не стоит им пренебрегать. Размораживать предварительно овощи не нужно.

Альбондигас

Мексиканская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 600 г мясного фарша, 1 луковица, 2-3 зубчика чеснока, 0,7 стакана очищенного миндаля, 4 ломтика подсушенного белого хлеба, 100 мл молока, 1 яйцо, 2 ст.л. томатной пасты, 2 ч.л. сахара, 1 пучок петрушки, растительное масло, сливки, молотый черный перец, молотый перец чили, соль.
Калорийность (на 100 г): 68 ккал
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 Лук и чеснок нарезать мелкими кубиками, петрушку некрупно порубить.
2 Лук обжарить на растительном масле в кастрюле с толстым дном до

Суп из сушёных белых грибов

Албанская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 60 г сушеных белых грибов, 1 л мясного бульона (или воды), 450 г мяса б/к (говядина, свинина), 0,5 стакана перловой крупы, 1 луковица, 1 морковь, 0,5 клубня сельдерея, 3-4 зубчика чеснока, 3 ст.л. растительного (оливкового) масла, 1 пучок зелени, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 35 ккал
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 Перловку промыть и отварить в течение 15 минут.
2 Грибы залить горячей водой, оставить на 15-20 минут, затем отжать и нарезать некрупно; воду процедить.



- 3 Чеснок нарезать тонкими лепестками, остальные овощи – соломкой, мясо – длинными брусочками (как на азу), зелень некрупно порубить.
- 4 В кастрюле с толстым дном обжарить на растительном масле до уверенной румяности мясо, вынуть из кастрюли, отложить.
- 5 В той же кастрюле обжарить овощи (3-5 минут).
- 6 Вернуть в кастрюлю мясо, добавить грибы, залить бульоном и водой, оставшейся от замачивания грибов, довести до кипения.
- 7 Добавить перловку, перемешать, варить на минимальном огне под крышкой 40-45 минут.
- 8 Посолить, поперчить, перемешать, варить еще 5 минут, выключить огонь, накрыть кастрюлю крышкой, дать настояться (10-15 минут).
- 9 При подаче посыпать рубленой зеленью.

готовим ЗИМНИЕ СУПЫ

Густой томатный суп с рыбой

Хорватская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г филе рыбы, 1 банка помидоров в с/с (300 г), 100 г помидорок черри, 2 сладких (болгарских) перца, 50 г оливок, 2 луковицы, 1 лимон, 2 ст.л. сливочного масла, специи, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 52 ккал
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 Рыбу нарезать крупными кусками, лук – полукольцами, перец – крупно, черри разрезать пополам, из половины лимона выжать сок.
2 В сотейнике распустить половину масла, обжарить лук до золотистого цвета, добавить помидоры (шкурку снять) и 1 л кипятка; перемешать, довести до кипения, варить на небольшом огне 7-10 минут.
3 Отдельно в кастрюле с толстым дном слегка обжарить на оставшемся масле черри и перец.
4 Добавить в кастрюлю оливки, рыбу, посолить, поперчить, посыпать специями, томить под крышкой 5-7 минут, затем перевернуть рыбу и готовить еще 3-4 минуты.
5 Добавить в кастрюлю содержимое сотейника и лимонный сок, проверить на соль, довести до кипения, убрать огонь до минимального, томить под крышкой еще 3 минуты (до готовности рыбы).



Чаудер

Американская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 800 г морепродуктов (или морского коктейля), 600 мл куриного бульона, 500 мл жирных сливок, 1 ст.л. сливочного масла, 1 ст.л. (с горкой) муки, 300 г картофеля, 100 г бекона, 2 стебля сельдерея, 1 лук-порей (или 1 луковица-репка), 2-3 зубчика чеснока, специи, соль по вкусу.



Калорийность (на 100 г): 65 ккал
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Бекон, лук, сельдерей, чеснок нарезать мелкими кубиками, картофель – средними.
- 2 В кастрюле с толстым дном поджарить бекон до хруста, выложить на бумажную салфетку.
- 3 Положить в ту же кастрюлю чеснок, жарить 30 секунд, добавить морепродукты, жарить, помешивая, 2-3 минуты (до изменения цвета), выложить на тарелку.
- 4 В кастрюле распустить сливочное масло, обжарить до мягкости лук и сельдерей.
- 5 Влить в кастрюлю горячий бульон (или воду), добавить картофель и специи, посолить, варить до готовности картофеля.
- 6 В миску насыпать муку и влить 1 стакан сливок, размешать до однородности.
- 7 Мучную заправку влить тонкой струйкой в суп, постоянно помешивая; варить еще 2 минуты.
- 8 Влить в суп оставшиеся сливки, добавить морепродукты и бекон, прогреть (но не доводить до кипения) и немедленно подавать.

Муж после обеда говорит жене: – Этого супа можно было сварить литров 20. – Он так тебе понравился? – Нет, просто тогда он не был бы таким солёным.



Калорийность (на 100 г): 65 ккал
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Бекон, лук, сельдерей, чеснок нарезать мелкими кубиками, картофель – средними.
- 2 В кастрюле с толстым дном поджарить бекон до хруста, выложить на бумажную салфетку.
- 3 Положить в ту же кастрюлю чеснок, жарить 30 секунд, добавить морепродукты, жарить, помешивая, 2-3 минуты (до изменения цвета), выложить на тарелку.
- 4 В кастрюле распустить сливочное масло, обжарить до мягкости лук и сельдерей.
- 5 Влить в кастрюлю горячий бульон (или воду), добавить картофель и специи, посолить, варить до готовности картофеля.
- 6 В миску насыпать муку и влить 1 стакан сливок, размешать до однородности.
- 7 Мучную заправку влить тонкой струйкой в суп, постоянно помешивая; варить еще 2 минуты.
- 8 Влить в суп оставшиеся сливки, добавить морепродукты и бекон, прогреть (но не доводить до кипения) и немедленно подавать.

Светлана ИВАНОВА

1 ПЕРВЫЙ

00.00 Познер.
(16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 «ЗНАХАРЬ»: НОВЫЕ СЕРИИ. (16+)
23.30 Вечерний Ургант. (16+)
00.00 Познер. (16+)
01.05 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)

ТВЦ ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
10.55 Городское собрание. (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «УБИЙСТВО В АВЕРОНЕ». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 02.15 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ЧИСТИЛЬЩИК». (12+)
16.55 «Дикие деньги». (16+)
18.10 «ОТЕЛЬ «ФЕНИКС». (12+)
22.35 Специальный репортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «Назад в СССР. Дружба народов». (12+)
01.35 «Татьяна Лаврова. Вулкан страстей». (16+)
03.45 «Документальный фильм». (12+)
04.25 «Смех с доставкой на дом». (16+)
05.20 Юмористическая программа. (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+)
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-21». (16+)
На глазах Кораблёва, ужинающего в ресторане вместе с женой Ритой, один из посетителей стреляет в другого. Убийца сам просит вызвать полицию. Им оказывается бывший сотрудник органов Прасолов
23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.20 «В ЗОНЕ РИСКА». (16+)
04.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.15 «ОПЕРАЦИЯ «ГОРГОНА». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня. (16+)
09.20 01.25 «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ». (12+)
11.20 21.25 «Открытый эфир». (12+)
13.25 «Оружие Победы». (12+)
13.40 14.05 03.50 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК». (16+)
14.00 Военные новости. (16+)
18.30 «Специальный репортаж». (16+)
18.50 «Конструктор №1. История ОКБ Туполева». (16+)
19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндякиным. (16+)
20.25 «Загадки века» с Сергеем Медведевым. (12+)
23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.40 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (16+)
03.00 «Афганский дракон». (12+)
03.30 «Москва - фронту». (16+)

5 5-Й КАНАЛ



06.15 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (12+)

05.00 «Известия». (16+)
05.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-2». (16+)
06.15 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (12+)
Торговец оружием Грег Бриннер заключает сделку с одним из главарей террористов о поставках компонентов оружия массового поражения. Для захвата Бриннера и террористов в Сирию отправляют спецгруппу под командованием майора Андрея Рубцова
08.10 «СПЕЦИАЛИСТ». (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.25 «СПЕЦИАЛИСТ». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.25 «СПЕЦИАЛИСТ». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
17.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
19.25 «СЛЕД». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
01.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
03.10 «Известия». (16+)
03.20 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

OTR OTR

06.00 17.00 «Будущее сегодня». (16+)
06.25 11.35 «В поисках утраченного искусства». (16+)
06.55 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
07.15 15.35 «Календарь». (12+)
08.00 ОТражение-1. Информационная программа
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 21.00 «ОДЕССА-МАМА». (16+)
12.00 ОТражение-2. Информационная программа
16.20 22.30 04.50 «Прав!Да?» (12+)
17.30 «Сделано с умом». (12+)
18.00 ОТражение-3. Информационная программа
23.10 «За дело!» (12+)
23.55 «Золотое Кольцо - в поисках настоящей России». (12+)
01.00 ОТражение-3. Информационная программа. (12+)

НТВ НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)

04.55 «МУХТАР: НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)
10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.20 Сегодня в Санкт-Петербурге
16.45 За гранью. (16+)
17.50 ДНК. (16+)
19.00 Сегодня
19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
20.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: СИМБИРСКИЕ МОРОЗЫ». (12+)
23.15 Сегодня
23.40 «СССР. Крах империи». (12+)
03.30 «ГРЯЗНАЯ РАБОТА». (16+)

REN REN

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 с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
17.00 04.10 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «ХИЩНИК». (16+)
22.00 «Водить по-русски». (16+)
23.25 «Неизвестная история». (16+)
00.30 «БАГРОВЫЙ ПРИЛИВ». (16+)
02.35 «Фердинанд». (6+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



08.25 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД»

06.30 07.00 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег»
07.35 «Купола под водой»
08.25 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 ХХ век
12.20 «Роман в камне»
12.50 Абсолютный слух
13.30 «Великие мифы»
14.00 «В тени Хичкока»
15.05 Новости. Подробно. АРТ
15.20 «Агора»
16.25 «Конец эпохи негатива»
17.15 01.50 К 100-летию московской филармонии. Легендарные концерты
18.05 «Величайшие изобретения человечества»
19.00 Уроки русского. Чтения
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Лев Зильбер»
21.35 «Сати. Нескучная классика...»
22.15 «БЕСЫ»

ТВ-3 ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
14.10 «УИДЖИ». (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
18.30 «Старец». (16+)
19.30 «Слепая». (16+)
20.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.00 «ГОДЗИЛЛА». (12+)
01.45 «ЧЕЛОВЕК-ВОЛК». (16+)
Эта история разворачивается в Англии, в 1891 году. Однажды перед странствующим актёром Лоуренсом Тэлботом появилась девушка, представившаяся как Гвендолин Конлиф, невеста его брата Бена. Она сообщает, что вот уже месяц никто не видел её жениха и просит Лоуренса о помощи
03.15 «Колдуны мира». (16+)
04.15 «Городские легенды». (16+)
05.00 «Тайные знаки». (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

СТС СТС



12.55 «ХРОНИКИ РИДДИКА». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Босс-молокосос. Сно-ва в деле». (6+)
07.00 «Том и Джерри». (0+)
09.05 «Смывайся!» (6+)
10.40 «ДЖУНИОР». (0+)
12.55 «ХРОНИКИ РИДДИКА». (12+)
15.10 «ГЕМИНИ». (16+)
17.25 «АЛИТА: БОЕВОЙ АНГЕЛ». (16+)
20.00 Премьера! Русский ниндзя. (16+)
22.40 Премьера! Суперлига. (16+)
00.15 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.20 «СЕЛФИ». (16+)
Известный телеведущий Владимир Богданов живёт жизнью, которой может позавидовать любой. У него есть все: слава, деньги, верные друзья, жена и хорошая карьера. Но на самом деле ему всё давно надоело...
03.15 «НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ». (12+)
04.35 «6 кадров». (16+)
06.30 «6 кадров». (16+)
06.50 03.35 «Реальная мистика». (16+)
07.50 По делам несовершеннолетних. (16+)
09.55 Давай разведёмся! (16+)
11.10 Тест на отцовство. (16+)
13.20 «Понять. Простить». (16+)
14.25 «Порча». (16+)
16.00 «Знахарка». (16+)
17.50 «Верну любимого». (16+)
19.00 «НА ТВОЕЙ СТОРОНЕ-2». (16+)
22.55 «Кризисный центр». (16+)
30 процентов женщин регулярно подвергаются домашнему насилию. Причем, зачастую это происходит в благополучных с виду семьях. И насилие - это не всегда побои. Многие уверены, что семейные дрязги - это внутренние проблемы, в которые посторонним лучше не вмешиваться
04.25 Тест на отцовство. (16+)
06.05 Домашняя кухня. (16+)

● Сериалы ● Фильмы (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма представлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телераздачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет



23.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)



07.00 «КРЕМЕНЬ». (16+)



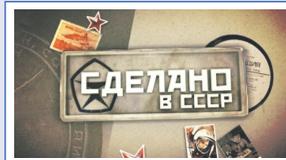
09.25 «ПРОЕКТ «А». (12+)



15.25 «ПОЛЕТ БАБОЧКИ». (16+)



11.10 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)



14.30 Сделано в СССР. (12+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
09.00 «Новые танцы». (16+)
11.00 «САШАТАНЯ». (16+)
13.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
18.00 «ОЛЬГА». (16+)
19.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
Антон в апатии. Кристина хочет помочь ему и просит Андрея заняться его делом. Никита приводит домой девушку. Майкл конфликтует во дворе дома с самой главной «мамочкой» района. Он не подозревает, чем может закончиться этот конфликт
21.00 «Где логика?». (16+)
22.00 «Stand up». (16+)
23.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
00.40 «Такое кино!». (16+)
01.10 «Импровизация». (16+)
02.50 «Comedy Баттл. Последний сезон». (16+)
03.40 «Открытый микрофон». (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
07.00 «КРЕМЕНЬ». (16+)
Приехав в небольшой российский городок чтобы навестить старого боевого товарища, майор краповых беретов Шаманов становится свидетелем страшных событий - местное население, простые люди, лишены прав, обесчещены, их достоинство растоптано. Шаманову остается либо пройти мимо, закрыв глаза, либо начать действовать, противопоставив себя порочной властной системе, годами оттачиваемой и набравшей смертельную силу...
08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
17.00 Дизель шоу. (16+)
20.00 Улётное видео. (16+)
22.30 Улётное видео. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
01.00 «ВИКИНГИ». (18+)
02.45 Улётное видео. (16+)

06.00 09.00 12.30 16.00 22.35
Новости
06.05 18.20 00.45 Все на Матч!
09.05 12.35 01.40 Специальный репортаж. (12+)
09.25 «ПРОЕКТ «А». (12+)
11.30 «Есть тема!»
12.55 Зимние виды спорта. Обзор. (0+)
13.45 Все на футбол!
16.05 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. Обзор тура. (0+)
17.00 Хоккей. Гала-матч «Связь поколений». (0+)
18.55 Футбол. «Сочи» - «Спартак». Тинькофф Российская Премьер-лига. Прямая трансляция
21.00 «Громко»
22.05 Тотальный футбол. (12+)
22.40 Футбол. «Рома» - «Специя». Прямая трансляция
01.20 «Есть тема!» (12+)
01.55 «ПАРЕНЬ ИЗ ФИЛАДЕЛЬФИИ». (16+)

07.05 11.10 «Азбука петербуржца». (6+)
07.15 09.05 10.05 Большой утренний эфир. (16+)
09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 22.00 Новости. (16+)
11.15 «Главный врач». (12+)
12.20 «Малые родины». (6+)
13.10 15.15 22.20 Новости спорта. (12+)
13.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
13.20 «Культурная эволюция». (16+)
14.30 «Гений места». (16+)
15.25 «ПОЛЕТ БАБОЧКИ». (16+)
17.25 «Адаптация». (6+)
18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
19.00 «Петербург». (12+)
20.00 04.00 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
22.15 Соль событий. (16+)
22.30 Степень защиты. (16+)
22.40 «Такой футбол». (6+)
23.10 «КРАСИВАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
01.25 «ПОДРУЧНЫЙ ХАДСАКЕРА». (12+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+)
11.00 13.00 15.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
11.10 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
12.30 Как это по-русски. (12+)
13.10 «АРОМАТ ШИПОВНИКА». (12+)
14.45 Писатели России. (12+)
15.10 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
15.30 05.05 «СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ». (12+)
16.30 «Медицина будущего». (12+)
17.10 «УГРОЗЫСК». (16+)
18.40 «Наша марка». (12+)
19.00 20.30 23.30 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)
19.30 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
21.00 «ЛЮБОВЬ ПО РАСЧЕТУ». (16+)
22.40 Планета на двоих. (12+)
00.00 «ЯРМАРКА ТЩЕСЛАВИЯ». (16+)
00.50 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)

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 «Известия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35
10.10 10.35 11.10 11.35
«Полезное утро». (12+)
12.15 23.40 Хочу и буду. (16+)
13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
14.30 Сделано в СССР. (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 «Прогноз погоды». (12+)
16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
17.30 «Алексей Мишин. Детство. Юность». (12+)
18.10 02.00 «Телекурьер». (12+)
19.10 02.40 «Интервидение». (12+)
20.10 01.20 «Открытая студия». (12+)
21.10 22.15 03.20 «Итоги дня». (16+)

Судоку

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

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

ГОРОДСКАЯ РИТУАЛЬНАЯ СЛУЖБА

КРУГЛОСУТОЧНАЯ СПРАВОЧНАЯ 24/7

+7 (812) 209 03 00

городскойритуал.рф

В Санкт-Петербурге начала работать круглосуточная справочная служба. Задачей данного сервиса является оказание квалифицированной помощи родственникам, столкнувшимся с утратой близкого человека.

ПРЕИМУЩЕСТВА ГОРОДСКОЙ РИТУАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ

- Круглосуточная консультация по всем вопросам организации похорон, в том числе с диагнозом COVID-19.
- Содействие в получении льгот на погребение.
- Бесплатный выезд сотрудника (до 30 мин.)*
- Помощь в сборе документов и сопровождение.
- Фиксированные цены на товары и услуги.

Внимание: в Городской Ритуальной Службе услуга перевозки тела в морг **бесплатная***

* при заказе услуг на территории г. Санкт-Петербург и прилегающим к нему районам в радиусе 10 км

РАЗМЕР ПОСОБИЯ НА ПОГРЕБЕНИЕ

ДЛЯ ГРАЖДАН, ЗАРЕГИСТРИРОВАННЫХ НА ТЕРРИТОРИИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА И ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

Работающие и безработные
6 424,98 ₹ социальное пособие

Малоимущие
12 353 ₹ при захоронении | **9 945 ₹** при кремации

Участники ВОВ, Военные пенсионеры, Ветераны военной службы и боевых действий

Погребение
до 28 178 ₹ возмещение затрат на погребение **либо** в размере **трехмесячной пенсии**, получаемой пенсионером ко дню смерти **либо 6 424,98 ₹** социальное пособие

Надгробие
до 38 002 ₹ на надгробие (для участников ВОВ, не проходивших службу в действующей армии, **до 30 446 ₹**)

Общество с ограниченной ответственностью «Городская Ритуальная Служба», г. Санкт-Петербург, ОГРН 1197847252107, ИНН 7811742768 | Реклама 18+

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ, TV1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО. 07.00 «МЁРТВЫЕ ДУШИ». (12+) 08.20 «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. 01.20 «ТРОЦКИЙ». (16+) 03.05 «РЫЖИЙ ПЕС». (16+) 04.30 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)

СУББОТА!, СУББОТА!, ФЕНИКС+КИНО, СТС LOVE, TV 21 ВЕК. 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+) 12.00, 12.50, 13.35, 14.20, 15.05 «ДИКИЙ АНГЕЛ».

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!, ANIMAL PLANET, DISCOVERY CHANNEL, TLC. 09.20 Секреты стиля. (12+) 09.50, 23.05 Дачные радости. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР, ПОБЕДА, ПЯТНИЦА, Ю. 05.00 «ГУРЗУФ». (0+) 05.30 Наше кино. История большой любви. «Пираты XX века». (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC. 00.00 Час истины. (12+) 01.10 Из истории советского периода. (6+)

ANIMAL PLANET, DISCOVERY CHANNEL, TLC. 06.00 Ветеринары-стажеры. (12+) 06.25 Махинаторы. (12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT 1
06.00, 13.45, 17.10 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)	01.00, 12.25 The Minute. (16+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости	01.05, 21.50 Новости. (16+)
07.55, 13.25, 03.00 Страна. Live. (12+)	Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Клигенталь. Мужчины. HS 140. (16+)
08.15, 03.20 Где рождаются чемпионы? (12+)	02.00, 08.00, 12.30 Горные лыжи. КМ. Санкт-Мориц. Женщины. Супергигант. (16+)
08.40, 03.45 Мой первый тренер. Братья Кулагины. (12+)	03.00, 09.00, 09.45, 13.15 Горные лыжи. КМ. Вальд-Изер. Мужчины. Слалом. (16+)
09.00 Мир бильярда. (12+)	03.30 Биатлон. КМ. Хохфильцен. Мужчины. (6+)
09.30, 22.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)	04.30 Биатлон. КМ. Хохфильцен. Женщины. (6+)
10.05 С мячом в Британию. (12+)	05.00, 10.30, 16.00, 21.00 Снукер. Scottish Open. Финал. (6+)
11.40 Сноубордлинг. (0+)	17.30 Текбол. ЧМ. Польша. (6+)
13.05 Повторить Баффало	19.30 Лыжные гонки. КМ. Давос. Мужчины. Свободный стиль. 15 км. (6+)
15.35, 21.15 Зачётный спорт. (12+)	20.15 Лыжные гонки. КМ. Давос. Женщины. Свободный стиль. 10 км. (6+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)	21.55 Снукер. Мировой Гранпри. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
16.20, 21.35 Неделя КХЛ. (12+)	
19.00 Есть тема! (12+)	
19.55, 01.45 Хоккей. Гала-матч «Связь поколений». (0+)	
23.00 Громко. (12+)	
00.00 Смешанные единоборства. Бой по правилам TNA. Финалы. (16+)	
04.05 Учитель фехтования. (12+)	
04.25 Мини-футбол. (0+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Каждое утро. (16+)
08.30, 15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
09.00 TikTok чарт. (16+)
10.00 10 самых! (16+)
10.30 Прогноз по году. (16+)
11.30 Хит-сториз. Дюна. (16+)
12.00 Золотая лихорадка. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)
15.30 DFM - Dance chart. (16+)
16.30 Плачь и снимай: О чём молчат тиктокеры. (16+)
17.30 10 самых горячих клипов дня. (16+)
18.10 Студия 69. Поменялись хитами. (16+)
18.45, 22.50 PRO-новости. (16+)
19.00 Золотая дюжина. (16+)
20.00 Фестиваль Авторадио «Дискотека 80-х»-2018. (16+)
23.05 Синг Сонг. (16+)
23.40 TOP 30 - Русский крутяк недели. (16+)
01.40 Караокинг. (16+)
04.00 Наше. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
09.00 «Волшебная кухня». (0+)	05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние птицы. «Лунтик и его друзья», «Домики». (0+)
09.25, 17.00 «Простоквашино». (0+)	05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
09.50 «Енотки. Полезный обед». (0+)	05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
10.00, 17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)	06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	07.30 «Ответы от кометы». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	06.25 «Русалочка» (субтитры). (6+)	Ответы на все вопросы о космосе от настоящей кометы!
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	06.50 «Пёс Пэт». (6+)	07.35 «Малыши и Медведь». (0+)
11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	07.15 «Фиксики против крабов». (6+)	07.40 «Легенды Спарка». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	09.00 Доброе утро с Микки. (0+)	08.10 «Волшебная кухня». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)	09.45 «Подсказки Бульки для всех». (0+)
13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	11.35, 17.35, 21.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	Учитесь новому и отгадывайте загадки вместе с собачкой Булькой!
14.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)	14.35 «Гравити Фолз». (12+)	10.10 «Акулёнок». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)	15.10 После школы. (6+)	10.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)	15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)	10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	16.40 «Город героев: Новая история». (6+)	11.10 «Монсики». (0+)
18.00 «Легенды Спарка». (0+)	19.30 «Город героев». (6+)	11.45 «Роботы-поезда». (0+)
18.15 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)	23.00 «Человек-Паук». (12+)	12.15 «Ниндзяго». (6+)
18.20 «Робокар Поли». (0+)	00.00 «Герои Эввелла: выйти из игры». (6+)	12.45 «Супер10». (6+)
18.40 «Ник-изобретатель». (0+)	01.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)	13.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
19.00 «Лео и Тиг». (0+)	03.05 «Спасатели». (6+)	13.40 «Ник-изобретатель». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)		14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)		14.15 «Семья Грешников». (0+)
21.30 «Монсики». (0+)		14.35 «Четверо в кубе». (0+)

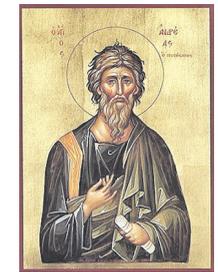
УНИКУМ	О!
07.00, 08.31, 14.52 «Домики». (0+)	05.00 «Пингвинёнок Пороро». (0+)
07.20 «Первая охота». (0+)	06.30 О! Музыка! (0+)
07.29 «Приключения Хомы». (0+)	07.00 «Три кота». (0+)
07.39, 08.09, 08.52, 15.10, 15.40, 16.00, 22.35 Мультфильмы. (0+)	09.00 «Дуда и Дада. Мир удивительных животных». (0+)
07.59, 09.12, 15.30, 15.50, 22.55 Мультфильмы. (6+)	Приключения одной очень любознательной компании.
09.55, 19.05 «Октонавты». (6+)	10.00 «Фиксики». (0+)
10.20, 11.45 «Тайна Сухарева башни». (6+)	12.00 «Истории Баданаму». (0+)
10.36, 12.00, 14.28, 16.10, 19.46 «Белка и Стрелка». (0+)	14.00 «Зебра в клеточку». (0+)
11.05, 12.29, 16.39, 20.21 «Тима и Тома». (0+)	15.50 «Простая арифметика». (0+)
11.26, 12.47, 20.41 «Капитан Кракен и его команда». (0+)	15.55 «Мой музей». (0+)
13.03, 21.00 «Макс Стил». (12+)	16.00 «Если бы я был...» (0+)
13.25, 17.00, 18.00, 21.30 Girls Only. (6+)	16.05 «Magic Songs». (0+)
13.55, 17.28, 18.30, 22.00 Проще простого! (6+)	16.10 «Рев и заводная команда». (0+)
14.11 Советы Сладкоежкиной. (6+)	18.00 «Три кота». (0+)
17.44, 18.47, 22.17 Открытки. (6+)	20.00 «Фиксики». (0+)
19.30 «Новые приключения кота Леопольда». (0+)	22.00 «Оранжевая корова». (0+)
	00.00 «Ответы от кометы». (0+)
	00.05 «ТриО!» (0+)
	00.20 «Три кота». (0+)
	02.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
	02.40 «Фиксики». (0+)
	04.40 «Еда на ура!» (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)	16.05 Без свидетелей. Павел Фитин против Шелленберга. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	17.00 «ВЕРТИКАЛЬ». (0+)
05.35 Монастырская кухня. (0+)	18.35 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (0+)
06.05 «ЖДУ И НАДЕЮСЬ». 1 серия. (0+)	СССР, 1961 г.
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)	20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
10.30 Святые целители. (12+)	22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
11.05 Простые чудеса. (12+)	23.45 Прямая линия жизни. (0+)
11.55 В поисках Бога. (6+)	00.45 День Патриарха. (0+)
12.25 Физики и клирики. (0+)	01.00 Блаженны милостивые... (0+)
13.00, 13.35 Двенадцать. (0+)	01.35 Завет. (6+)
14.05, 14.35 Монастырская кухня. (0+)	02.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
15.05 Эфиопия. Жить с Крестом. (0+)	04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
	04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

13 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Апостола Андрея Первозванного.



Свт. Фрументия, архиеп. Индийского (Ефиптопского). Сщмч. Иоанна пресвитера.

Рождественский пост.

«Зло есть недуг души, лишившейся свойственного ей и по естеству ей принадлежащего здравия, которое есть добродетель».

Прп. Варсонофий Великий

ГАРДЕРОБ

Стёганая одежда буквально захватила умы многих дизайнеров в этом осенне-зимнем сезоне.

И не только одежда – на подиумах встречались и стеганые сумки, и даже стеганая обувь. Словом, все стеганое этой зимой на пике популярности.

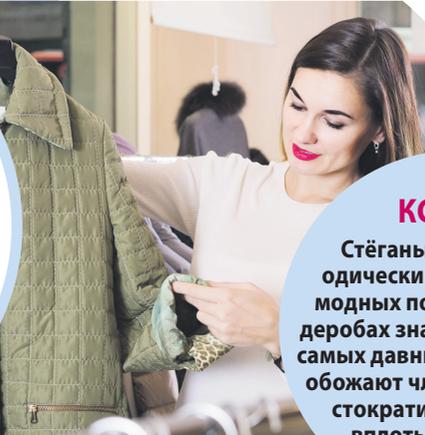
Стёганая одежда для предстоящей зимы

Пальто

Конечно, главная стеганая вещь холодного сезона – это пальто. В это мягкое и одновременно легкое пальто так и хочется завернуться, спрятаться в нем от пронизывающего ветра. Стеганое пальто легко комплектуется с одеждой в любом стиле – будь то классика или дерзкий гранж. Под такое пальто можно надеть и офисную юбку, и спортивные брюки, и джинсы, и любую обувь – от высоких сапог на шпильке до грубых ботинок в стиле милитари.

Жилет

Стеганый жилет можно носить как на, так и под верхнюю одежду. Например, когда на улице хорошая оттепель и плюсовая температура, стеганый жилет, надетый на теплый свитер, вполне может заменить куртку. Многие звезды стритстайла носят стеганые жилеты даже поверх легких пальто, и выглядит это очень эффектно.



Сумка

Считается, что первую дамскую стеганую сумку придумала еще Коко Шанель, и было это в прошлом веке, но до сих пор эта сумочка является мечтой модниц. Однако сегодня выбор куда больше, чем только одна сумочка. Мало того, в этом сезоне очень сложно найти модный дом, в коллекции которого нет таких сумок. Крошечные клатчи и объемные мешки, рюкзаки и торбы, сумки из кожи и ткани, из нейлона и замши, строгие и расслабленные – каких только нет. На любой вкус и для любых целей найдется этой зимой стеганая сумка.

Куртка

Если пальто – не ваша одежда, выберите стеганую куртку. Самый актуальный фасон сезона – легкий оверсайз, позволяющий создавать очень интересные многослойные образы. Длина такой куртки должна быть не короче, чем до середины бедра, иначе фигура приобретет чрезмерный объем в верхней части. К тому же длина до середины бедра прекрасно подходит и для брюк, и для юбок.

Обувь

Обувь сдалась стеганому тренду последней, но это все-таки случилось. Самые популярные, конечно, это сапоги со стеганым голенищем – причем кожаные. Такие сапоги можно смело приобретать с прицелом на будущее – модные дизайнеры уверены, что стеганое голенище достойно базового гардероба. Для тех, кто не любит высокие сапоги, есть варианты ботильонов, ботинок и даже кроссовок.

Юбка

Стеганая юбка – отличный выбор для мерзлячек. В отличие от стеганых брюк, юбка не добавляет лишнего объема, но при этом хорошо согревает. Один из актуальных фасонов стеганой юбки – А-силуэт мини или миди длины. Однако если вы не планируете ограничиться одним сезоном, лучше обратить внимание на прямую юбку или «карандаш», оптимально – с чуть завышенной талией. Такие юбки прекрасно вписываются в любой гардероб, включая офисный, и точно еще долго не выйдут из моды.

Светлана ИВАНОВА

1 ПЕРВЫЙ



23.35 Вечерний Ургант. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 Телеканал «Доброе утро»
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор. (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженемся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.45 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «ЗНАХАРЬ»: НОВЫЕ СЕРИИ.** (16+)
- 23.35 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.15 «Леонид Броневой. «Заметьте, не я это предложил...» (12+)
- 01.15 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)

ТВЦ ТВЦ

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.50 «ПИРАТЫ XX ВЕКА.** (12+)
- 10.35 «Николай Ерёмченко. Загнать себя в тупик». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «УБИЙСТВО В ЛОЗЕРЕ.** (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.15 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ЗНАК СОВЫ.»** (12+)
- 16.55 «Дикие деньги». (16+)
- 18.10 «ОТЕЛЬ «ФЕНИКС»- 2.»** (12+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.10 «Звёзды-банкроты». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 Петровка, 38. (16+)
- 00.55 «Назад в СССР». (12+)
- 01.35 Хроники московского быта. (16+)
- 03.45 «Актёрские драмы». (12+)
- 04.25 «Смех с доставкой на дом». (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



20.00 Вести

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «КУЛАГИНЫ.»** (16+)
- 17.00 Вести
- 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
- 18.40 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ТАЙНЫ СЛЕД-СТВИЯ-21.»** (16+)
В своём доме убиты звёзды ледового шоу Игорь Лисовой и Александра Столетова. Их окровавленные тела обнаружила домработница. Расследование резонансного дела поручено Швецовой
- 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.20 «В ЗОНЕ РИСКА.»** (16+)
- 04.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО.»** (16+)
- 04.50 Перерыв в вещании

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 13.40 14.05 03.45 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК.»** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня. (16+)
- 09.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 09.35 «СТРЕЛЫ РОБИН ГУДА.»** (12+)
- 11.20 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 13.25 «Оружие Победы». (12+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 18.30 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.50 «Конструктор №1. История ОКБ Туполева». (16+)
- 19.40 «Легенды армии» с Александром Маршалом. (12+)
- 20.25 «Улика из прошлого». (16+)
- 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.40 «20 ДЕКАБРЯ.»** (12+)
- 02.10 «СТРЕЛЫ РОБИН ГУДА.»** (12+)
- 03.25 «Москва - фронту». (16+)

5 5-Й КАНАЛ



23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-2.»** (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4.»** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4.»** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 17.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3.»** (16+)
- 19.25 «СЛЕД.»** (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4.»** (16+)
Муниципальный депутат Алла Серебрянская заявляет, что убила преследовавшего её неизвестного мужчину со шрамом. Алла готова сесть в тюрьму, но просит «великолепную пятёрку», чтобы об этом никто не узнал. По адресу, указанному Аллой, трупа не находят...
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД.»** (16+)
- 01.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА.»** (16+)
- 03.15 «Известия». (16+)
- 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ.»** (16+)

ОТР ОТР

- 06.00 17.00 «Будущее сегодня». (16+)
- 06.25 11.35 23.30 «В поисках утраченного искусства». (16+)
- 06.55 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
- 07.15 15.35 «Календарь». (12+)
- 08.00 ОТражение-1. Информационная программа
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 21.00 «ОДЕССА-МАМА.»** (16+)
- 12.00 ОТражение-2. Информационная программа
- 16.20 22.25 04.50 «Прав!Да?» (12+)
- 17.30 «Сделано с умом». (12+)
- 18.00 ОТражение-3. Информационная программа
- 23.05 «Активная среда».
- 23.55 «Золотое Кольцо - в поисках настоящей России». (12+)
- 01.00 ОТражение-3. Информационная программа. (12+)

НТВ НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)

- 05.00 «МУХТАР: НОВЫЙ СЛЕД.»** (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СУДЬБЫ.»** (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СУДЬБЫ.»** (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
- 16.45 За гранью. (16+)
- 17.50 ДНК. (16+)
- 19.00 Сегодня
- 20.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: СИМБИРСКИЕ МОРОЗЫ.»** (12+)
- 23.15 Сегодня
- 23.40 «СССР. Крах империи». (12+)
- 02.30 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР.»** (16+)
- 03.30 «ГРЯЗНАЯ РАБОТА.»** (16+)

РЕН РЕН

- 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 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 04.10 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ВЕТРЕНАЯ РЕКА.»** (16+)
- 22.05 «Водить по-русски». (16+)
- 23.25 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 00.30 «ИДЕНТИФИКАЦИЯ БОРНА.»** (16+)
- 02.35 «ВЫХОД ДРАКОНА.»** (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



10.15 «Наблюдатель»

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 20.05 «Правила жизни»
- 07.35 18.05 01.05 «Величайшие изобретения человечества»
- 08.35 12.25 23.20 02.45 Цвет времени
- 08.45 Легенды мирового кино
- 09.10 16.35 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.50 ХХ век
- 12.40 «Игра в бисер»
- 13.25 «Великие мифы»
- 18.55 22.15 «БЕСЫ»**
- 15.05 Новости. Подробно. Книжки
- 15.20 «Библийский сюжет»
- 15.50 «Сати. Нескучная классика...»
- 17.20 02.00 К 100-летию московской филармонии. Легендарные концерты
- 19.00 Уроки русского. Чтения
- 19.45 Главная роль
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Искусственный отбор
- 21.30 «Белая студия»

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Гадалка. (16+)
- 14.10 «УИДЖИ.»** (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 18.30 «Старец». (16+)
- 19.30 «Слепая». (16+)
- 20.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ.»** (16+)
- 23.00 «ГЛУБИНА.»** (16+)
1943 год. Вторая мировая. Атлантический океан. Американская подводная лодка под названием «Тигровая акула», затопив немецкий корабль, направляется далее по своему курсу. Внезапно капитан получает задание подобрать в океане шлюпку с потерпевшими. Среди троих спасенных одна женщина - медсестра плавучего госпиталя, затопленного нацистами, и двое раненных
- 01.15 «ДОКТОР ХЭРРОУ.»** (16+)
- 04.00 «Городские легенды». (16+)
- 04.45 «Тайные знаки». (16+)

СТС СТС



20.00 «НЕБОСКРЁБ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Босс-молокосос. Сно-ва в деле». (6+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 10.05 «НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ.»** (12+)
- 11.55 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ.»** (12+)
Жизнь архитектора Майкла Ньюмана зашла в тупик. Он завален работой, падает с ног от усталости и совсем не имеет времени на жену и детей. Майкл так бы и жил дальше, если бы не встреча с чудак-изобретателем Морти
- 14.00 Премьера! Эксперименты. (12+)
- 14.40 «КУХНЯ.»** (12+)
- 16.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ.»** (16+)
- 20.00 «НЕБОСКРЁБ.»** (16+)
- 22.00 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ.»** (12+)
- 00.10 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ.»** (16+)
- 02.05 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ.»** (12+)
- 03.45 «6 кадров». (16+)
- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.50 «Реальная мистика». (16+)
- 07.50 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.55 Давай разведёмся! (16+)
- 11.10 Тест на отцовство. (16+)
- 13.20 «Понять. Простить». (16+)
- 14.25 «Порча». (16+)
- 16.00 «Знахарка». (16+)
- 17.50 «Верну любимого». (16+)
- 19.00 «НА ТВОЕЙ СТОРОНЕ-2.»** (16+)
- 23.00 «Кризисный центр». (16+)
Муж Марии после рождения первенца начинает себя вести неадекватно. Он третирует Марию, обвиняет её в том, что она плохая мать, запрещает приводить в дом подруг. В итоге, он жестоко избивает жену, выгоняет из дома, отобрав ребёнка
- 03.40 «Реальная мистика». (16+)
- 04.30 Тест на отцовство. (16+)
- 06.10 «6 кадров». (16+)



23.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.25 «Бузова на кухне». (16+)
09.00 «Новые танцы». (16+)
11.00 «САШАТАНЯ». (16+)
13.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
18.00 «ОЛЬГА». (16+)
19.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
У Майкла совсем нет денег. Он устраивает Варе романтическое свидание на крыше. Яна пойдет на всё, чтобы добыть себе нормального мужика, даже на автоподставу
21.00 «Импровизация». (16+)
22.00 «Женский стендап». (16+)
23.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2». (16+)
00.45 «Импровизация». (16+)
02.30 «Comedy Баттл. Последний сезон». (16+)
03.20 «Открытый микрофон». (16+)
05.45 «ТНТ. Best». (16+)



01.00 «ВИКИНГИ». (18+)

06.00 Улётное видео. (16+)
Видеосюжеты, которые вошли в программу, зафиксированы уличными камерами наблюдения, сняты случайными очевидцами на мобильные телефоны или любимыми другими техническими средствами, у которых есть функция REC
06.10 «КРЕМЕНЬ». (16+)
08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
17.00 Дизель шоу. (16+)
20.00 Улётное видео. (16+)
22.30 Улётное видео. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
01.00 «ВИКИНГИ». (18+)
Сериал рассказывает об отряде викингов Рагнара. Он восстал, чтобы стать королём племён викингов. Норвежская легенда гласит, что он был прямым потомком Одина, бога войны и воинов
02.45 Улётное видео. (16+)



15.15 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ». (16+)

06.00 08.50 12.30 15.50 19.05
Новости
06.05 19.55 22.30 00.55 Все на Матч!
08.55 Специальный репортаж. (12+)
09.15 «ПРОЕКТ «А-2». (12+)
11.30 «Есть тема!»
12.35 Все на регби!
13.05 «КУЛАК ЛЕГЕНДЫ: ВОЗВРАЩЕНИЕ ЧЭНЬ ЧЖЭНЯ». (16+)
15.15 15.55 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ». (16+)
17.25 19.10 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)
20.25 Футбол. «Штутгарт» - «Бавария». Чемпионат Германии. Прямая трансляция
22.55 Вольбол. «Маасейк» (Бельгия) - «Динамо» (Москва, Россия). Лига чемпионов. Мужчины. Прямая трансляция
01.30 «Есть тема!» (12+)
01.50 «Мысли как Брюс Ли. «Будь водой». (12+)
03.40 Новости. (0+)



20.00 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)

07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 Новости. (16+)
11.15 «Петербург. Город решений». (12+)
12.40 «Имя России». (6+)
13.10 15.15 22.20 Новости спорта. (12+)
13.15 Бизнес-Петербург. (12+)
13.20 «Такой футбол». (6+)
13.55 «Промышленный клуб». (12+)
14.25 Соль событий. (16+)
14.30 «Столбовский мир». (6+)
15.25 «ПОЛЕТ БАБОЧКИ». (16+)
17.25 «Губернаторский контроль». (6+)
18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
20.00 03.15 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
22.30 Степень защиты. (16+)
22.40 «Исаакиевская, 6». (6+)
23.10 «Культурная эволюция». (16+)
00.20 Хоккей. «Динамо» - «Рязань». Высшая хоккейная лига. (0+)



11.10 «АЛЁША». (0+)

06.00 «Будим в будни». (6+)
09.00 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+)
11.00 13.00 15.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
11.10 «АЛЁША». (0+)
12.30 «Трое в лодке». (12+)
13.10 «АРОМАТ ШИПОВНИКА». (12+)
14.45 Писатели России. (12+)
15.10 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
15.30 05.05 «СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ». (12+)
16.30 «Медицина будущего». (12+)
17.10 «УГРОЗЫСК». (16+)
18.40 «Наша марка». (12+)
19.00 20.30 23.30 «ЛЕНТВ24 Акцент». (12+)
19.30 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
21.00 «ТУПОЙ И ЕЩЁ ТУПЕЕ-2». (16+)
22.45 «Русские цари». (0+)
00.00 «ЯРМАРКА ТЩЕСЛАВИЯ». (16+)
00.50 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИКИ». (16+)



14.00 «Изнестия». (16+)

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 «Изнестия 78». (12+)
07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
12.15 «Хочу и буду». (16+)
13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
14.30 Сделано в СССР. (12+)
15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 Прогноз погоды. (12+)
16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
17.30 «Алексей Мишин. Мишин и Москвина». (12+)
18.10 02.00 Телекурьер. (12+)
19.10 02.40 «Интервидение». (12+)
20.10 01.20 «Открытая студия». (12+)
21.10 22.15 03.20 «Итоги дня». (16+)
23.40 «Хочу и буду». (18+)

ПОХУДЕЙКА

Что может быть проще бутерброда?

Кусочек хлеба с ломтиком колбасы или сыра! Безусловно, быстро и вкусно. Но если мы мечтаем похудеть, бутерброд нам нужен еще и полезный. И мы разберем его буквально по слоям.

Верхний слой

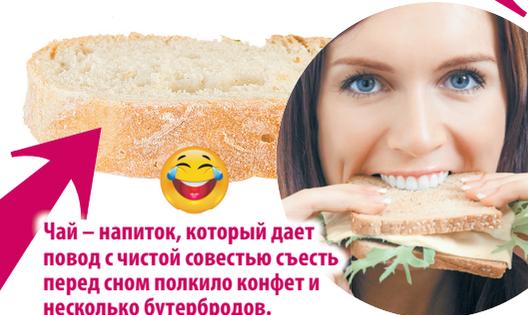
Это может быть зелень, оливки, орешки, специи, любые овощи (огурец, помидор, вареная свекла и др.), фрукты.

Консервированные продукты (тушенка, шпроты и т.д.) лучше свести к минимуму. Они калорийны и содержат много соли, которая приведет к задержке жидкости в организме.

Нижний слой

Выбираем основу. Это может быть ломтик дарницкого или цельнозернового хлеба (в кусочке 50 г примерно 100 ккал). Также можно выбрать хлебец (примерно 10 ккал в 1 штучке) или кусочек лаваша (в 50 г примерно 110 ккал), в который удобно заворачивать.

Стройность приходит с... бутербродами



Чай – напиток, который дает повод с чистой совестью съесть перед сном полкило конфет и несколько бутербродов.

Средний слой

✓ **Сливочное масло.** В небольших количествах и не каждый день оно даже полезно. Животные жиры нам тоже нужны.

✓ **Масло гхи (топленое масло).** В отличие от сливочного, более полезное, так как оно очищено от вредных примесей и лучше усваивается. Но им тоже не нужно злоупотреблять из-за высокой калорийности.

✓ **Авокадо.** Ацтеки называли его «маслом Бога» за то, что оно на 30% состоит из жиров. Это ненасыщенные жирные кислоты, большое количество витамина Е и других антиоксидантов.

✓ **Бананы.** Чудесный ингредиент для сладких бутербродов, который к тому же не содержит сахара.

✓ **Творог.** Это источник полноценного белка, строительного материала для каждой клеточки нашего организма. Вместо творога можно взять сыр рикотта, моцареллу, учитывая что жирности в них будет немного больше и калорийности тоже.

✓ **Мясо птицы, постная говядина, рыба.** Любителям сала можно изредка побаловать себя парой-тройкой тонких кусочков.

Мнение специалиста

Тосты побеждают!

На наши вопросы отвечает диетолог Светлана Титова.

– Светлана, как лучше есть бутерброды: в качестве перекуса или после основного приема пищи?

– Использовать бутерброды нужно только как отдельное яство и избегать приема с основными блюдами.

– Что можно сказать про хлеб из тостера? Безвреден ли он для фигуры?

– Правильно приготовленные тосты полезнее для фигуры, чем свежий хлеб. Главный плюс в том, что кишечник активнее обрабатывает их и тратит больше усилий, чем при расщеплении обычного хлеба. В тостах нет продуктов брожения свежего хлеба, которые могут вызывать расстройства желудочно-кишечного тракта – вздутие и неприятные ощущения в области живота.

– Дрожжевой хлеб и бездрожжевой. Есть ли между ними принципиальная разница, которая может сказаться на лишнем весе?

– Бездрожжевой хлеб полезнее, потому что, в отличие от дрожжевого, он не нарушает микрофлору кишечника, лучше усваивается и может использоваться в диетическом питании, так как отличается меньшей калорийностью.

Татьяна МИХАЛЁВА

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns for MOSFILM, TV1000, and DOM KINO. Contains program listings with times and titles like 'МЕРТВЫЕ ДУШИ', 'ЭЛЕМЕНТАРНО', 'СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ'.

Table with columns for ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, and РОДНОЕ КИНО. Contains program listings with times and titles like 'СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ', 'ПРО ЖЕНУ, МЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ'.

Table with columns for СУББОТА!, СУББОТА!, ФЕНИКС+КИНО, СТС LOVE, and TV 21 ВЕК. Contains program listings with times and titles like 'Маша и Медведь', 'ТАТЬЯНИН ДЕНЬ'.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with columns for МИР, ПОБЕДА, ПЯТНИЦА, and Ю. Contains program listings with times and titles like 'СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ', 'ПУТЬ К ПОБЕДЕ'.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

Table with columns for 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC, and TLC. Contains program listings with times and titles like 'Час истины', 'Невероятные изобретения'.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns for УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!, and ANIMAL PLANET. Contains program listings with times and titles like 'Старые дачи', 'Охота сулком'.

Table with columns for DISCOVERY CHANNEL, TLC, and TLC. Contains program listings with times and titles like 'Как это сделано?', 'Оденься к свадьбе'.

СПОРТ

МИЧЕСТРАНА	МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT I	EUROSPORT 2
06.00, 19.55 Смешанные единоборства. (16+)	02.00, 07.00, 12.30 Лыжные гонки. КМ. Давос. Мужчины. (6+)	02.45, 07.45, 13.15 Лыжные гонки. КМ. Давос. Женщины. (6+)	03.30 Лыжные двоеборье. КМ. Отепя. Мужчины. 10 км. (6+)
07.35, 03.00 Поднять упавшее «Знамя». (12+)	04.00, 09.30 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Клингенталь. Мужчины. HS 140. 2-й день. (16+)	05.00, 10.35, 15.00, 21.15 Снукер. Мировой Гран-при. 1-й круг. (6+)	08.30 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Клингенталь. Мужчины. HS 140. 1-й день. (16+)
07.50, 10.00, 13.00 Новости	10.30 The Minute. (16+)	10.30 Биатлон. КМ. Хохфильцен. Мужчины. Эстафета. (6+)	10.30 Биатлон. КМ. Хохфильцен. Мужчины. Эстафета. (6+)
07.55, 03.15 Неделя КХЛ. (12+)	11.25 Кибатлон. Будущее рядом. (12+)	15.55, 21.55 Снукер. Мировой Гран-при. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)	20.00 Eurosport Winter Pass. (16+)
08.45 Зачётный спорт. (12+)	11.40, 17.40 Сноубординг. Кубок мира. (0+)	20.30, 20.45 «На грани». (16+)	21.00 Winter Tracks. (16+)
09.00 Громко. (12+)	12.30 Сердца чемпионов. Зима в сердце. (6+)	21.50 Новости. (16+)	
10.05, 22.40 Хоккей. Гала-матч «Связь поколений». (0+)	13.05 Девушки в полете. (12+)		
11.25 Кибатлон. Будущее рядом. (12+)	13.20, 21.45 Гандбол. Чемпионат мира. Обзор. (0+)		
11.40, 17.40 Сноубординг. Кубок мира. (0+)	13.50, 00.15 «6х6». Волейбольное обозрение. (12+)		
12.30 Сердца чемпионов. Зима в сердце. (6+)	14.20, 00.40 МатчБол. (12+)		
13.05 Девушки в полете. (12+)	14.55 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. Прямая трансляция		
13.20, 21.45 Гандбол. Чемпионат мира. Обзор. (0+)	16.55, 00.00 Специальный репортаж. (12+)		
13.50, 00.15 «6х6». Волейбольное обозрение. (12+)	17.10, 22.10 Все на регби! (12+)		
14.20, 00.40 МатчБол. (12+)	19.00 Есть тема! (12+)		
14.55 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. Прямая трансляция	01.10 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. (0+)		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)	14.00 ТiКТок чарт. (16+)
06.45, 08.45, 15.00, 18.45, 22.45 PRO-новости. (16+)	15.15 Прогноз по году. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)	16.10 10 самых! (16+)
10.00 Мир в одной тарелке. Бельгийская кухня. (16+)	16.45 У-Дачный чарт. (16+)
10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	17.45 Русские хиты. Чемпионы вторника. (16+)
11.30 10 самых горячих клипов дня. (16+)	19.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
12.20 Лайкер. (16+)	20.00 Дискотека МУЗ-ТВ «Золотые хиты». Лучшее. (16+)
13.30 Синг Сонг. (16+)	23.00 Хит-сториз. Дюна. (16+)
	23.25 TOP 30 - Крутяк недели. (16+)
	01.30 Музитив. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

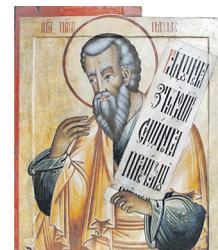
МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
09.00 «Волшебная кухня». (0+)	05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние птички. «Барбоскины», «Домики». (0+)
09.25, 17.00 «Простоквашино». (0+)	05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
09.50 «Енотки. Ведёрко». (0+)	05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
10.00, 14.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)	06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	07.30 «Ответы от кометы». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	06.25 «Русалочка» (субтитры). (6+)	07.35 «Малыши и Медведь». (0+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	Трогательные приключения маленьких брата и сестры и игрушечного медвежонка.
11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	07.25 «Спасатели». (6+)	07.40 «Легенды Спарка». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	09.00 Доброе утро с Микки. (0+)	08.10 «Сказочный патруль». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)	09.45 «Подсказки Бульки для всех». (0+)
13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	11.35, 17.35, 21.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	10.10 «Акулёнок». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)	14.35 «Гравити Фолз». (12+)	10.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)	15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)	10.45 «Роботы-поезда». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	16.40 «Город героев: Новая история». (6+)	11.05 «Монсики». (0+)
17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)	19.30 «Вольф». (0+)	11.45 «Роботы-поезда». (0+)
18.00 «Легенды Спарка». (0+)	23.00 «Человек-Паук». (12+)	12.15 «Ниндзяго». (6+)
18.15 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!». (0+)	00.00 «Семейка Грин в городе». (12+)	12.45 «Супер10». (6+)
18.20 «Робокар Поли». (0+)	01.40 «Амфибия». (12+)	13.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
18.40 «Ник-изобретатель». (0+)	03.05 «Спасатели в Австралии». (0+)	13.40 «Ник-изобретатель». (0+)
19.00 «Лео и Тиг». (0+)		14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)		14.15 «Семья Трефликов». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)		14.35 «Гризли и лемминги». (6+)
21.30 «Монсики». (0+)		16.05 «Барби: Дримтопия». (0+)
		16.30 «Лунтик и его друзья». (0+)
		17.50 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
		В мультсериале легио-человечки поют известные детские песенки и колыбельные для самых маленьких.
		18.00 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
		18.30 «Зебра в клеточку». (0+)
		19.50 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
		20.05 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Истории Сильвиан Фэмилис». (0+)
		20.55 «Маша и Медведь». (0+)
		22.00 «Геомека». (6+)
		22.30 «Бакуган: Восход геоганов». (6+)
		22.50 «Инфинити Надо». (6+)
		23.15 «Черепашки-ниндзя». (6+)
		23.40 «Супер Спин Комбо». (6+)
		00.25 «Фиксики». (0+)
		01.40 «Смешарики. Пинкод». (6+)
		03.45 «Зелёный проект». (0+)
		03.55 «Машины страшлики», «Машины сказки», «Машины песенки». (0+)
		04.55 «Букварий». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)	16.00, 17.30, 19.00 «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛДАТ». 1-3 серии. (0+)
05.10, 05.40 Монастырская кухня. (0+)	СССР, 1984 г. В ролях: Василий Фунтиков, Николай Гринько
06.10 «ЖДУ И НАДЕЮСЬ». 2 серия. (0+)	20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
СССР, 1980 г. В ролях: Олег Меньшиков, Лесь Сердюк	22.45 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)	23.45 Служба Спасения Семьи. (16+)
10.30 Расскажи мне о Боге. (6+)	00.45 День Патриарха. (0+)
11.00 Украина, которую мы любим. (12+)	01.00 Профессор Осипов. (0+)
11.30 Завет. (6+)	01.45 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
12.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)	02.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
15.00 Восход победы. Багратионовы клещи. (0+)	04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

14 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Прор. Наума.



Прав. Филарета Милостивого. Мч. Анании Персянина.

Рождественский пост.

« О трех предметах не спеши рассуждать: о Боге, пока не утвердишься в вере; о чужих грехах, пока не вспомнишь о своих; о грядущем дне, пока не увидишь рассвета». Св. Николай Сербский

КРОССВОРД

Разгадайте в головоломке афоризм Альфреда Нобеля, завещавшего свое состояние для учреждения ставшей знаменитой премии (52 буквы).

Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали.

Цифры со стрелками показывают количество букв загаданной фразы, находящихся в данном направлении.

Несколько подсказок (под словом ряд подразумевается строка, столбец или диагональ):

- 1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее (в задании несколько букв уже найдено);
- 2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд. Если стрелка указывает, что в ряду одна буква, и вы ее уже нашли, то остальные буквы в ряду можно вычеркнуть, и т.д.;
- 3) если на какой-то ряд не указывает стрелка, всё равно можно посчитать (или примерно прикинуть), сколько там искомых букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядух;
- 4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркивать буквы на этих же местах в двух соседних рядах;
- 5) когда уже не помогает умение считать, просто пытайтесь понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.



Ответ на задание в № 48: Джордж Мартин: «Люди всегда требуют правды, но она редко приходится им по вкусу».

ХРОНОЛОГИКА

1 ПЕРВЫЙ



05.00 09.25 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости
 09.50 Жить здорово! (16+)
 10.55 Модный приговор. (6+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Время покажет. (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 15.15 Давай поженимся! (16+)
 16.00 Мужское / Женское. (16+)
 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.35 Кубок Первого канала по хоккею-2021. Сборная России - сборная Канады. Прямой эфир. По окончании - программа «Время»
21.30 «ЗНАХАРЬ»: НОВЫЕ СЕРИИ. (16+)
 22.35 Премьера сезона. «Док-ток». (16+)
 23.30 Вечерний Ургант. (16+)
 00.10 «Юрий Николаев. «Наслаждаясь жизнью». (12+)
 01.15 Время покажет. (16+)

ТВЦ ТВЦ

06.00 «Настроение»
 08.15 «Доктор И...» (16+)
08.50 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
 10.30 «Ивар Калныньш. Разбитое сердце». (12+)
 11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «УБИЙСТВО В ЭГ-МОРТЕ». (16+)
 13.40 «Мой герой». (12+)
 14.50 Город новостей
15.05 02.15 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: МЫШЕЛОВКА». (12+)
 16.50 Хроники московского быта. (12+)
18.10 «РАЗОБЛАЧЕНИЕ ЕДИНОРОГА». (12+)
 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
 23.10 «Прощание». (16+)
 00.00 События. 25-й час
 00.35 05.45 Петровка, 38. (16+)
 00.55 «Назад в СССР. Страсти по дефициту». (12+)
 01.35 «Знак качества». (16+)
 03.45 «Актёрские драмы». (12+)
 04.25 Юмористический концерт. (16+)
 05.15 «Страна чудес». (6+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ

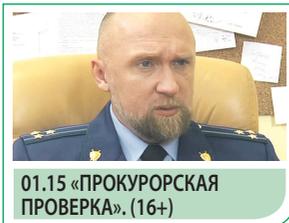


11.30 Судьба человека. (12+)
 05.00 Утро России
 09.00 Вести. Местное время
 09.30 Утро России
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
 12.40 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.30 Вести. Местное время
14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+)
 17.00 Вести
 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
 18.40 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.05 Вести. Местное время
21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-21». (16+)
 На пробежке в парке двумя выстрелами убита девушка. Погибшей оказывается дочь известного в прошлом криминального авторитета, а ныне строительного магната Игоря Калачёва
 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.20 «В ЗОНЕ РИСКА». (16+)
04.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)
 04.50 Перерыв в вещании

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.20 13.40 14.05 03.45 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК». (16+)
 07.00 «Сегодня утром». (12+)
 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня. (16+)
09.20 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
 11.20 «Открытый эфир». (12+)
 13.25 «Оружие Победы». (12+)
 14.00 Военные новости. (16+)
 18.30 «Специальный репортаж». (16+)
 18.50 «Конструктор №1. История ОКБ Туполева». (16+)
 19.40 «Главный день». (16+)
 20.25 «Секретные материалы». (16+)
 21.25 «Открытый эфир». (12+)
 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.40 «20 ДЕКАБРЯ». (12+)
02.05 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
 03.35 «Оружие Победы». (12+)

5 5-Й КАНАЛ



01.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
 05.00 «Известия». (16+)
05.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4». (16+)
 09.00 «Известия». (16+)
09.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4». (16+)
 13.00 «Известия». (16+)
13.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4». (16+)
 17.30 «Известия». (16+)
17.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
19.25 «СЛЕД». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
 Придя к соседке Карине ругаться из-за протечки, Ветров обнаруживает в ванне её труп. Карина умерла от разрыва сердца, но перед этим её держали за шею. Оперативники изучают запись её свидания и видят, что за парочкой следил бывший муж Карины
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
01.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
 03.15 «Известия». (16+)
03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ОТР ОТР

06.00 17.00 «Будущее сегодня». (16+)
 06.25 11.35 23.30 «В поисках утраченного искусства». (16+)
 06.55 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
 07.15 15.35 «Календарь». (12+)
 08.00 ОТражение-1. Информационная программа
 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 21.00 «ОДЕССА-МАМА». (16+)
 12.00 ОТражение-2. Информационная программа
 16.20 22.25 04.50 «Прав!Да?» (12+)
 17.30 «Сделано с умом». (12+)
 18.00 ОТражение-3. Информационная программа
 23.05 «Гамбургский счёт». (12+)
 23.55 «Золотое Кольцо - в поисках настоящей России». (12+)
 01.00 ОТражение-3. Информационная программа. (12+)

НТВ НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
04.55 «МУХТАР: НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
 08.00 Сегодня
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
 10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
 13.00 Сегодня
 13.25 Чрезвычайное происшествие
 14.00 Место встречи
 16.00 Сегодня
 16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
 16.45 За гранью. (16+)
 17.50 ДНК. (16+)
 19.00 23.15 Сегодня
20.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: СИБИРСКИЕ МОРОЗЫ». (12+)
 23.35 Поздняков. (16+)
 23.50 «Храм Святого Саввы в Белграде». (16+)
 00.55 Основано на реальных событиях. (16+)
03.30 «ГРЯЗНАЯ РАБОТА». (16+)

РЕН РЕН

05.00 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко». (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 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
 13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
 17.00 04.00 «Тайны Чапман». (16+)
 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «ЭВОЛЮЦИЯ БОРНА». (16+)
 22.35 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 «ПРЕВОСХОДСТВО БОРНА». (16+)
02.25 «ВЕЧНО МОЛОДОЙ». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



13.25 «Великие мифы»
 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
 06.35 «Пешком...»
 07.05 20.05 «Правила жизни»
 07.35 18.05 00.45 «Величайшие изобретения человечества»
 08.35 23.20 Цвет времени
 08.45 Легенды мирового кино
09.10 16.35 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»
 10.15 «Наблюдатель»
 11.10 23.50 XX век
 12.10 02.25 «Роман в камне»
 12.40 «Острова»
 13.25 «Великие мифы»
13.55 22.15 «БЕСЫ»
 15.05 Новости. Подробно. Кино
 15.20 «Настоящее-прошедшее»
 15.50 «Белая студия»
 17.20 01.35 К 100-летию московской филармонии
 19.00 Уроки русского. Чтения
 19.45 Главная роль
 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
 20.50 «Война без грима». 100 лет Николаю Лебедеву
 21.30 Власть факта

ТВ-3 ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
 09.30 «Слепая». (16+)
 11.50 Гадалка. (16+)
14.10 «УИДЖИ». (16+)
 14.40 Мистические истории. (16+)
 15.45 Гадалка. (16+)
 17.25 «Слепая». (16+)
 18.30 «Старец». (16+)
 19.30 «Слепая». (16+)
20.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.00 «ЗАКАТАТЬ В АСФАЛЬТ». (18+)
 Бретт Риджмен и Энтони Лурасетти - полицейские. За превышение полномочий при раскрутке дела с наркотиками, начальство отстраняет напарников от работы. При таком раскладе семейные неприятности вкупе с отсутствием финансов рождают в голове Риджмена идею пойти по «кривой дорожке» - иначе говоря, заняться криминалом. Энтони не сразу, но все-таки решает не оставаться в стороне и поддержать напарника. Однако обстоятельства складываются не совсем удачно
02.00 «КАСЛ». (12+)

СТС СТС



20.00 «ЛЫСЫЙ НЯНЯКА: СПЕЦЗАДАНИЕ». (0+)
 06.00 Ералаш. (0+)
 06.05 «Три кота». (0+)
 06.15 «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
 07.00 «Том и Джерри». (0+)
08.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
 09.00 Эксперименты. (12+)
 09.20 Уральские пельмени. (16+)
09.30 «ДЖУНИОР». (0+)
11.45 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ». (12+)
 14.00 Премьера! Эксперименты. (12+)
14.40 «КУХНЯ». (12+)
18.30 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
20.00 «ЛЫСЫЙ НЯНЯКА: СПЕЦЗАДАНИЕ». (0+)
21.55 «ПЛАН ИГРЫ». (12+)
 00.10 Купите это немедленно! (16+)
01.10 «МАТРИЦА: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+)
03.25 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
 05.00 «6 кадров». (16+)
 05.40 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ

06.30 «6 кадров». (16+)
 06.50 03.35 «Реальная мистика». (16+)
 07.50 По делам несовершеннолетних. (16+)
 09.55 Давай разведёмся! (16+)
 11.10 Тест на отцовство. (16+)
 13.20 «Понять. Простить». (16+)
 14.25 «Порча». (16+)
 Катерина Бережкова, бухгалтер в провинциальном филиале столичной фирмы, заболела. У женщины начались головокружения и обмороки. Все врачи разводят руками - показатели в норме. Тамара объяснила, что всё дело в перстне, который Катя нашла в съёмной квартире
 16.00 «Знахарка». (16+)
 17.50 «Верну любимого». (16+)
19.00 «НА ТВОЕЙ СТОРОНЕ-2». (16+)
 22.55 «Кризисный центр». (16+)
 04.25 Тест на отцовство. (16+)
 06.05 Домашняя кухня. (16+)

ТНТ-СПБ



10.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
- 08.25 «Мама Life». (16+)
- 09.00 «Звезды в Африке». (16+)
- 10.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 13.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 18.00 «ОЛЬГА». (16+)
- 19.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
Никита случайно разбивает Вове зеркало на машине и теперь, ни под каким предлогом, не хочет встречаться с новым ухажёром Яны
- 21.00 «Я тебе не верю». (16+)
- 22.00 «Женский стендап». (16+)
- 23.00 «ПРАБАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 00.55 «Импровизация». (16+)
- 02.40 «Comedy Баттл. Последний сезон». (16+)
- 04.00 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.30 «ТНТ. Best». (16+)

че!



06.10 «КРЕМЕНЬ». (16+)

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.10 «КРЕМЕНЬ». (16+)
- 08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
- 09.00 Улётное видео. (16+)
- 14.00 «+100500». (16+)
- 17.00 Дизель шоу. (16+)
Яркое мультимедийное зрелище с насыщенной программой, музыкальными и хореографическими номерами. Шутки на самые актуальные темы, многочисленные сценки в стиле СТЭМа, музыкальные номера и даже розыгрыши зрителей в зале - все это «Дизель Шоу»!
- 20.00 Улётное видео. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто!
- 01.00 «ВИКИНГИ». (18+)
- 02.45 Улётное видео. (16+)

МАТЧ!



14.45 «ЛЕГЕНДА». (16+)

- 06.00 08.55 12.30 15.50 19.05 Новости
- 06.05 19.40 21.55 00.30 Все на Матч!
- 09.00 12.35 01.35 Специальный репортаж. (12+)
- 09.20 «КУЛАК ЛЕГЕНДЫ: ВОЗВРАЩЕНИЕ ЧЭНЬ ЧЖЭНЯ». (16+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 12.55 «ЯМАКАСИ ИЛИ НОВЫЕ САМУРАИ». (16+)
- 14.45 15.55 «ЛЕГЕНДА». (16+)
- 17.35 19.10 «НЕОСПОРИМЫЙ-2». (16+)
- 19.55 Баскетбол. ЦСКА (Россия) - УНИКС (Россия). Евролига. Мужчины. Прямая трансляция
- 22.25 Футбол. «Байер» - «Хоффенхайм». Чемпионат Германии. Прямая трансляция
- 01.15 «Есть тема!» (12+)
- 01.50 Волейбол. «Войводина» (Сербия) - «Зенит» (Россия). Лига чемпионов. Мужчины. (0+)
- 03.40 Новости. (0+)

СПБ



01.25 «ПАРА ГНЕДЫХ». (16+)

- 07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
- 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 Новости. (16+)
- 11.15 19.00 «Петербург. Город решений». (12+)
- 13.10 15.15 22.20 Новости спорта. (12+)
- 13.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 13.20 «Губернаторский контроль». (6+)
- 13.55 «Исаакиевская, 6». (6+)
- 14.30 05.35 «Числа». (6+)
- 15.20 «НОВОГОДНЕЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
- 17.25 «Вдох_Вдох». (16+)
- 18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
- 20.00 03.50 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 22.30 03.05 Степень защиты. (16+)
- 22.40 «Время суток». (16+)
- 23.10 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)
- 01.25 «ПАРА ГНЕДЫХ». (16+)
- 03.15 #ВМИРЕ. #ВРОССИИ. (16+)

ЛЕНТВ 24



15.30 «СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ». (12+)

- 06.00 «Будим в будни». (6+)
- 09.00 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+)
- 11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
- 11.10 «ТРЕВОГИ ПЕРВЫХ ПТИЦ». (12+)
- 13.10 «АРОМАТ ШИПОВНИКА». (12+)
- 14.45 04.00 «Писатели России». (12+)
- 15.10 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 15.30 05.05 «СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ». (12+)
- 16.30 «Человек-праздник». (12+)
- 17.10 «УГРОЗЫСК». (16+)
- 18.40 «Наша марка». (12+)
- 19.00 20.30 23.30 «ЛЕНТВ24 Акцент». (12+)
- 19.30 04.15 «ШУЛЕР». (16+)
- 21.00 «ДОМ СОЛНЦА». (16+)
- 22.40 «Без срока давности». (12+)
- 00.00 «ЖЕНА». (16+)
- 01.40 «ЛЮБОВЬ ПО РАСЧЕТУ». (16+)

78 78 КАНАЛ



18.10 «Телекурьер». (12+)

- 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 «ИЗВЕСТИЯ 78». (12+)
- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
- 12.15 23.40 Хочу и буду. (16+)
- 13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
- 14.00 17.00 22.00 «Происшествия». (16+)
- 14.30 Сделано в СССР. (12+)
- 15.00 «Середина дня». (12+)
- 16.00 «Прогноз погоды». (12+)
- 16.05 00.25 «Народный контроль». (12+)
- 17.30 «Алексей Мишин. Ученики». (12+)
- 18.10 02.00 «Телекурьер». (12+)
- 19.10 02.40 «Интервидение». (12+)
- 20.10 01.20 «Открытая студия». (12+)
- 21.10 22.15 03.20 «Итоги дня». (16+)



НА ДОСУГЕ

Найди 10 отличий
Готовьте подарки любимым

Скоро наступит долгожданный новогодний праздник. Оставшиеся до Нового года недельки пробегут очень быстро. А вы уже начали готовить подарки любимым, родным и близким людям?

Ответы. Ступеньки, забор слева, решетка на...
ворота котка, цвет подарка вверху, форма окна справа, время на часах, раз...
лном окне, вращающаяся тарелка, индустриальный пейзаж справа, решетка на

КАЛЕНДАРЬ ПОСЕВА И ПОСАДКИ ОВОЩНЫХ КУЛЬТУР 2022
для жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области
ДАЧА PRESSA.RU СПЕЦВЫПУСК №2 (1) 2021. 01.18.2021

Культура	Сроки посева/посадки	Сроки созревания	Сорта
Огурцы	15.05 - 15.06	100-110 дней	Салатный, Золотые капли
Томаты	15.05 - 15.06	100-110 дней	Салатный, Золотые капли
Капуста	15.05 - 15.06	100-110 дней	Салатный, Золотые капли

Только для жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области

Спецвыпуски газеты «ДАЧА pressa.ru»

ЛУНА – ПОМОЩНИК САДОВОДА!
Чтобы выбрать оптимальные сроки посева семян, огородники в первую очередь учитывают календарные даты и погодные условия. Однако, если к этому добавить «показание» Луны, то результат посева – богатый урожай – будет гарантирован. 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 высадки рассады в грунт. Информация дана для различных овощных культур.



ФАЗЫ ЛУНЫ ПОДСКАЖУТ:

- в какие дни посева всходят гарантированно, а когда от этой работы лучше воздержаться;
- когда поливы и подкормки для растений благоприятнее, а когда они бесполезны;
- в какие дни эффективнее работать с «вершками», а в какие – с «корешками»;
- когда лучше полоть сорняки, чтобы они не всходили повторно, и бороться с болезнями растений;
- какое время лучше для посадки саженцев, высадки рассады в грунт и много другой полезной информации.

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.

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

12+ РЕКЛАМА

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns: MOSFILM, TV1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО. Lists movies and series with times and ratings.

Table with columns: ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. Lists movies and series with times and ratings.

Table with columns: СУББОТА!, СУББОТА!, ФЕНИКС+КИНО, СТС LOVE, TV 21 ВЕК. Lists movies and series with times and ratings.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with columns: МИР, ПОБЕДА, ПЯТНИЦА, Ю. Lists news, documentaries, and series with times and ratings.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

Table with columns: 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC. Lists educational programs with times and ratings.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns: УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!, ANIMAL PLANET. Lists lifestyle and nature programs with times and ratings.

Table with columns: DISCOVERY CHANNEL, TLC. Lists lifestyle and nature programs with times and ratings.

СПОРТ

Матчи Страна, Eurosport II, Eurosport 1. 06.00, 10.05, 16.20 Волейбол. Лига чемпионов. (0+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

Мульти, Канал Disney, Карусель. 09.00 «Волшебная кухня». (0+)

МУЗЫКА

Муз-ТВ. 05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)

ЖЕНСКАЯ ИСТОРИЯ

Не приехал... Я катила чемодан вдоль рядов встречающих, выискивала среди множества радостных улыбок только одну, родную, но не нашла.

Мы созванивались вчера, я сама сказала, чтобы он не тратил время, я прекрасно могу добраться домой и на такси. Но почему-то я все же огорчилась, когда поняла, что муж меня не встречает.

Глуплю и валяю дурака

Душа грелась об радостное ожидание: меня ждет горячий вкусный ужин, а муж соскучился, обнимет, поцелует в холодную щеку.

Я возьму такси

Да не то, чтобы... Просто хочется развязаться с одним делом и уже забыть про него. Как ты слетала? Все получилось? Голодная?

Желаю ему счастья

И нравится тебе одной куковать? – мы сидели с подружкой в кафе и потягивали горячий американо.

Блаженная, – подружка посмотрела на меня недоуменно. – Завела, что ли, кого?

Было легко и весело

Об очередной командировке я узнала в последний момент. – О, обожаю этого автора, – неожиданно заговорил мужчина справа от меня в самолете, когда я достала книгу.

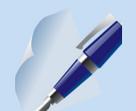
мандировка, перелет, – решила поддержать я разговор. – Вам понравится, уверяю, – улыбнулся мне попутчик. – Значит, в командировку? Непросто, наверно, вот так? Все время улетать от семьи, жизнь в дороге...



дей. Бориса ждали, по нему скучали. И это так здорово! Возвращалась из командировки я через десять дней, и в аэропорту меня встречали. Борис. Я не искала его в толпе встречающих, просто не ожидала, что он приедет. Он нашел меня сам. И вручил розы, и был осторожный, несмелый поцелуй в щеку, и радость встречи в глазах. И я заплакала, не знаю, почему. Просто плакала и улыбалась, и нюхала цветы, а

Борис гладил меня растерянно по спине. P.S. Мы поженились с Борей. У нас уже двое сыновей, а кот гоняет по дому озорной щенок. Хлопот невпроворот. Но ни разу не было такого, чтобы Боря не встретил меня из командировки. – Не приезжай, – говорю я каждый раз. – Хорошо, – смеется муж. Но я каждый раз в толпе встречающих вижу его счастливые глаза. По мне скучали, меня ждут.

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. 05.00 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

15 декабря Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8. Прор. Аввакума.



Мц. Миропии. Прпп. Иоанна, Ираклемона, Андрея и Феодила. Прп. Исе (Иессея), еп. Цилканского (Груз.). Прп. Афанасия, затворника Печерского, в Ближних пещерах, и другого Афанасия, затворника Печерского, в Дальних пещерах. Св. Стефана Уроша, царя Сербского. Сщмч. Матфея пресвитера. Сщмч. Димитрия пресвитера и прп. Веры исп. Сщмч. Алексия, архиеп. Великоустюжского. Сщмчч. Иоанна, Константина, Николая, Сергия, Владимира, Иоанна, Феодора, Николая, Николая, Павла, Сергия пресвитеров, прмчч. Данакта, Космы, прмчч. Маргариты, Тамары, Антонины и Марии, мч. Матроны. Прмч. Марии. Мч. Бориса. Иконы Божией Матери, именуемой «Герондисса».

Рождественский пост.

«Велика сила греха, но сто крат больше сила благодати Божией». Св. Иннокентий Херсонский

Лунный календарь

Конечно, учитывать в своей ежедневной жизни лунные циклы или нет – выбор каждого человека. Особенно если речь идёт об уходе за внешностью. Но если эти данные могут добавить нам хоть немного энергии, уверенности в себе и оптимизма, почему бы нет?



МЕСЯЦ	Благоприятные дни для стрижки и окрашивания волос	Благоприятные дни для косметологических процедур	Благоприятные дни для похода в баню	Благоприятные дни для маникюра и педикюра	Неблагоприятные дни для ухода за собой
ЯНВАРЬ	3-4 января 11 января 13 января	21 января 23 января 30 января	2 января 6 января 18-21 января	4 января 7 января 22 января	10 января 17 января 28 января
ФЕВРАЛЬ	2 февраля 7 февраля 10 февраля	18 февраля 27 февраля	6 февраля 8 февраля 23-24 февраля	4 февраля 13 февраля 20 февраля	16 февраля 25 февраля
МАРТ	1 марта 14-16 марта 24 марта	6 марта 25 марта 27 марта	12 марта 19 марта 30 марта	7 марта 11 марта 26 марта	2 марта 10 марта
АПРЕЛЬ	5 апреля 7 апреля 12 апреля	22 апреля 24 апреля	10 апреля 19 апреля 23 апреля	3 апреля 5 апреля 8 апреля 17 апреля	1 апреля 9 апреля 16 апреля 30 апреля
МАЙ	2 мая 4 мая 11 мая	8 мая 20 мая 27 мая	10 мая 22 мая 29 мая	1 мая 6 мая 13 мая	15-16 мая 30 мая
ИЮНЬ	1 июня 4 июня 8 июня	3 июня 17 июня 26 июня	6 июня 16 июня 27 июня	5 июня 12 июня 19 июня 24 июня	14 июня 29 июня

Условные обозначения: – растущая Луна, – убывающая Луна, – новолуние, – полнолуние.

Красоты на 2022 год

Напоминаем, что даты и периоды, указанные в нашем Календаре красоты, – это в первую очередь рекомендации, а не чёткие указания и уж тем более не запреты. Обращайте внимание на соблюдение режима дня, старайтесь придерживаться правильного питания, двигайтесь в соответствии с потребностями организма. И тогда данные Календаря красоты помогут подчеркнуть сильные стороны вашей внешности и скрыть недостатки. Сияйте, вдохновляйте себя и близких, заботьтесь о здоровье – и год будет на удивление прекрасным!



МЕСЯЦ	Благоприятные дни для стрижки и окрашивания волос	Благоприятные дни для косметологических процедур	Благоприятные дни для похода в баню	Благоприятные дни для маникюра и педикюра	Неблагоприятные дни для ухода за собой
ИЮЛЬ	4 июля 6 июля 28 июля 30 июля	3 июля 15 июля 31 июля	10 июля 26 июля	1 июля 12 июля 22 июля 29 июля	5 июля 7 июля 17 июля 24 июля
АВГУСТ	1 августа 3 августа 29 августа	1-2 августа 21 августа 26 августа 28 августа	6 августа 17 августа 31 августа	8-11 августа 20 августа	5 августа 7 августа 14 августа 27 августа
СЕНТЯБРЬ	5 сентября 7 сентября 27 сентября	2 сентября 23 сентября 25 сентября 30 сентября	1 сентября 19 сентября 21 сентября	6 сентября 16 сентября 24 сентября	3-4 сентября 10-11 сентября 18 сентября 26 сентября
ОКТЯБРЬ	4 октября 6 октября 22 октября	5 октября 18 октября 24-25 октября	1 октября 17 октября 29 октября	2-7 октября 23 октября 31 октября	14 октября 23 октября 28 октября
НОЯБРЬ	7-8 ноября 14 ноября 26 ноября	1 ноября 9 ноября 28 ноября 30 ноября	4 ноября 10 ноября 28 ноября	2 ноября 7 ноября 10 ноября 21 ноября	4 ноября 11 ноября 13 ноября 20 ноября
ДЕКАБРЬ	5-6 декабря 24 декабря	3 декабря 5 декабря 10 декабря 17 декабря 31 декабря	9 декабря 19 декабря 23 декабря	7 декабря 17 декабря 24 декабря 26 декабря	4 декабря 11 декабря 13 декабря

У женщины есть только одна возможность быть красивой, но быть привлекательной есть сто тысяч возможностей.
Шарль-Луи Монтескье

1 ПЕРВЫЙ



15.15 Давай поженемся! (16+)

- 05.00 09.25 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор. (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженемся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.35 Кубок Первого канала по хоккею-2021. Сборная России - сборная Швеции. Прямой эфир. По окончании - программа «Время»
- 21.30 «ЗНАХАРЬ»: НОВЫЕ СЕРИИ.** (16+)
- 22.35 Большая игра. (16+)
- 23.30 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.10 «Галина Волчек. «Они знают, что я их люблю». (16+)
- 01.15 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости

ТВЦ

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА».** (0+)
- 10.30 «Василий Ливанов. Я умею держать удар». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «УБИЙСТВО В МАРТИГЕ».** (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.15 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: МЫШЕЛОВКА».** (12+)
- 16.55 «90-е. Чумак против Кашпировского». (16+)
- 18.10 «ТЕНЬ ДРАКОНА».** (12+)
- 22.35 «Обложка». (16+)
- 23.10 «Закулисные войны. Кино». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 05.45 Петровка, 38. (16+)
- 00.55 «Женщины Сталина». (16+)
- 01.35 «90-е. Вашингтонский обком». (16+)
- 03.45 «Актёрские драмы». (12+)
- 04.25 Юмористический концерт. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



05.00 Утро России

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «КУЛАГИНЫ».** (16+)
- 17.00 Вести
- 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
- 18.40 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-21».** (16+)
- Сотрудники ГИБДД преследуют на трассе подозрительный внедорожник. Водитель, бросив машину, скрывается в лесу, а на заднем сидении сотрудники обнаруживают раненого мужчину без сознания
- 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.20 «В ЗОНЕ РИСКА».** (16+)
- 04.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО».** (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня. (16+)
- 09.25 «ЧЕЛОВЕК-ОРКЕСТР».** (16+)
- 11.20 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 13.25 02.00 «Оружие Победы». (12+)
- 13.40 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК».** (16+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 14.05 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК».** (16+)
- 18.30 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.50 «Конструктор №1. История ОКБ Туполева». (16+)
- 19.40 «Легенды кино». (12+)
- 20.25 «Код доступа». (12+)
- 23.05 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.40 «КОНТРУДАР».** (12+)
- 01.20 «Генерал Ватугин. Тайна гибели». (16+)
- 02.15 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ УЧАСТОК».** (16+)
- 05.20 «История РВСН». (16+)

5 5-Й КАНАЛ



00.30 «СЛЕД». (16+)

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4».** (16+)
- 08.35 День ангела. (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 17.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3».** (16+)
- 19.25 «СЛЕД».** (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
- Убит мастер тату Костя Малкин. Совершено ограбление - вскрыт сейф, унесены компьютеры, квартира Кости вся перерыта. Но в сейфе не могло быть много денег - салон не приносил прибыли
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 01.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)
- 03.15 «Известия». (16+)
- 03.25 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

ОТР ОТР

- 06.00 17.00 «Будущее сегодня». (16+)
- 06.25 11.35 23.30 «В поисках утраченного искусства». (16+)
- 06.55 15.15 00.35 «Среда обитания». (12+)
- 07.15 15.35 «Календарь». (12+)
- 08.00 ОТражение-1. Информационная программа
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 21.00 «ОДЕССА-МАМА».** (16+)
- 12.00 ОТражение-2. Информационная программа
- 16.20 22.25 04.50 «Прав!Да?» (12+)
- 17.30 «Сделано с умом». (12+)
- 18.00 ОТражение-3. Информационная программа
- 23.05 «Фигура речи». (12+)
- 23.55 «Руки». (12+)
- 01.00 ОТражение-3. Информационная программа. (12+)
- 03.20 «Потомки». (12+)
- 03.50 «Домашние животные». (12+)

НТВ НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)

- 04.55 «МУХТАР: НОВЫЙ СЛЕД».** (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ».** (16+)
- 10.00 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
- 16.45 За гранью. (16+)
- 17.50 ДНК. (16+)
- 19.00 Сегодня
- 20.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: СИМБИРСКИЕ МОРОЗЫ».** (12+)
- 23.15 Сегодня
- 23.40 ЧП. Расследование. (16+)
- 00.10 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)
- 00.45 Мы и наука. Наука и мы. (12+)
- 01.40 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ! 1919».** (12+)
- 03.35 «ГРЯЗНАЯ РАБОТА».** (16+)

РЕН РЕН

- 05.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 04.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ДЖЕЙСОН БОРН».** (16+)
- 22.20 «Смотреть всем!» (16+)
- 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 00.30 «УЛЬТИМАТУМ БОРНА».** (16+)
- 02.30 «РАСПЛАТА».** (18+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



12.30 «Страсти по Щедрину»

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 20.05 «Правила жизни»
- 07.35 18.20 01.05 «Величайшие изобретения человечества»
- 08.35 19.10 Цвет времени
- 08.45 Легенды мирового кино
- 09.10 16.35 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.50 ХХ век
- 12.30 «Страсти по Щедрину»
- 13.25 «Великие мифы»
- 13.55 22.15 «БЕСЫ»**
- 15.05 Новости. Подробно. Театр
- 15.20 «Настоящее-прошедшее. Поиски и находки»
- 15.50 «2 Верник 2»
- 17.20 02.00 К 100-летию московской филармонии. Легендарные концерты
- 19.45 Главная роль
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Небесные ласточки»
- 21.30 «Энигма»

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Вернувшиеся. (16+)
- 13.00 Гадалка. (16+)
- 14.10 «УИДЖИ».** (16+)
- 14.40 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 18.30 «Старец». (16+)
- 19.30 «Слепая». (16+)
- 20.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ».** (16+)
- 23.00 «ХЭЛЛФЕСТ».** (18+)
- 01.00 «ГАННИБАЛ: ВОСХОЖДЕНИЕ».** (16+)
- Первая глава из жизни самого знаменитого и хитроумного маньяка всех времен. Ему было шесть, когда на его глазах зверски убили его семью. В двадцать, живя во Франции, а затем и в США, он получил блестящее образование врача. Впереди его ждала жизнь, полная привилегий. Но жажда мести за убийство семьи лишь разгоралась в нем
- 02.45 «Колдуны мира». (16+)
- 04.30 «Городские легенды». (16+)
- 05.15 «Тайные знаки». (16+)

СТС СТС



20.00 «ПОВЕЛИТЕЛЬ СТИХИЙ». (0+)

- 06.00 Ералаш. (6+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 08.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ».** (16+)
- 09.00 Эксперименты. (12+)
- 09.20 Уральские пельмени. (16+)
- 09.55 «ПЛАН ИГРЫ».** (12+)
- 12.05 «ЛЫСЫЙ НЯНЯКА: СПЕЦЗАДАНИЕ».** (0+)
- Бывшему морскому пехотинцу, невозмутимому агенту Шону Вулфу, приказано охранять пятерых детей похищенного учёного, работающего на правительство. Оказалось, что детей нужно оберегать не только от злоумышленников, но и от них самих
- 14.00 Премьера! Эксперименты. (12+)
- 14.40 «КУХНЯ».** (12+)
- 18.30 «СЕНЯ-ФЕДЯ».** (16+)
- 20.00 «ПОВЕЛИТЕЛЬ СТИХИЙ».** (0+)
- 22.00 «ТРОЯ».** (16+)
- 01.10 «ЯРОСТЬ».** (18+)
- 03.30 «6 кадров». (16+)
- 05.40 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.45 «Реальная мистика». (16+)
- 07.50 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.55 Давай разведёмся! (16+)
- 11.10 Тест на отцовство. (16+)
- 13.20 «Понять. Простить». (16+)
- 14.25 «Порча». (16+)
- 16.00 «Знахарка». (16+)
- 17.50 «Верну любимого». (16+)
- 19.00 «НА ТВОЕЙ СТОРОНЕ-2».** (16+)
- 22.55 «Кризисный центр». (16+)
- После свадьбы Софья стала жить с мужем и свёкром. Изю дня в день свёкор доводит и унижает беременную Софью, пытается выжить её из квартиры. А муж не защищает её... После очередного скандала у Софьи начинаются преждевременные роды
- 03.35 «Реальная мистика». (16+)
- 04.30 Тест на отцовство. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.45 «МЁРТВЫЕ ДУШИ». (12+)
08.05 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
09.50 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЛЕТ». (12+)
11.25 «МИМИНО». (12+)
13.10 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)
14.50 «ТЫ-МНЕ, Я-ТЕБЕ». (12+)
16.25 «ТАЙНА ВИЛЛЫ «ГРЕТА». (12+)
18.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)
19.50 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
21.30 «КО МНЕ, МУХТАР!». (12+)
23.00 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!». (12+)
00.25 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
01.40 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)

TV1000

05.05, 05.45 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
06.30 «МАЛЕНЬКИЙ МАНХЭТЕН». (12+)
08.05 «ЗАЩИТНИК». (16+)
10.20 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ИЗМЕНИЛ ВСЁ». (16+)
12.45 «ТРЕНЕР КАРТЕР». (12+)
15.15 «АФЕРА ТОМАСА КРАУНА». (16+)
17.20, 18.05 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
19.00 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТТОНА». (16+)
22.00 «ДНЕВНИК ПАМЯТИ». (16+)
00.10 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
02.20 «ЧЕЛОВЕК ДОЖДЯ». (16+)

TV1000
РУССКОЕ КИНО

06.20 «СТОРОЖ». (16+)
08.40 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
10.15 «ВЫКРУТАСЬ!». (12+)
12.05 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
13.55 «НЕПРОЩЁННЫЙ». (16+)
16.00, 16.55, 18.00, 18.55 «ШЕРЛОК В РОССИИ». (16+)
20.00 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
Россия, 2015 г. В ролях: Александр Паль, Игорь Жижкин, Владимир Сычев
21.35 «ПРИЗРАК». (6+)
23.35 «НАПАРНИК». (12+)
01.20 «СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ». (16+)
03.00 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)
04.40 «ВЫКРУТАСЬ!». (12+)

ДОМ КИНО

05.55 «Ералаш». (6+)
06.30 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
07.45 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
09.05 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
10.40 «СВАТЫ». (16+)
15.30 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
17.00 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
18.30 «СВАТЫ». (16+)
01.10 «ПЕРВЫЙ ДОМА». (12+)
Россия, 2006 г.
02.45 «ЖИЛИ-БЫЛИ». (12+)
Россия, 2017 г.
04.05 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+

02.20 «В БЕГАХ». (16+)
03.50 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
06.00 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
07.20 «ВЛАСТЬ УБИЙЦ». (16+)
08.55 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬ». (16+)
10.20 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (12+)
11.45 «ПЛОХАЯ МАМОЧКА». (16+)
13.15 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)
14.40 «ЗАЩИТНЕГ». (16+)
16.10 «УЧИТЕЛЬ АНГЛИЙСКОГО». (16+)
17.35 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА». (16+)
19.00 «ПОЖЬ ВО СПАСЕНИЕ». (16+)
20.30 «ЭСКАДРИЛЬЯ «ЛАФАЙЕТ». (16+)
22.45 «ШИМБЕЛИН». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.15 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОП». (16+)
07.40 «КОРПОРАТИВ». (16+)
09.20 «КИСЛОРОД». (16+)
10.45 «ПОРТ». (16+)
12.30 «ПРО ЖЕНУ, МЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ...». (12+)
14.05 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
15.55 «НЯНЬКИ». (16+)
17.40 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (12+)
19.30 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
Комедия, Россия, 2016 г.
20.55 «КОРПОРАТИВ». (16+)
Комедия, Россия, 2014 г.
22.35 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)
00.25 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)
01.50 «НЯНЬКИ». (16+)
03.20 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЕРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
04.50 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.10 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (12+)
03.50 «БЕЗУМНЫЕ СОСЕДИ». (16+)
05.25 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
07.05 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
09.00 «ШЕРЛОК ХОЛМС». (12+)
11.20 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (12+)
13.10 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
15.35 «ТВОИ, МОИ И НАШИ». (6+)
17.10 «ШЕРЛОК ХОЛМС: ИГРА ТЕНЕЙ». (12+)
19.30 «ПУЛЕНЕПРОБИАЕМЫЙ». (12+)
21.20 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+)
23.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)

РОДНОЕ КИНО

01.55 «НЕБЕСА ОБЕТОВАНЫ». (12+)
03.50 «БЕЗУМНЫЕ СОСЕДИ». (16+)
04.10 «КОМЕДИЯ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
05.35 «ОТЯРД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
07.00, 08.20 «КОМЕДИЯ ОШИБОК». (6+)
09.35 «ГРУЗ БЕЗ МАРКИРОВКИ». (12+)
11.20 «СЛАДКАЯ ЖЕНЩИНА». (6+)
13.15, 14.15, 15.15 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: БАРОН». (16+)
16.20 «ХОТИТЕ - ЛЮБИТЕ, ХОТИТЕ - НЕ!». (6+)
17.35 «НОВОГОДНИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ МАШИ И ВИТИ». (6+)
19.00 «ВА-БАНК». (16+)
20.50 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)
22.45 «УКОЛ ЗОНТИКОМ». (16+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.50, 12.40, 13.35, 14.25, 15.15 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)
16.05, 17.00, 17.55, 18.50, 19.50, 20.40, 21.30, 22.25 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
23.20 Суббота! News. (16+)
23.30 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
00.25, 01.20, 02.05 Топ-модель по-американски. (16+)
02.50 Пацанки. (16+)
04.35 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

СУББОТА!

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «НАВИГАТОР». (16+)
Сериал. Триллер с элементами мистики, Россия, 2011 г. В ролях: Игорь Сивов, Полина Сыркина
15.00, 23.00, 07.00 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)

СТС LOVE

06.00 «Ералаш». (0+)
06.10 «КУХНЯ». (16+)
Сериал. Комедия, Россия, 2012 г.
Бывшая жена Шефа, Татьяна, приводит в ресторан их дочку и просит Вику посидеть с ней. Но уследить за маленькой Алисой оказывается не так-то просто даже родному отцу. Макс назначен помогать Луи, но вынужден замешать его.
14.00 «ОТЕЛ» «ЭЛЕОН». (16+)
18.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
23.05 Даёшь молодёжь! (16+)
03.00 Короли дня. (16+)
03.50 «Ералаш». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ШАЛАКО». (12+)
11.55, 19.55, 03.55 «ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО» (субтитры). (12+)
Биографическая драма, Россия, 2018 г.
13.30, 21.30, 05.30 «НАЛЕТ». (16+)
14.25, 22.25, 06.25 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ» (субтитры). (16+)
Триллер, комедия, Франция, 2009 г.
16.00, 00.00, 08.00 «ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
Триллер, драма, Великобритания, США, 2010 г.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ». (16+)
07.40, 10.10, 21.55 «ГАИШНИКИ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.55, 03.00 Новости
13.20 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.20, 18.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
17.10 Мировое соглашение. (16+)
19.25 Игра в кино. (12+)
20.10 Слабое звено. (12+)
21.05 Назад в будущее. (16+)
00.00 Независимость. Миссия выполнима. Казхстан. (16+)
00.35 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (12+)
02.15, 03.15 Мир. Мнение. (12+)
02.25 Сделано в Евразии. (12+)
02.35 Наши иностранцы. (12+)
02.45 5 причин остаться дома. (12+)
02.55 Мир. Спорт. (12+)
03.25 Специальный репортаж. (12+)
03.35 Дословно. (12+)
03.45 Евразия. Регионы. (12+)

ПОБЕДА

05.40 «Путь к Победе». (16+)
06.40 «КУКУШКА». (16+)
08.20 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
10.10 «28 ПАНИЛОВЦЕВ». (12+)
12.00 «ДОМ СЛИЛИЯМИ». (12+)
16.40 «ЧКАЛОВ». (16+)
Сериал. Историческая драма, Россия, 2012 г.
Рассказ о неизвестных страницах из жизни комбрига Валерия Чкалова, чья биография полна тайн, долгие годы тщательно скрывавшихся от глаз и ушей народа, и одновременно - история становления авиации в нашей стране. Начинается повествование с периода учебы Валерия Павловича, а заканчивается его легендарным беспосадочным перелетом из СССР в США в 1937 году.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
02.30 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)
04.00 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Россия-2. Байкал (субтитры). (16+)
05.50 Орел и Решка. Россия-2. Санкт-Петербург-2 (субтитры). (16+)
06.40 Орел и Решка. Россия-2. Калининградская область (субтитры). (16+)
07.20, 08.00, 08.50, 09.50, 10.40, 11.40 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
12.30 Адская кухня. (16+)
14.30 Зов крови. (16+)
15.50 На ножах. (16+)
16.50 На ножах (субтитры). (16+)
17.50 На ножах. (16+)
19.00 Пацанки-6. (16+)
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 «ЕВГЕНИЧ». (16+)
23.00 Орел и Решка. Чудеса света-5. Французская Ривьера. (16+)
00.00 «ОБРАТНАЯ СТОРОНА ЛУНЫ». (16+)
01.10 Пятница News. (16+)
01.40 На ножах. Отели. (16+)
02.40 Пятница News. (16+)
03.00 Орел и Решка. Россия-2. Москва-2 (субтитры). (16+)
03.40 Орел и Решка. Россия-2. Челябинск (субтитры). (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.10 Папа попал. (12+)
08.55 «КЛОН». (16+)
11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
12.55 Гости и прочие неприятности. (16+)
Премьера самого вкусного реалити!
15.00 Супермама. (16+)
17.15 Чадо из ада. (12+)
Реалити, в котором избалованного ребенка из богатой семьи родители отправляют на перевоспитание в простую дружную семью, где подросток будет жить самой обычной жизнью и выполнять все правила, заведенные в принимающей семье. Удастся ли за три дня эксперимента изменить взгляды на жизнь и поведение избалованного чада?
20.00 «КЛОН». (16+)
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
02.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.30 МастерШеф. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Из истории советского периода. (6+)
01.50 Обыкновенная история. (6+)
02.00, 05.55 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
02.55, 05.00 Историограф. (12+)
03.50 Семь дней истории. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.45 Обыкновенная история. (6+)
07.00 Семь дней истории. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 Жил-был Дом. (6+)
08.00 Великие изобретатели. (12+)
08.30 Не квартира - музей. (12+)
08.50 Мурильо. Радость барокко. (12+)
10.00 Огненная дуга. (12+)
11.05 Их называли русскими. (12+)
12.00, 12.50 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
13.40 Максим Горький. Потаённая биография. (12+)
14.20, 15.10 Битва коалиций. Вторая мировая война. (12+)
16.00 Нулевая Мировая. (12+)
17.00 Библиотеки России. (6+)
17.30 Семь дней истории. (12+)
17.40 История одной фотографии. (6+)
18.05, 19.00 «ГРИГОРИЙ Р». (12+)
20.00 Историада. (12+)
21.05 Временный комитет у руля революции. (12+)
21.35 Семь дней истории. (12+)
21.45 История оружия. (16+)
22.45 Подземная Италия. (12+)

VIASAT HISTORY

06.10 Невероятные изобретения. (12+)
06.30 Расшифрованные сокровища. (12+)
07.15 Истоки Испании. (16+)
08.15 Сканирование Нила. (12+)
09.10 Запретная история. (12+)
10.00 Тайны египетских пирамид. (12+)
10.55 Королева Виктория и её девять детей. (16+)
11.45 Сокровища Древней Греции. (12+)
12.40 Боевые корабли. (12+)
13.30 Тайны египетских пирамид. (12+)
14.25 Версаль: испытания Короля-солнца. (12+)
15.20 Королевские жены на войне. (12+)
16.25 Мегалис: секреты древнего мира. (12+)
17.25 Вторая мировая с дрона - сканирование свидетельств. (16+)
18.15 Сокровища Инда. (12+)
19.05 Сокровища Древней Греции. (12+)
20.05 Королевские жены на войне. (12+)
21.05, 02.15 Мегалис: секреты древнего мира. (12+)
22.05 Вторая мировая с дрона - сканирование свидетельств. (16+)
22.55 Сокровища Инда. (12+)
23.45 Запретная история. (12+)
00.35, 01.25 Тайны египетских пирамид. (12+)
03.10 Королевские жены на войне. (12+)
04.05 Сокровища Древней Греции. (12+)
05.00, 05.25 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00, 06.30 Игры разума. (16+)
06.50, 07.20 Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+)
07.45 Панорама 360°: Объект всемирного наследия. (16+)
08.40 90-е: десятилетие, которое нас объединило. (16+)
09.30 Ледяная дорога. (16+)
10.20, 11.10 Дикая природа. (16+)
12.00, 16.30 Дикая природа: Север против Юга. (16+)
13.00, 13.55 Авто-SOS. (16+)
14.45 Расследования авиакатастроф. (16+)
15.35 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
17.30 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+)
19.15, 20.05, 02.45 Расследования авиакатастроф. (16+)
21.00, 03.35 Неизведанные воды с Джереми Уэйдом. (16+)
21.50 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
22.40 Тайная история. (16+)
23.35 Реальность или фантастика? (16+)
00.30 X: Поколение, изменившее мир. (18+)
01.15, 02.00 Злоключения за границей: Преступление и наказание. (16+)
04.25, 04.50 Зона строительства. (16+)
05.10, 05.35 Расплавленные деньги. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

09.35 Умный дом. (12+)
10.05, 15.55, 16.10 Огород круглый год. (12+)
10.35 Паштет. (12+)
10.50, 18.00 Дачные радости. (12+)
11.25 Альтернативный сад. (12+)
11.55 Сельсовет. (12+)
12.15 Усадьбы будущего. (12+)
12.45 Домашние заготовки. (12+)
13.05 Огород от-кутор. (12+)
13.35 Урожай на столе. (12+)
14.05 Сладкая жизнь. (12+)
14.25 Инструменты. (12+)
14.40 Обновлю свой сад. (12+)
15.10 Лучший Пучки. (12+)
15.25 Нетипичный огород. (12+)
15.45 Идите в баню. (12+)
16.30 Топ-10. (12+)
17.00 История одной культуры. (12+)
17.30 Секреты стили. (12+)
18.30 История усадеб. (12+)
19.00 Ботаника с Павлом Стерховым. (12+)
19.30 Бесполое хозяйство. (12+)
20.05 Проект мечты. (12+)
20.35 Вершки-корешки. (12+)
20.50 Дачная энциклопедия. (12+)
21.25 Сравнительный анализ. (12+)
21.55 Календарь дачника. (12+)
22.15 Старые дачи. (12+)
22.45 Частный сектор. (12+)
23.20 Мегабанички. (12+)
23.55 Наш румяный каравай. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

07.30, 15.25 Рыбалка в России. (16+)
07.55, 15.55 Охотничьи собаки. (16+)
08.30 Норвежская рыбалка. (12+)
09.00, 16.55 Территория льда. (16+)
09.30 Особенности охоты на Руси. (16+)
10.00 Зимняя рыбалка в Удмуртии. (16+)
10.30 Планета охотника. (16+)
11.00 Мир рыболова. (12+)
11.30 Рыбалка сегодня. (16+)
11.50, 20.05 На охотничьем тропе. (16+)
12.20 Практическая школа нахлыста. (12+)
12.50 Спиннинг сегодня. (16+)
13.20 Сезон охоты. (16+)
13.50 Две на одного. Оружие. (16+)
14.00 Две на одного. Снаряжение. (16+)
14.20 Мой мир - рыбалка. (12+)
14.50 Рыбалка на Черемшане. (6+)
16.25 Рыбалка 360. (16+)
17.30 Охотник-одиночка. (16+)
18.00 На рыбалку с охотой. (12+)
18.35 Охота и рыбалка в... (12+)
19.05 Трофеи. (16+)
19.35, 23.40 Рыбалка сегодня XL. (16+)
20.35 Рыболовное путешествие с чемпионом. (12+)
21.05 Охота с луком. (16+)
21.35 Первый лед - последний лед. (12+)
21.50 Привет, Малек! (6+)
22.05 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
22.35 Крылатые охотники. (16+)
22.55 Зимняя рыбалка в Приволье. (12+)
23.10 Водоёмы Прибалтики. (12+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.00, 14.00, 20.00 Первокласный фитнес. (6+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мета. (16+)
Авторский курс по восстановлению после родов от молодой мамы, фитнес-тренера звезд шоу-бизнеса Анастасии Скоченцы.
04.00, 07.00, 10.00 ЙогаУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагинным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шапат. (12+)
17.30, 22.00 Zumba. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 ЙогаВечер. (6+)

ANIMAL PLANET

06.00 Ветеринары-стажеры. (12+)
06.25 Правосудие Техаса. (16+)
07.10 На свободу с питбулем. (16+)
08.05 Адская кошка. (12+)
09.00 Экспедиция Мунго. (16+)
09.55, 10.50 Введение в животноводство. (12+)
11.45 Герои среди нас. (12+)
12.40 Кошка против собаки. (12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00, 10.05, 19.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)	02.00 GolfTV Weekly. (6+)	02.30 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. (16+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости	03.30, 04.30 Горные лыжи. КМ. (16+)	05.00, 12.00, 21.05 Снукер. Мировой Гран-при. (6+)
07.55, 16.35, 03.00 Баскетбол. Евролига в Москве. (12+)	07.00, 07.30 Лыжное двоеборье. КМ. Отепя. (6+)	08.00, 08.30, 09.00, 11.00, 11.30 Олимпийские игры. Тележурнал (субтитры). (16+)
08.10, 03.15 Вид сверху. (12+)	09.30 «Любя Марадону» (субтитры). (16+)	12.30 Eurosport Winter Pass. (16+)
08.40, 03.40 Мой первый тренер. Алексей Швед. (12+)	13.00, 13.15 «На грани». (16+)	13.30 Winter Tracks. (16+)
08.55 Лица страны. (12+)	13.45 Горные лыжи. КМ. Валь-Гардена. Мужчины. Скоростной спуск. Разминка. Прямая трансляция. (16+)	15.15, 20.05 Биатлон. КМ. (6+)
09.10 Спортивный детектив. Шахматная война. (6+)	16.05 Биатлон. КМ. Анси. Женщины. Спринт. Прямая трансляция. (6+)	17.30, 21.55 Снукер. Мировой Гран-при. Прямая трансляция. (6+)
12.00, 21.45 «6х6». Волейбольное обозрение. (12+)	17.30, 21.55 Снукер. Мировой Гран-при. Прямая трансляция. (6+)	20.00, 21.50 Новости. (16+)
12.30 МатчБол. (12+)		
13.05, 01.10 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. (0+)		
14.55 Учитель фехтования. (12+)		
15.10, 22.15 Страна. Live. (12+)		
15.25, 22.35 Большой хоккей. (12+)		
16.00 Специальный репортаж. (12+)		
16.20 Киатлон. Будущее рядом. (12+)		
16.55, 23.05 Художественная гимнастика. Экспериментальный международный турнир «Небесная грация». (0+)		
19.00 Есть тема! (12+)		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	14.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)	15.15 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
06.45, 08.45, 15.00, 18.45, 23.45 PRO-новости. (16+)	16.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)	17.00 Русские хиты. Чемпионы четверга. (16+)
10.00 Студия 69. Поменялись хитами. (16+)	18.10 Синг Сонг. (16+)
10.30 Ждите ответа. (16+)	19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
11.30 У-Дачный чарт. (16+)	20.00 День Рождения МУЗ-ТВ в Кремле. 25 лет. (16+)
12.30 Мир в одной тарелке. Бельгийская кухня. (16+)	00.00 DFM - Dance chart. (16+)
13.00 Плачь и снимай: О чём молчат тиктокеры. (16+)	01.00 10 самых! (16+)
	01.25 Наше. (18+)
	02.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
09.00 «Волшебная кухня». (0+)	05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние птицы. «Доставка Пиквика». «Домики». (0+)
09.25, 17.00 «Простоквашино». (0+)	05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
09.50 «Тайны Медовой долины». (0+)	05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)	06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	07.30 «Ответы от кометы». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	06.25 «Русалочка» (субтитры). (6+)	07.35 «Малыши и Медведь». (0+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	07.40 «Легенды Спарка». (0+)
11.25, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	07.25, 03.05 «Леди и Бродяга». (6+)	08.10 «Кошечки-собачки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	14.30 «Смешарики». (0+)	09.45 «Подсказки Бульки для всех». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)	10.10 «Акулёнок». (0+)
13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	10.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)	18.00 «Легенды Спарка». (0+)	10.45 «Все, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)	18.15 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)	11.15 «Монсики». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	18.20 «Робокар Поли». (0+)	О приключениях жителей удивительного мира, в котором правят эмоции.
18.00 «Легенды Спарка». (0+)	18.40 «Ник-изобретатель». (0+)	11.45 «Гравити Фолз». (12+)
18.15 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)	19.00 «Лео и Тиг». (0+)	15.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
18.20 «Робокар Поли». (0+)	20.20 «Деревяшки». (0+)	16.40 «Город героев: Новая история». (6+)
18.40 «Ник-изобретатель». (0+)	20.55 «Машины сказки». (0+)	19.30 «В поисках Дори». (6+)
19.00 «Лео и Тиг». (0+)	21.30 «Монсики». (0+)	23.00 «Человек-Паук». (12+)
20.20 «Деревяшки». (0+)	22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)	00.00 «Тайна Красной планеты». (6+)
20.55 «Машины сказки». (0+)		01.35 «7 гномов». (6+)
21.30 «Монсики». (0+)		
22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)		
УНИКУМ	О!	
07.00, 08.31 «Домики». (0+)	05.00 «Пингвинёнок Пороро». (0+)	
07.19 «Ежик в тумане». (0+)	06.30 О! Музыка! (0+)	
07.29 «Как Ниночка царицей стала». (6+)	07.00 «Три кота». (0+)	
07.39 «Жил-был Пес». (6+)	09.00 «Дуда и Дада. Мир удивительных животных». (0+)	
07.50 «Снежные дорожки». (0+)	10.00 «Фиксики». (0+)	
08.00 «Олень и волк». (6+)	12.00 «Радужный мир Руби». (0+)	
08.10, 09.00, 09.40, 15.20, 15.40, 22.35 Мультфильмы. (0+)	14.00 «Зебра в клеточку». (0+)	
08.50, 09.30, 15.10, 15.30, 15.50 Мультфильмы. (6+)	15.50 «Ответы от кометы». (0+)	
09.55, 19.05 «Октонавты». (6+)	15.55 «ТриО!» (0+)	
10.20, 11.45, 19.30 «Новые приключения кота Леопольда». (0+)	Изучаем мир вместе с Гекком, Жужей и Платоном!	
10.36, 12.00, 14.28, 16.10, 19.46 «Белка и Стрелка». (0+)	16.10 «Приключения Тайо». (0+)	
11.05, 12.29, 14.52, 16.39, 20.20 «Тима и Тома». (0+)	18.00 «Три кота». (0+)	
11.26, 12.47, 20.41 «Капитан Кракен и его команда». (0+)	20.00 «Фиксики». (0+)	
13.03, 21.00 «Макс Стил». (12+)	22.00 «Оранжевая корова». (0+)	
13.25, 17.00, 18.00, 21.30 Girls Only. (6+)	00.00 «Простая арифметика». (0+)	
13.55, 17.25, 18.30, 22.00 Проще простого! (6+)	00.05 «Мой музей». (0+)	
14.11, 17.44, 18.47, 22.17 Открытки. (6+)	00.10 «Если бы я был...» (0+)	
	00.15 «Magic Songs». (0+)	
	00.20 «Три кота». (0+)	
	00.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)	
	02.40 «Фиксики». (0+)	
	04.40 «Еда на ура!» (0+)	

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)	15.00 Восход победы. Курская дуга. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	5 июля 1943 года началось крупнейшее сражение всей Второй мировой войны, вошедшее в историю под названием «Курская дуга».
05.30 Монастырская кухня. (0+)	16.00, 17.30, 18.50 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». 2-4 серии. (0+)
06.00 «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛДАТ». 2 серия. (0+)	20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)	22.45 Старец. (0+)
10.30 Во что мы верим. (0+)	00.25 День Патриарха. (0+)
11.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)	00.40 В поисках Бога. (6+)
11.55 День Ангела. Преподобный Савва Сторожевский. (0+)	01.10 Дорога. (0+)
12.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)	02.05 Расскажи мне о Боге. (6+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	02.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
	04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
	04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

16 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Прор. Софонии.



Прп. Саввы Сторожевского (Звенигородского). Прп. Феодула Константинопольского. Прп. Иоанна молчальника, бывшего еп. Колонийского. Сщмч. Феодора, архиеп. Александрийского. Прп. Георгия Черниковского (Рум.). Сщмч. Андрея пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера. Св. Георгия исп.

Рождественский пост.

«Ни бедность, ни болезнь, ни обида, ни злословие, ни бесчестие, и даже ни смерть, а только грех из всех зол человеческих есть действительное зло».
Св. Иоанн Златоуст

ДАЧА
ВАШИ ВОПРОСЫ – НАШИ ОТВЕТЫ
№ 17 (185) 3 сентября 2021 года
Выходит два раза в месяц
ПОДПИШИСЬ И ПОЛУЧИТЬ ПОДАРОК
до 1000 РУБЛЕЙ
КЛАССНАЯ КАРТОШКА В ЛЮБОЕ ЛЕТО
СТРАНА
СКОРО БАНАНЫ САЖАТЬ БУДЕМ?
ЦИПЛЯТ ПО ОСЕНИ СЧИТАЕМ
НА ЧТО ОБИДЕЛИСЬ ГРИБЫ
КАКАЯ ПОЛЬЗА ОТ АКТИВИДИИ
ПОСЛЕ УРОЖАЯ
ЧЕМ ОСЕНЬЮ УДОБРИТЬ ГРЯДКИ

Дорогие читатели! С 6 по 16 декабря «Почта России» проводит «Всероссийскую декаду подписки» на 1-е полугодие 2022 года (6 мес.) и весь 2022 год (12 мес.). Успейте подписаться в этот период на газету «ДАЧА pressa.ru» **ПО ЛЬГОТНОЙ ЦЕНЕ.**

Внимание, Акция! ВСЕ ПОДПИСАВШИЕСЯ на газету «ДАЧА pressa.ru» на 1-е полугодие 2022 г. (на 6 месяцев) или на весь 2022 год (12 месяцев) ПОЛУЧАТ в ПОДАРОК 5 пакетиков семян**

** Подарок получат ВСЕ, кто оформит подписку на газету «ДАЧА pressa.ru» на 1-е полугодие 2022 г. (на 6 месяцев) или на весь 2022 год (на 12 месяцев) по каталогу «Почта России», с одним из выпусков газеты «ДАЧА pressa.ru», который выйдет в период с 1 января по 30 июня 2022 года.

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Стоимость ПОДПИСКИ в период Декады подписки на газету «ДАЧА pressa.ru» на 2022 г.

Срок подписки	Подписной индекс ¹	Цена в основной период	ЦЕНА В ПЕРИОД с 6 по 16 декабря	СКИДКА ²
1 месяц	П2940	62,48 Р*	57,15 Р*	9%
6 месяцев (12 номеров)	П2940	374,88 Р*	342,90 Р*	9%
12 месяцев (24 номера)	ПП106	694,32 Р*	635,82 Р*	до 9%

¹ Подписной индекс в каталоге «Почта России» ² От цены подписки в основной период на 1-е полугодие 2022 г.

Газета выходит 2 раза в месяц

* Цены указаны по каталогу «Почта России» для жителей г. Москвы (с доставкой до почтового ящика).

ВНИМАНИЕ: цена может незначительно меняться в зависимости от региона доставки. Уточняйте стоимость подписки в отделениях связи и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>.

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

Оформить подписку до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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



преимущества онлайн-подписки

- Не нужно выходить из дома и приезжать с дачи, чтобы оформить подписку.
- Бесконтактный способ оформления подписки.
- Оформление подписки без очередей на Вашем компьютере или смартфоне займет несколько минут.
- Оформить подписку можно до любого почтового ящика страны.
- Подписку можно оформить в подарок родным и близким, даже если они проживают в другом регионе страны.

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

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету (по индексам – П2940, ПП106 или названию – «ДАЧА pressa.ru»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

1 ПЕРВЫЙ



21.00 Время

05.00 09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон». (16+)
19.45 Поле чудес. (16+)
21.00 Время
21.30 Премьера. «Голос. Юбилейный сезон. (12+)
23.25 Вечерний Ургант. (16+)
00.20 Премьера. «The Beatles в Индии». (16+)
02.15 Наедине со всеми. (16+)
03.00 Модный приговор. (6+)
03.50 Давай поженимся! (16+)

ТВЦ ТВЦ

06.00 «Настроение»
08.10 03.35 Петровка, 38. (16+)
08.30 11.50 «НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ». (12+)
11.30 14.30 17.50 События
12.40 15.05 «ЧУВСТВО ПРАВДЫ». (12+)
14.50 Город новостей
16.55 «Актёрские драмы. От сумы и от тюрьмы...» (12+)
18.10 «ИГРУШКА». (12+)
Алиса Савельева - психотерапевт, чей уникальный метод основан на психодраме. Расставляя игрушки вместе с клиентами - как с детьми, так и взрослыми - Алиса помогает им сделать нестандартные выводы и найти путь к излечению
20.00 «ПАРИЖСКАЯ ТАЙНА». (12+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.15 Кабаре «Чёрный кот». (16+)
01.05 «Юрий Никулин. Шутки в сторону!» (12+)
01.50 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)
03.50 «Актёрские драмы». (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



18.40 «60 минут». (12+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 17.00 20.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «КУЛАГИНЫ». (16+)
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.45 Вести. Местное время
21.00 Юморина-2021. (16+)
23.00 Веселья час. (16+)
00.45 «ПОТОМУ ЧТО ЛЮБЛЮ». (12+)
Полина Веселова живёт тихо и спокойно. У неё большой красивый дом, любящий муж Андрей - преуспевающий адвокат, послушная дочь-студентка Марта. Но всё меняется в тот день, когда в доме появляется Наталья Круглова - женщина из прошлого супруга Полины
04.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

06.00 «История РВСН». (16+)
09.00 Новости дня. (16+)
09.20 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
Действие происходит в начале тридцатых годов в Средней Азии. Начальник пограничного отряда Гамаюн приезжает в Туркестан, чтобы уничтожить последнее крупное формирование басмачей - банду Мумин-бека
13.00 Новости дня. (16+)
13.25 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
14.00 Военные новости. (16+)
14.05 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
18.00 Новости дня. (16+)
18.40 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
21.15 Новости дня. (16+)
21.25 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
23.10 «Десять фотографий». (12+)
00.00 «История РВСН». (16+)
03.00 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (12+)
04.25 «Военные врачи». (16+)

5 5-Й КАНАЛ



00.45 «СТАРШИЙ СЛЕДОВАТЕЛЬ». (16+)

05.00 «Известия». (16+)
05.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4». (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.25 13.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
17.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
21.10 «СЛЕД». (16+)
23.45 Светская хроника. (16+)
00.45 «СТАРШИЙ СЛЕДОВАТЕЛЬ». (16+)
Елена работает следователем в райцентре и одна воспитывает 17-летнюю дочь Вику. Девочка поступает в институт в областном центре и собирается переезжать в общежитие. Поначалу Елена не планирует ехать с Викой, но, когда знакомый полицейский рассказывает ей об очередном убийстве, совершенном городским маньяком, принимает решение поехать с дочерью и посмотреть, как она устроится
04.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)

ОТР ОТР

06.00 17.00 «Будущее сегодня». (16+)
06.25 17.30 «Потомки». (12+)
06.55 15.15 «Среда обитания». (12+)
07.15 15.35 «Календарь». (12+)
08.00 ОТражение-1. Информационная программа
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 «ОДЕССА-МАМА». (16+)
11.40 «Золотая серия России». (12+)
12.00 ОТражение-2. Информационная программа
16.20 «За дело!» (12+)
18.00 ОТражение-3. Информационная программа
21.00 «СЁСТРЫ МАГДАЛИНЫ». (16+)
23.00 «Моя история». (12+)
23.40 «ПРАЗДНИК». (12+)
01.10 «Имею право!» (12+)
01.35 «КО МНЕ, МУХТАР!» (6+)
03.00 «АНДРЕЙ РУБЛЁВ». (12+)

НТВ НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)

05.00 «МУХТАР: НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 Простые секреты. (16+)
09.00 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
10.00 Сегодня
10.25 ЧП. Расследование. (16+)
11.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
13.00 16.00 19.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.20 19.30 Сегодня в Санкт-Петербурге
16.45 ДНК. (16+)
17.50 Жди меня. (12+)
20.00 «КЛЕРК». (16+)
00.00 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
01.50 Квартирный вопрос. (0+)
02.45 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)
03.15 «ГРЯЗНАЯ РАБОТА». (16+)
05.00 09.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «РЭМБО-4». (16+)
21.25 «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
23.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. М. Щербаков - Д. Вильданов. Прямая трансляция. (16+)
01.00 «НЕКУДА БЕЖАТЬ». (16+)
02.40 «ПОДЪЁМ С ГЛУБИНЫ». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К

Культура



10.20 Спектакль «Мы - цыгане»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Правила жизни»
07.35 «Величайшие изобретения человечества»
08.35 Цвет времени
08.45 Легенды мирового кино
09.10 16.15 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ»
10.20 Спектакль «Мы - цыгане»
11.45 «Забывшее ремесло»
12.00 «Вадим Знаменов»
12.30 Власть факта
13.15 «Великие мифы»
13.45 «БЕСЫ»
15.05 Письма из провинции
15.35 «Энигма»
17.00 «Доживем до понедельника»
17.45 К 100-летию Московской филармонии
18.45 «Билет в Большой»
19.45 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя птица»
21.00 Линия жизни
21.55 01.35 «Искатели»
22.40 «2 Верник 2»
23.50 «АНИМАЦИЯ»
06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Новый день. (12+)
12.25 Гадалка. (16+)
14.10 «УИДЖИ». (16+)
14.40 Гадалка. (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
18.30 «Старец». (16+)
19.30 «МРАЧНЫЕ ТЕНИ». (16+)
21.45 «БЫВШАЯ С ТОГО СВЕТА». (16+)
У известного автора детективов Чарльза Кондомайна пропадает вдохновение. Его творческий «затык» приходится именно на тот момент, когда ему заказали сценарий по одной из его книг. Когда-то его музой была жена Эльвира - ныне покойная. На выступлении медиума мадам Аркати у него рождается идея. Чарльз приглашает мадам домой, чтобы провести спиритический сеанс
23.45 «ОМЕН». (16+)
01.45 «ЗАКАТАТЬ В АСФАЛЬТ». (16+)
04.15 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)

ТВ-3 ТВ-3

СТС СТС



21.00 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
07.00 «Том и Джерри». (0+)
08.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
09.00 Эксперименты. (12+)
09.15 «ТРОЯ». (16+)
12.25 Суперлига. (16+)
14.00 Премьера! Эксперименты. (12+)
14.40 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
Обычного школьника Питера Паркера, которого все считали неудачником и занудой, в один прекрасный день кусает паук-мутант, после чего с нескладным юношей происходит фантастическая метаморфоза...
23.40 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (16+)
02.20 «СОЛНЦЕ ТОЖЕ ЗВЕЗДА». (16+)
03.50 «6 кадров». (16+)
05.40 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)
06.30 «6 кадров». (16+)
06.50 03.15 «Реальная мистика». (16+)
07.50 По делам несовершеннолетних. (16+)
09.55 Давай разведемся! (16+)
11.10 Тест на отцовство. (16+)
13.20 «Понять. Простить». (16+)
14.25 «Порча». (16+)
16.00 «Знахарка». (16+)
17.50 «Верну любимого». (16+)
19.00 «ЧУЖОЙ РЕБЁНОК». (16+)
Волею судеб успешная актриса Надежда становится матерью чужому ребёнку. Ради этого она оставляет карьеру и устраивается вести кружок творчества в захламленный ДК. Постепенно Надежда начинает понимать, что не справляется с воспитанием сына Вани
23.25 Про здоровье. (16+)
23.40 «НЕ МОГУ ЗАБЫТЬ ТЕБЯ». (16+)
04.05 Тест на отцовство. (16+)
05.45 Домашняя кухня. (16+)

ДОМАШНИЙ

ТНТ-СПБ



13.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
- 09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 13.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 15.00 «Однажды в России». (16+)
- 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 22.00 «Открытый микрофон». (16+)
Премьера! То, чего ждали весь сезон - грандиозный финал! Команды наставников завершают битву за три миллиона рублей, и победит смешнейший из всех стендаперов сезона!
- 23.35 «Импровизация. Команды». (16+)
- 00.35 «Такое кино!». (16+)
- 01.05 «Импровизация». (16+)
- 03.35 «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)
- 04.25 «Открытый микрофон. Дайджест». (16+)
- 05.15 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.05 «ТНТ. Best». (16+)

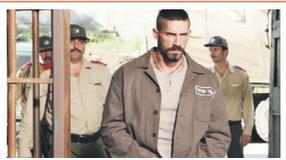
че!



07.00 KVN Best. (16+)

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.10 «КРЕМЕНЬ». (16+)
- 07.00 KVN Best. (16+)
- 09.00 Улётное видео. (16+)
- 14.00 Утилизатор. (12+)
Самая неожиданная автомобильная викторина. Отвечай на вопросы правильно, иначе машину на твоих глазах раздавит бульдозер
- 16.00 Утилизатор. (16+)
- 16.30 Утилизатор. (12+)
- 17.00 Улётное видео. (16+)
- 20.00 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 23.30 iТопчик. (16+)
- 01.00 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ПОСЛЕДНЯЯ ГЛАВА». (18+)
После того, как Вескер предал Элис в Вашингтоне, конец истории человечества стал еще ближе. Элис - последняя надежда на спасение мира. Она должна вернуться к точке отсчёта, туда, где всё началось: в город Раккун-Сити
- 02.50 Улётное видео. (16+)

МАТЧ!



09.00 «НЕОСПОРИМЫЙ-2». (16+)

- 06.00 08.55 12.55 Новости
- 06.05 11.00 15.30 00.50 Все на Матч!
- 09.00 «НЕОСПОРИМЫЙ-2». (16+)
- 11.55 «Есть тема!»
- 13.00 Художественная гимнастика. Экспериментальный международный турнир «Небесная грация». Прямая трансляция
- 15.55 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Мужчины. Прямая трансляция
- 17.50 Плавание. Чемпионат мира (бассейн 25 м). Прямая трансляция
- 18.55 Баскетбол. УНИКС - «Жальгирис». Прямая трансляция
- 20.55 Смешанные единоборства. А. Кошкин - А. Багов. АСА. Прямая трансляция
- 22.25 Футбол. «Бавария» - «Вольфсбург». Прямая трансляция
- 00.30 «Точная ставка». (16+)

СПБ



22.00 «Пuls города». (12+)

- 07.15 08.05 09.05 Большой утренний эфир. (16+)
- 08.00 09.00 10.00 11.00 13.00 15.00 Новости. (16+)
- 11.10 23.00 «Азбука петербуржца». (6+)
- 11.15 «Петербург. Город решений». (12+)
- 12.25 «Вектор успеха». (12+)
- 13.10 15.15 Новости спорта. (12+)
- 13.15 Бизнес-Петербург. (12+)
- 13.20 15.20 «ДРУГАЯ ЖИЗНЬ МАРГАРИТЫ». (12+)
- 17.30 «100лица империи». (16+)
- 18.00 Большой вечерний эфир. (16+)
- 19.00 «Главный врач». (12+)
- 20.20 «Райские птицы». (6+)
- 21.30 «Зона особого внимания». (16+)
- 22.00 «Пuls города». (12+)
- 23.05 «В ритме Петербурга». (12+)
- 00.05 04.05 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛИНЫ». (16+)

ЛЕН ТВ 24



15.30 «ПОЕЗДКА В ВИСБАДЕН». (12+)

- 06.00 «Будим в будни». (6+)
- 09.00 «СЕРЕБРЯНЫЙ БОР». (12+)
- 11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)
- 11.10 13.10 «С ЛЮБИМЫМИ НЕ РАССТАЮТСЯ». (12+)
- 15.10 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 15.30 «ПОЕЗДКА В ВИСБАДЕН». (12+)
- 17.10 «УГРОЗЫСК». (16+)
- 18.10 «Без срока давности». (12+)
- 19.00 20.30 23.30 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)
- 19.30 04.25 «ШУЛЕР». (16+)
- 21.00 «ЖЕНА». (16+)
- 22.45 «Острова Петербурга. Каменный, Крестовский, Елагин». (12+)
- 00.00 Слава Богу, ты пришёл! (16+)
- 00.50 Сольный концерт Александра Малинина. (16+)
- 02.35 «ГДЕ-ТО ТАМ». (18+)

78



18.15 «Следственный лабиринт». (16+)

- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 11.10 11.35 «Полезное утро». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 13.00 18.00 19.00 21.00 «Известия 78». (12+)
- 12.15 23.15 Хочу и буду. (16+)
- 13.15 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)
- 14.00 17.00 «Происшествия». (16+)
- 14.30 «И передайте привет Петергофу». (12+)
- 15.00 «Середина дня». (12+)
- 16.00 Прогноз погоды. (12+)
- 16.05 «Народный контроль». (12+)
- 17.30 21.50 Хранители. (16+)
- 18.15 «Следственный лабиринт». (16+)
- 19.15 Открытая студия. (12+)
- 21.20 «7 вопросов про деньги». (12+)
- 22.20 Давно не виделись. (12+)
- 00.00 «Белая ночь». (16+)
- 02.00 «Российские императоры в XIX веке». (12+)

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.

Вера суежилась на кухне с самого утра и ужасно переживала. Увлелась кулинарией она не так давно, а вот приглашенные друзья были давними и любимыми. Хотелось их как минимум не отравить, а в идеале – удивить и порадовать.

– О! – Максим вошел на кухню и заглянул в сковороду через Верино плечо. – Это... рагу?

Это тушеная капуста с грибами. Разве не похоже? – Вера как бы в доказательство своей правоты помешала содержимое сковороды деревянной лопаткой и глянула на Максима взглядом «ну ясно же как дважды два».

– Э-э-м... похоже, я просто не так выразился, – Максим на всякий случай отступил в сторону двери. – Может, за тортом сбежать? Сладкого к чаю купить?

В рядах мафии



– Торт я еще вчера испекла, на балконе стоит, – строго ответствовала Вера. – Ты не доверяешь мне? Мне казалось, ты должен быть на моей стороне.

– Доверяю, – тут же отозвался Максим. – Просто у меня сегодня день рождения, нервничаю, наверно, немного. Гостей

же кучу приглашали. Сестра издалека приедет. Но ты у меня просто золото и отличный кулинар. Спасибо, что столько всего наготовила. Голдным гостям точно не останутся.

То-то же, – Вера нравоучительно помотала в воздухе лопаткой, которой мешала

капусту и тут же на светлых обоях нарисовался фонтан живописных томатных брызг.

– Я все же сбегаю за хлебом, – быстренько ретировался с кухни Максим, и почти сразу Вера услышала стук закрывшейся входной двери.

«Есть у нас хлеб, вчера еще купила», – проворчала себе под нос Вера, оттирая с обоев собственные художества.

Максим зря переживал. Вера видела, с каким аппетитом гости уплетают наготовленное ею, и радовалась от души. Ей нравилась эта ее одомашненность. С тех пор как родился Юрочка, ее все меньше тянуло ввязаться в какую-нибудь авантюру. Хотелось чаще бывать дома, готовить, вязать салфетки, читать с сыном книги, носить мягкие тапочки и растягивать уютную кофту, играть в настольные игры.

Может, в «Мафию»? – предложила она чувству-

ющим Максима гостям. – Мы как раз новый набор купили, с масками.

– А давайте, – подхватила идею сестра Максима. Она нравилась Вере. Активная и веселая, Яна была легкой на подъем и готова поддержать любую здравую мысль. И муж ее, Димка, был компанейским парнем, прекрасно играл на гитаре и неплохо пел.

Игра шла уже второй час. Гости втянулись, не оторвешь.

– Чаю? – вежливо предложил Максим, взглядываясь в бесстрастные лица то ли горожан, то ли мафиози.

– Попозже, – хором отозвались гости. – Доиграем, тогда и попьем.

Максим побарабанил пальцами по столу.

– Слушай, Вер, а ты не знаешь, когда наш заказ на почту придет? – Максим нарочито равнодушно заговорил на отвлекающую тему. – Я там себе гарнитуру заказал на одном сайте и чехол на телефон. Не помнишь точно, когда мы заказ сделали?

Как бы между прочим муж подтолкнул Вере календарик, на котором красовались наскоро выведенные числа: 1 11 4 6 12 7 3 8.

Вера подняла одну бровь, внутреннее рассмеявшись. Но нужно было сохранять невозмутимость. Она была одной из мафиози. Максим никогда не мог ее раскусить. Его предположение оказалось неверным.

Любовь АНИНА



Кстати, а что за цифры Максим написал на календарике?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 48: муж соседки состряпал не очень убедительную историю о номере телефона. Да, номер-то, может, и реальный, да вот только спрятать что-либо между 375 и 376 страницами нельзя, так как это страницы одного листа.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.25 «МЁРТВЫЕ ДУШИ». (12+)
07.55 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)
08.50 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА». (16+)
10.35 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)
13.35, 21.30 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
15.05 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
17.00 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
18.40 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
22.55 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
00.55 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (12+)
02.35 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ». (12+)
05.00 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)

TV1000

05.00, 05.40, 17.20, 18.05 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
06.20 «Аисты». Мультфильм. (6+)
07.45 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТТОНА». (16+)
10.45 «ОДИННАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)
12.55 «ДВЕНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)
15.05 «ТРИНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)
19.00 «МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-2». (12+)
21.00 «МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-3». (16+)
01.25 «АВИАТОР». (16+)
04.10 «МАЛЕНЬКИЙ МАНХЭТТЕН». (12+)

TV1000
РУССКОЕ КИНО

06.20 «НАПАРНИК». (12+)
07.55 «СТЕНДАП ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
10.00 «ПРИЗРАК». (6+)
12.00 «СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ». (16+)
14.00 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНЫ». (16+)
15.55, 16.50, 18.00, 18.55 «ШЕРЛОК В РОССИИ». (16+)
20.00 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)
21.05 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
23.05 «ВОЙНА ПОЛОВ». (16+)
00.45 «ПЯТНИЦА». (16+)
02.10 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)
03.45 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
04.45 «ПЛЮС ОДИН». (16+)

ДОМ КИНО

06.30 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
07.40 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
09.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
10.30 «СВАТЫ». (16+)
15.30 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
17.05 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
18.30 «СВАТЫ». (16+)
01.20 «СТАРЫЕ ПЕСНИ О ГЛАВНОМ». (12+)
02.55 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)
04.45 «ПЛЮС ОДИН». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

03.15 «ВЛАСТЬ УБИЙЦ». (16+)
04.55 «ЗАЩИТНИК». (16+)
06.30 «УЧИТЕЛЬ АНГЛИЙСКОГО». (16+)
07.55 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА». (16+)
09.25 «ЛОЖЬ ВО СПАСЕНИЕ». (16+)
11.05 «ЭСКАДРИЛЬЯ «ЛАФАЙЕТ». (16+)
13.15 «ШИМБЕЛИН». (16+)
14.50 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬ». (16+)
16.10 «КАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (12+)
17.35 «ПЛОХАЯ МАМОЧКА». (16+)
19.10 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)
20.30 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)
22.15 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.15 «ПОРТ». (16+)
07.45 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)
09.35 «ПРО ЖЕНУ, МЕЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ...». (12+)
11.10 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (12+)
14.50 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
16.20 «КИСЛОРОД». (16+)
19.30 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)
21.20 «ДОМОВОЙ». (6+)
23.10 «НЯНЬКИ». (16+)
00.55 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (18+)
02.15 «ПОРТ». (16+)
03.45 «КОРПОРАТИВ». (16+)
05.15 «ПРО ЖЕНУ, МЕЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ...». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «ПРИШЕЛЬЦЫ-2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+)
04.00 «БРАТЯ ИЗ ГРИМСБИ». (18+)
05.25 «КОСТОЛОМ». (16+)
07.20 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ». (6+)
09.15 «ШЕРЛОК ХОЛМС: ИГРА ТЕНЕЙ». (12+)
11.35 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (6+)
13.40 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
15.20 «ПУЛЕНПРОБИВАЕМЫЙ». (12+)
17.15 «ПРАВИЛА СЪЕМА: МЕТОД ХИТЧА». (12+)
19.30 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)
21.15 «С ГЛАЗ - ДОЛОЙ, ИЗ ЧАРТА - ВОН!». (16+)
23.15 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)

РОДНОЕ КИНО

00.35 «ДЕЖА ВЮ». (12+)
03.00 «ЦАРЬ». (18+)
05.15 «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
07.25 «КЛЮЧ ОТ СПАЛЬНИ». (12+)
10.10, 11.25, 12.40 «МАКАРСЛЕДОПЫТ». (6+)
13.55, 14.55, 16.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: БАРОН». (16+)
17.00 «ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО». (16+)
19.00 «ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
20.40 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ». (12+)
22.15 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
23.45 «ПОГРАНИЧНЫЙ ПЕСАЛЫЙ». (12+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00, 12.50, 13.35, 14.25, 15.15 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)
16.05, 17.00, 17.55, 18.50, 19.40, 20.35, 21.30, 22.25 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
23.20 Суббота! News. (16+)
23.30 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
00.25, 01.20, 02.10 Топ-модель по-американски. (16+)
02.45 Пацанки. (16+)
04.25 Оденься к свадьбе. (16+)
04.45 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «НАВИГАТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)

СТС LOVE

06.00 «Ералаш». (0+)
06.10 «КУХНЯ». (16+)
14.00 «ОТЕЛЬ «ЛЕОН»». (16+)
11.50, 19.50, 03.50 «АССИСТЕНТКА». (16+)
13.20, 21.20, 05.20 «НАЛЕТ». (16+)
14.15, 22.15, 06.15 «ЗАСТУПНИК» (субтитры). (16+)
16.05, 00.05, 08.05 «НА БЕРЕГУ». (18+)
03.00 Короли дня. (16+)
04.10 «Ералаш». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «БОЛЬШОЙ КУШ». (18+)
14.00 «ОТЕЛЬ «ЛЕОН»». (16+)
11.50, 19.50, 03.50 «АССИСТЕНТКА». (16+)
13.20, 21.20, 05.20 «НАЛЕТ». (16+)
14.15, 22.15, 06.15 «ЗАСТУПНИК» (субтитры). (16+)
16.05, 00.05, 08.05 «НА БЕРЕГУ». (18+)
03.00 Короли дня. (16+)
04.10 «Ералаш». (0+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «СЧАСТЛИВЫЙ БИЛЕТ». (16+)
07.35, 10.20 «ГАИШНИКИ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 03.00 Новости
10.10 В гостях у цифры. (12+)
13.20 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.20, 17.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
18.25 Всемирные игры разума. (12+)
19.15 Слабое звено. (12+)
20.10 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (0+)
21.55 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
00.35 «ОХРАННИК ДЛЯ ДОЧЕРИ». (16+)
02.20, 03.15 Мир. Мнение. (12+)
02.30 Специальный репортаж. (12+)
02.40 Евразия. Регионы. (12+)
02.50 Старт-ап по-евразийски. (12+)
03.30 5 причин остаться дома. (12+)
03.40 Наши иностранцы. (12+)

ПОБЕДА

05.50 «Путь к Победе». (16+)
06.50 «МАТЧ». (18+)
08.50 «ЗАДАНИЯ ОСОБОЙ ВАЖНОСТИ. ОПЕРАЦИЯ «ТАЙФУН»». (16+)
10.00 Капитан Сулов - талантливый разведчик и опытный военный, на счету которого не одна успешно проведенная диверсия. На этот раз командование поручает ему по-настоящему невыполнимую задачу: пробраться на сильно охраняемый немцами склад горючего и вернуть его.
12.00 «ДОМ СЛИЛИЯМИ». (12+)
16.40 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (16+)
19.00 «МАТРИЦА». (16+)
21.50 «МАТРИЦА: РЕВОЛЮЦИЯ». (16+)
00.30 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)
02.20 Пятница News. (16+)
02.50 На ножках. Отели. (16+)
03.40 Пятница News. (16+)
04.00 Орел и Решка. Россия-2. Сочи-2 (субтитры). (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Россия-2. Камчатка (субтитры). (16+)
05.50 Орел и Решка. Россия-2. Нижний Новгород (субтитры). (16+)
06.30 Орел и Решка. Россия-2. Хакасия (субтитры). (16+)
07.40, 08.30, 09.30, 10.20, 11.20, 12.10 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
13.10, 15.10, 17.00 Пацанки-6. (16+)
19.00 «МАТРИЦА». (16+)
21.50 «МАТРИЦА: РЕВОЛЮЦИЯ». (16+)
00.30 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)
02.20 Пятница News. (16+)
02.50 На ножках. Отели. (16+)
03.40 Пятница News. (16+)
04.00 Орел и Решка. Россия-2. Сочи-2 (субтитры). (16+)

Ю

05.35 Папа попал. (12+)
08.55 «КЛОН». (16+)
11.00, 12.00 Дом-2. Lite. (16+)
12.55 Гости и прочие неприятности. (16+)
15.00 Шопоголики. (16+)
16.00 Супермама. (16+)
19.20 Битва четырех мам, каждая из которых мечтает стать лучшей и завоевать главный титул! Конкурентки ходят друг к другу в гости, тщательно исследуют территорию своих соперниц и беспристрастно оценивают по трём параметрам: хозяйственность, методы воспитания детей и самореализация. А за самими участниками внимательно наблюдает ведущая проекта - семейный психолог Виктория Дмитриева.
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
00.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)
02.15 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.45 МастерШеф. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Из истории советского периода. (6+)
01.50 Обыкновенная история. (6+)
02.00, 06.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
02.55 Историограф. (12+)
03.45 Семь дней истории. (12+)
04.00 История. (12+)
05.00 Историограф. (12+)
05.45 Обыкновенная история. (6+)
06.55 Семь дней истории. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 Жил-был Дом. (12+)
08.00, 08.50 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
09.35 Не квартира - музей. (12+)
09.55 Тутанхамон. Жизнь, смерть и бессмертие. (12+)
10.50 Огненная дуга. (12+)
12.00, 12.45 Битва коалиций. Вторая мировая война. (12+)
13.40 Загадки засечной черты. (12+)
14.15 Несломленный нарком. (12+)
15.20 Временный комитет у руля революции. (12+)
16.00 Первая мировая. (12+)
17.00 Личность в истории. (12+)
17.35 Семь дней истории. (12+)
17.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
18.00, 19.00 «ГРИГОРИЙ Р». (12+)
20.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
22.05, 23.00 «БАУХАУС - НОВАЯ ЭРА». (16+)

VIASAT HISTORY

06.10 Невероятные изобретения. (12+)
06.35 Расшифрованные сокровища. (12+)
07.20 Тайны египетских пирамид. (12+)
08.15 Версаль: испытания Короля-солнца. (12+)
09.10 Запретная история. (12+)
10.00 Тайны египетских пирамид. (12+)
10.55 Королевские жены на войне. (12+)
12.00 Сокровища Древней Греции. (12+)
13.00 Боевые корабли. (12+)
13.50 Тайны египетских пирамид. (12+)
14.45 Версаль: испытания Короля-солнца. (12+)
15.35 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
16.30 Мегалополис: секреты древнего мира. (12+)
17.25 Вторая мировая с дрона - сканирование свидетельств. (16+)
18.25 Сокровища Инда. (12+)
19.10 Тайна фестского кода. (12+)
20.10, 03.20 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
21.05, 02.25 Мегалополис: секреты древнего мира. (12+)
22.05 Вторая мировая с дрона - сканирование свидетельств. (16+)
22.55 Сокровища Инда. (12+)
23.40 Расшифрованные сокровища. (12+)
00.30, 01.25 Тайны египетских пирамид. (12+)
04.15 Тайна фестского кода. (12+)
05.15 Музейные тайны. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Научные глупости. (16+)
06.30, 06.50 Игры разума. (16+)
07.20, 07.45 Панорама 360 градусов: разрушение объектов всемирного наследия. (16+)
08.10 Панорама 360°: Объект всемирного наследия. (16+)
09.05 90-е: десятилетие, которое нас объединило. (16+)
09.50 Ледяная дорога. (16+)
10.45, 11.35 Дикая тунца. (16+)
12.20, 16.40 Незведанные воды с Джереми Уэйдом. (16+)
13.15, 14.05 Авто-SOS. (16+)
14.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
15.50 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
17.30 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
18.25, 18.50 Фабрика еды. (16+)
19.15, 20.05, 02.45 Расследования авиакатастроф. (16+)
21.00, 03.30 Крупнейшие техногенные катастрофы. (16+)
21.50 Поднимается буря. (16+)
22.40 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+)
23.35 Реальность или фантастика? (16+)
00.30, 00.50 История десятилетий. (16+)
01.15, 02.00 Злоключения за границей: Преступление и наказание. (16+)
04.20, 04.45 Зона строительства. (16+)
05.10, 05.35 Игры разума. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

10.10 Инструменты. (12+)
10.25 Кашеварам. (12+)
10.40 Обнови свой сад. (12+)
11.15 Лучки и Пучки. (12+)
11.30 Нетипичный огород. (12+)
11.45 Идите в баню. (12+)
12.00, 12.15 Огород круглый год. (12+)
12.30 Топ-10. (12+)
13.00 История одной культуры. (12+)
13.30 Секреты стиля. (12+)
14.05 Дачные радости. (12+)
14.35 История усадеб. (12+)
15.05 Ботаника с Павлом Стерховым. (12+)
15.35 Беспокоеное хозяйство. (12+)
16.10 Проект мечты. (12+)
16.40 Вершки-корешки. (12+)
16.55 Дачная энциклопедия. (12+)
17.30 Сравнительный анализ. (12+)
18.00 Календарь дачника. (12+)
18.20 Старые дачи. (12+)
18.55 Частный сектор. (12+)
19.25 Мегабанщики. (12+)
20.00 Наш румяный каравай. (12+)
20.15 Как поживаете? (12+)
20.45 Кухня народов СССР. (12+)
21.05 Жизнь в деревне. (12+)
21.35 Травовед. (12+)
21.50 Забытые ремесла. (12+)
22.10 Побег из города. (12+)
22.40 Крымские дачи. (12+)
23.15 Идеальный сад. (12+)
23.45 Сад в радость. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

09.25 Сезон охоты. (16+)
09.55 Две на одного. Оружие. (16+)
10.10 Две на одного. снаряжение. (16+)
10.25 Мой мир - рыбалка. (12+)
11.00 Рыбалка на Черемшане. (6+)
11.30, 19.35, 23.40 Рыбалка в России. (16+)
11.55, 20.05 Охотничьи собаки. (16+)
12.30 Рыбалка 360. (16+)
13.00 Территория льда. (16+)
13.30 Охотник-одиночка. (16+)
14.00 Трофеи. (16+)
14.30 Охота и рыбалка в... (12+)
15.00 На рыбалку с охотой. (12+)
15.35 Рыбалка сегодня. (16+)
15.55 На охотничьей тропе. (16+)
16.25 Рыболовное путешествие с чемпионом. (12+)
16.55 Охота с луком. (16+)
17.25 Первый лед - последний лед. (12+)
17.40 Привет, Малек! (6+)
18.00 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
18.30 Крылатые охотники. (16+)
18.45 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
19.05 Водоёмы Прибалтики. (12+)
20.35 Технология зимнего клева. (12+)
21.10 Рождение клинка. (16+)
21.40 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)
22.10 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
22.40 Егерский кордон. (16+)
23.10 Рыболовная школа для взрослых. (12+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)
01.00, 14.00, 20.00 Первокласный фитнес. (6+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00, 16.00 Street Fight. (12+)
03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)
04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагинным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)
05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
16.30, 22.30 Шапат. (12+)
17.30, 22.00 Zumba. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)
18.30, 23.30 YogaВечер. (6+)

ANIMAL PLANET

06.00 Ветеринары-стажеры. (12+)
06.25 Зоопарк Сан-Диего. (12+)
07.10 На свободу с питбулем. (16+)
08.05 Адская кошка. (12+)
09.00 Экспедиция Мунго. (16+)
09.55, 10.50 Незведанная Европа. (12+)
11.45 Дикая Австралия. (16+)
12.40 Кошка против собаки. (12+)
13.35 Адская кошка. (12+)
14.30 На свободу с питбулем. (16+)
15.25, 15.50 Здравствуй, мир! (12+)
16.20, 16.45, 17.15, 17.40, 18.10, 18.35 Удивительный мир животных. (12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00, 01.10 Баскетбол. (0+)	01.00, 07.30 Биатлон. КМ. Анси. Женщины. (6+)	
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости	02.00, 02.45 Сноуборд. КМ. (16+)	
07.55, 16.55, 23.05 Художественная гимнастика. (0+)	03.30, 04.15 Лыжные гонки. КМ. Давос. (6+)	
10.05 Велотрек. Воскресение. (12+)	05.00, 08.30, 21.00 Снукер. Мировой Гран-при. (6+)	
10.20, 16.20 Страна. Live. (12+)	07.00 Eurosport Winter Pass. (16+)	
10.40 Большой хоккей. (12+)	10.30 Конный спорт. Турнир Большого шлема. (6+)	
11.10 Спортивный детектив. Шахматная война. (6+)	11.30, 12.00 Лыжное двоеборье. КМ. Отепя. (6+)	
12.00 Где рождаются чемпионы? (12+)	12.20, 15.15, 17.30 Лыжное двоеборье. КМ. Рамсау. Прямая трансляция. (16+)	
12.30 Вид сверху. (12+)	13.00, 20.00 Горные лыжи. КМ. (16+)	
13.05 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. (0+)	13.30 Горные лыжи. КМ. Валь-Гардена. Мужчины. Прямая трансляция. (16+)	
14.55 Лица страны. (12+)	15.50 Биатлон. КМ. Анси. Мужчины. Спринт. Прямая трансляция. (6+)	
15.10, 19.55 Игры королей. (12+)	19.00 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Энгельберг. Прямая трансляция. (16+)	
15.25, 20.10 Страна смотрит спорт. (12+)	21.50 Новости. (16+)	
16.00 Специальный репортаж. (12+)	21.55 Снукер. Мировой Гран-при. Полуфинал. Прямая трансляция. (6+)	
16.35 Мой первый тренер. Алексей Швед. (12+)		
19.00 Есть тема! (12+)		
20.40 Баскетбол. Евролига в Москве. (12+)		
20.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. Прямая трансляция		
22.50 Зачётный спорт. (12+)		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00, 07.00 Каждое утро. (16+)	14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
06.45, 08.45, 15.00, 18.45, 22.30 РНО-новости. (16+)	15.15, 03.00 Золотая лихорадка. (16+)
09.00 Золотая дюжина. (16+)	17.00 10 самых горячих клипов дня. (16+)
10.00, 16.30 Хит-сториз. Дюна. (16+)	17.45 Карaoke в большом городе. (16+)
10.25 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	19.00 Русский чарт. (16+)
11.30 10 самых! (16+)	20.00 Музыкальная премия «Новое Радио Awards»-2020. (16+)
12.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)	22.45 Танцпол. (16+)
13.00 Отпуск без путевок. (16+)	00.00 Музитив. (18+)
	Музыкальный non-stop. (16+)
	02.00 Музитив. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

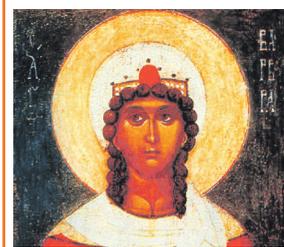
МУЛЬТ	МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
08.15, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)	05.00 Ранние пташки. «Три кота», «Домики». (0+)
08.40, 13.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)	05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
09.00 «Волшебная кухня». (0+)	06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	06.25 «Русалочка» (субтитры). (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
09.25, 17.00 «Простоквашино». (0+)	06.25 «Русалочка» (субтитры). (6+)	06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	07.30 «Ответы от кометы». (0+)
09.50 «Тайны Медовой долины». (0+)	06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	07.25 «Пёс Пэт». (6+)	07.35 «Малыши и Медведь». (0+)
10.00, 14.00, 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+)	07.25 «Пёс Пэт». (6+)	07.40 «Леди и Бродяга-2: Приключения Шалуна». (0+)	07.40 «Легенды Спарка». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	07.40 «Леди и Бродяга-2: Приключения Шалуна». (0+)	09.00 Доброе утро с Микки. (0+)	08.10 «Царевны». (0+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	09.00 Доброе утро с Микки. (0+)	11.00 «Славные пташки». (6+)	09.45 «Подсказки Бульки для всех». (0+)
11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	11.00 «Славные пташки». (6+)	13.00, 03.20 «Гравити Фолз». (12+)	10.10 «Акулёнок». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	11.30 «Сказочный патруль». (0+)	16.00 После школы. (6+)	10.20 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)	12.00 «Время малышей». (0+)	17.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	10.45 «Студия Каляки-Малыка». (0+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)	14.30 «Смешарики». (0+)	19.30 «Зверополис». (6+)	11.15 «Монсики». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)	21.30 «ДЖОН КАРТЕР». (12+)	11.45 «Роботы-поезда». (0+)
18.00 «Легенды Спарка». (0+)	15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	01.15 «ОДИН ДОМА-5: ПРАЗДНИЧНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (12+)	12.15 «Ниндзяго». (6+)
18.15 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!». (0+)	18.00 «Легенды Спарка». (0+)	01.45 «ОДИН ДОМА-4». (12+)	12.45 «Супер10». (6+)
18.20 «Робокар Поли». (0+)	18.15 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!». (0+)		13.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
18.40 «Ник-изобретатель». (0+)	18.20 «Робокар Поли». (0+)		13.40 «Ник-изобретатель». (0+)
19.00 «Лео и Тиг». (0+)	18.40 «Ник-изобретатель». (0+)		14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)	19.00 «Лео и Тиг». (0+)		В рамках реализации национального проекта «Экология» в России проводится масштабная акция по экологическому просвещению! Как сохранить родную природу? Кто такие эковолонтеры? В гостях у Никиты и Златы - руководитель Всероссийской общественной организации волонтеров-экологов «Делай!» Андрей Руднев!
20.55 «Машины сказки». (0+)	20.20 «Деревяшки». (0+)		14.15 «Семья Трефликов». (0+)
21.30 «Монсики». (0+)	20.55 «Машины сказки». (0+)		14.35 «Волшебная кухня». (0+)
	21.30 «Монсики». (0+)		16.35 «Хейдрораблз». (0+)
			16.40 «ДиноСити». (0+)
			17.50 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
			18.00 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
			18.30 «Оранжевая корова». (0+)
			19.50 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
			20.05 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
			20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
			20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
			22.30 «Герои Гуджитцу». (6+)
			22.40 «Дикие скричеры!». (6+)
			23.05 «Трансформеры. Кибервселенная. Приключения Бамблби». (6+)
			23.30 «Супер Спин Комбо». (6+)
			00.20 «Китти не кошка». (6+)
			02.05 «Лунтик и его друзья». (0+)
			03.50 «ТриО!» (0+)
			03.55 «Машины страшилки», «Машины сказки», «Машины песенки». (0+)
			04.55 «Букварий». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)	20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	22.45 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». 1 серия. (12+)
05.30 Монастырская кухня. (0+)	СССР, 1964 г.
06.00 «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛДАТ». 3 серия. (0+)	О восстановлении сельского хозяйства в трудные годы послевоенной разрухи.
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)	О нелегкой судьбе Егора Трубинова, демобилизованного в связи с тяжелым ранением и ставшего председателем родного колхоза.
10.30 Знак равенства. (16+)	00.35 День Патриарха. (0+)
10.45 Старец. (0+)	00.50 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». 2 серия. (12+)
12.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)	02.00 Святые целители. (0+)
13.25, 13.55, 14.25 Монастырская кухня. (0+)	02.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
14.55, 15.30 Двенадцать. (0+)	04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
16.00, 17.40, 19.00 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». 4-6 серии. (0+)	04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

17 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Вмц. Варвары и мц. Иулиании.



Прп. Иоанна Дамаскина. Прп. Иоанна, еп. Полливотского. Свт. Геннадия, архиеп. Новгородского. Сщмчч. Алексия, Иоанна, Александра и Николая пресвитеров, Василия диакона и с ним 10 мучеников. Сщмчч. Димитрия пресвитера, прмц. Анастасии, мцц. Екатерины и Киры.

Рождественский пост.

«За прелестью и сладостью греха неминуемо следует скорбное неудовольствие, вызывающее отвращение, хотя грешащие и забывают об этом по причине возобладания над ними страстной сласти».
Прп. Максим Исповедник

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ, НЕ ПРОПУСТИТЕ ДЕКАДУ ПОДПИСКИ!
С 6 по 16 декабря «Почта России» проводит «Всероссийскую декаду подписки» на 1-е полугодие 2022 г. Успеите подписаться в этот период на «ТЕЛЕК Питер»* ПО ЛЬГОТНОЙ ЦЕНЕ.

СКИДКА
**
8%

** От цены основной подписки на 1-е полугодие 2022 г.



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Газета выходит 1 раз в неделю

Подписной индекс **П9645** в каталоге «Почта России»

Стоимость ПОДПИСКИ в период ДЕКАДЫ на газету «ТЕЛЕК Питер»* на 1-е полугодие 2022 г.

Срок подписки	В основной период	В период с 6 по 16 декабря	Срок подписки	В основной период	В период с 6 по 16 декабря
на 1 месяц	176,50 Р	162,06 Р	на 4 месяца	706,00 Р	648,24 Р
на 2 месяца	353,00 Р	324,12 Р	на 5 месяцев	882,50 Р	810,30 Р
на 3 месяца	529,50 Р	486,18 Р	на 6 месяцев	1 059,00 Р	972,36 Р

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Питер» осуществляется только для жителей г. Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

преимущества онлайн-подписки

- Не нужно выходить из дома и приезжать с дачи, чтобы оформить подписку.
- Бесконтактный способ оформления подписки.
- Оформление подписки без очередей на Вашем компьютере или смартфоне.
- Подписку можно оформить в подарок родным и близким.

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

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету * (по индексу – П9645 или названию – «ТЕЛЕК Питер»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

1 ПЕРВЫЙ



21.20 Сегодня вечером.
(16+)

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 Умницы и умники. (12+)
09.45 Слово пастыря. (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Премьера. «Великий многоликий». К 100-летию Юрия Никулина. (12+)
11.20 Видели видео? (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Видели видео? (6+)
14.05 Премьера. К 100-летию Юрия Никулина. (16+)
15.30 Кубок Первого канала по хоккею-2021. Сборная России - сборная Чехии. Прямой эфир
17.50 «Ледниковый период». Новый сезон. (0+)
21.00 Время
21.20 Сегодня вечером. (16+)
23.05 Премьера. «Вечер с Адель». (16+)
00.50 Вечерний Unplugged. (16+)
01.45 Наедине со всеми. (16+)
02.30 Модный приговор. (6+)
03.20 Давай поженимся! (16+)

ТВЦ ТВЦ

05.25 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (6+)
07.00 Православная энциклопедия. (6+)
07.30 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (0+)
09.15 «Юрий Никулин. Я не трус, но я боюсь!» (12+)
10.00 «Самый вкусный день». (6+)
10.35 11.45 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ!» (16+)
11.30 14.30 23.45 События
12.40 14.45 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (12+)
17.05 «ЕЁ СЕКРЕТ». (12+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.15 «Право знать!» (16+)
00.00 «Бедный Чарльз». (16+)
00.50 «Удар властью». (16+)
01.30 Специальный репортаж. (16+)
02.00 02.40 «Дикие деньги». (16+)
03.20 Хроники московского быта. (12+)
04.05 «90-е. Чумак против Кашпировского». (16+)
04.45 «Документальный фильм». (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



09.25 Пятеро на одного

05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 По секрету всему свету
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 Пятеро на одного
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 Юмор! Юмор! Юмор!!! (16+)
12.35 Доктор Мясников. (12+)
13.40 «ЛЮБОВЬ ПО НАЙМУ». (12+)
18.00 Привет, Андрей! (12+)
20.00 Вести в субботу
21.00 «ИЗ ЧУВСТВА ДОЛГА». (12+)
Люда переезжает с родителями в новую квартиру и собирается замуж. Но внезапно умирает её отец, и в жизни девушки начинается чёрная полоса. После пережитых потрясений бабушка попадает в больницу. Ей требуется срочная дорогостоящая операция
01.25 «СРЕДСТВО ОТ РАЗЛУКИ». (12+)
04.39 Перерыв в вещании

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.20 «РАЗВЕДЧИКИ». (12+)
06.45 08.15 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
08.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
09.45 «Круиз-контроль». (12+)
10.15 «Легенды цирка» с Эдгардом Запашным. (12+)
10.45 «Загадки века» с Сергеем Медведевым. (12+)
11.40 «Улика из прошлого». (16+)
12.30 «Не факт!» (12+)
13.15 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным». (12+)
14.05 18.30 «ЩИТ И МЕЧ». (12+)
18.15 «Задело!» с Николаем Петровым. (16+)
21.30 «Легендарные матчи». (12+)
00.35 «Без свидетелей. Павел Фитин против Шелленберга». (12+)
01.20 «ПРИКАЗ: ОГОНЬ НЕ ОТКРЫВАТЬ». (12+)
02.50 «ПРИКАЗ: ПЕРЕЙТИ ГРАНИЦУ». (12+)

5 5-Й КАНАЛ



14.15 «СЛЕД». (16+)

05.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
Детективный сериал о буднях оперов «убойного» отдела Петровского РОВД Петербурга. Пятерка – потому что оперов пять. Майор Павел Шапошников, капитаны Дмитрий Красавченко и Тимур Бубнов, старлей Антон Ветров и лейтенант Владимир Кузьмин. Пять разных характеров, которые сплотил их командир, подполковник Андрей Голованов. Человек с большим юмором и богатым прошлым. Он еще помнит, когда в Петербурге были улицы разбитых фонарей
06.05 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
09.00 Светская хроника. (16+)
10.00 «СТАРШИЙ СЛЕДОВАТЕЛЬ». (16+)
14.15 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное». (16+)
00.55 «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ-4». (16+)

ОТР ОТР

07.25 «Фигура речи». (12+)
07.50 20.20 «Вспомнить всё». (12+)
08.20 «За дело!» (12+)
09.00 16.50 «Календарь». (12+)
09.55 14.35 «Среда обитания». (12+)
10.20 «Новости Совета Федерации». (12+)
10.30 «Дом «Э». (12+)
11.00 13.00 15.00 19.00 Новости
11.05 «Александр Трифонович Твардовский». (12+)
12.05 13.05 «ЧУЧЕЛО». (0+)
15.05 «Большая страна». (12+)
16.00 «ОТражение» с Дмитрием Лысковым. (12+)
17.50 «Моя история». (12+)
18.30 19.05 «КО МНЕ, МУХТАР!» (6+)
19.55 «Очень личное» с Виктором Лошаком. (12+)
20.50 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (12+)
22.25 «ДВАДЦАТЬ ДНЕЙ БЕЗ ВОЙНЫ». (12+)
00.05 «ВОЛЧОК». (18+)
01.30 «ПЕРЕВОДЧИК». (12+)

НТВ НТВ



20.20 Ты не поверишь! (16+)

04.40 «ДВОЕ В ЧУЖОМ ДОМЕ». (16+)
06.20 «Храм Святого Саввы в Белграде». (16+)
07.20 Смотр. (0+)
08.00 10.00 16.00 Сегодня
08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)
08.50 Поедем, поедим! (0+)
09.25 Едим дома. (0+)
10.20 Главная дорога. (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 Квартирный вопрос. (0+)
13.05 Однажды... (16+)
14.00 «По следу монстра». (16+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.20 Следствие вели... (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 Ты не поверишь! (16+)
21.20 Секрет на миллион. (16+)
23.25 «Международная пилорама». (16+)
00.15 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
01.25 Дачный ответ. (0+)
02.15 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)
03.15 «ГРЯЗНАЯ РАБОТА». (16+)
05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
06.35 «ТЁРNER И ХУЧ». (12+)
08.30 «О вкусной и здоровой пище». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)
12.05 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
13.05 «СОВБЕЗ». (16+)
14.05 «Документальный спецпроект». (16+)
15.10 «Засекреченные списки». (16+)
17.15 «КОНСТАНТИН». (16+)
19.35 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ». (16+)
21.30 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ-2: ПОВТОРНЫЙ УДАР». (16+)
23.30 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ-3: ВОЗВРАЩЕНИЕ ЧУДОВИЩ». (16+)
01.30 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ-4: ЛЕГЕНДА НАЧИНАЕТСЯ». (16+)
03.05 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ-5: КРОВНОЕ РОДСТВО». (16+)
04.35 «Тайны Чапман». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К

Культура



14.30 «ДУЭЛЬ»

06.30 «Библейский сюжет»
07.05 «Мультфильмы»
07.35 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА»
08.55 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным»
09.20 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО»
12.05 Черные дыры. Белые пятна
12.45 «Земля людей»
13.15 «Страна птиц»
14.00 «Союзмультфильм-85»
14.30 «ДУЭЛЬ»
16.05 «Отцы и дети»
16.35 ХХ век
17.50 «Война Юрия Никулина». Рассказывает Андрей Миронов-Удалов
18.10 «КО МНЕ, МУХТАР!»
19.30 «Легко ли быть клоуном?» 100 лет со дня рождения Юрия Никулина
20.15 Большой мюзикл
22.00 «Агора»
23.00 Клуб «Шаболовка, 37»
00.00 «НЕ ГОРИ!»
01.30 «Страна птиц»
02.10 «Искатели»
03.00 Перерыв в вещании
06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.00 «ДОКТОР ХЭРРОУ». (16+)
12.45 «СМЕРТЬ ЕЙ К ЛИЦУ». (16+)
14.45 «БЫВШАЯ С ТОГО СВЕТА». (16+)
16.45 «ИМРАЧНЫЕ ТЕНИ». (16+)
19.00 «ВОЛКИ». (16+)
21.00 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)
Саманта Кингстон самая крутая девушка в школе. У нее классные подружки и она встречается с лучшим парнем на свете. Красивая и популярная, Саманта не очень-то задумывается о чувствах других и не стесняется смеяться над теми, кто по ее мнению, является неудачником и лузером. Возвращаясь с подружками с вечеринки в честь для Святого Валентина, девушка попадает в аварию
23.00 «ОБОРОТЕНЬ». (16+)
01.15 «ИСКУССТВО ВОЙНЫ». (16+)
03.00 «ОМЕН». (16+)
04.45 Мистические истории. (16+)

ТВ-3 ТВ-3

СТС СТС



18.25 «Рататуй». (0+)

06.00 05.50 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Котёнок по имени Гав». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.20 Премьера! «Три кота». (0+)
07.35 «Босс-молокосос. Снова в деле». (6+)
08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
10.00 «НЕБОСКРЁБ». (16+)
12.00 Русский ниндзя. (16+)
14.40 «Миньоны». (6+)
16.25 «Камуфляж и шпионаж». (6+)
18.25 «Рататуй». (0+)
20.40 «ОХОТНИК НА МОНСТРОВ». (16+)
22.40 «ПОВЕЛИТЕЛЬ СТИХИЙ». (0+)
00.40 «МЭРИ ПОППИНС ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)
02.55 «СОЛНЦЕ ТОЖЕ ЗВЕЗДА». (16+)
04.25 «6 кадров». (16+)
06.30 «6 кадров». (16+)
07.00 «ЛЮБОВЬ ПО КОНТРАКТУ». (16+)
11.10 «ЗАТМЕНИЕ». (16+)
Когда-то умница и красавица Света Гнатюк и неприметный троечник Серёжка Мамаев учились в одной школе. Он был отчаянно в неё влюблён, а она не обращала на него внимания. Прошло 20 лет. Мамаев стал владельцем крупного агрохолдинга. Светлана счастлива в браке. После случайной встречи Сергей понимает, что всю жизнь любил только Светлану. Однако, как и в юности, Светлана не отвечает на его чувства. Но в этот раз Сергей не отступит: его маниакальное стремление запустит эту женщину запускает цепочку трагических событий
18.45 Скажи, подруга. (16+)
19.00 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)
23.20 Скажи, подруга. (16+)
23.35 «ЗАТМЕНИЕ». (16+)
03.05 «ДВЕ ЖЕНЫ». (16+)

ДОМАШНИЙ



00.20 «БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)



11.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+)



08.50 «ЯМАКАСИ ИЛИ НОВЫЕ САМУРАИ». (16+)



15.35 «БЕДНАЯ МАША». (16+)



21.00 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+)



16.00 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!». (12+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «САШАТАНЯ». (16+)
 10.00 «Бузова на кухне». (16+)
10.30 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
 18.30 «Звезды в Африке». (16+)
 19.30 «Битва экстрасенсов». (16+)
 21.00 «Новые танцы». (16+)
 23.00 «Комеди Клуб». (16+)
 23.45 «ЛАВ. Лаборатория музыки Антона Беляева». (16+)
00.20 «БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)
 Что объединяет футболиста-позорника, неудавшегося музыканта и столичного мажора? Ну, конечно же, любовь - или ее отсутствие. Впрочем, торопиться не надо: большое чувство найдет всех, надо только подождать
 02.00 «Импровизация». (16+)
 03.40 «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)
 04.30 «Открытый микрофон». (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
 06.45 KVN Best. (16+)
 Программа «KVN - BEST» - это лучшие выступления самых популярных команд Клуба Веселых и Находчивых XXI века. Отличная возможность вернуться к началу творческого пути нынешних звезд ТВ
 08.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
 09.00 Улётное видео. (16+)
11.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
 Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идёт о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине
 18.00 Улётное видео. (16+)
 21.00 «+100500». (16+)
 23.00 «+100500». (18+)
 23.30 iTопчик. (16+)
 01.30 Улётное видео. (16+)

07.30 08.45 19.05 22.00
 Новости
 07.35 16.00 19.10 00.35 Все на Матч!
08.50 «ЯМАКАСИ ИЛИ НОВЫЕ САМУРАИ». (16+)
 10.40 12.25 13.10 Лыжные гонки. Прямая трансляция
 15.00 16.40 Биатлон. Кубок мира. Прямая трансляция из Франции
 18.00 Плавание. Чемпионат мира (бассейн 25 м). Прямая трансляция из ОАЭ
 19.55 Футбол. «Болонья» - «Ювентус». Прямая трансляция
 22.05 Хоккей. «Миннесота Уайлд» - «Флорида Пантерз». НХЛ. Прямая трансляция
 01.30 Лыжные гонки. Марафонская серия Ski Classics. Трансляция из Швеции. (0+)
 03.10 Биатлон. Кубок мира. (0+)

07.25 «Райские птицы». (6+)
 08.25 «Слово». (12+)
 08.45 «Нетрудный подросток». (12+)
 09.05 «Не по-детски». (6+)
 09.20 «Азбука петербуржца». (6+)
 09.25 «Зона особого внимания». (16+)
 10.00 «Пulsь города». (12+)
 11.00 13.00 15.00 18.30 Новости. (16+)
 11.10 «Имя России». (6+)
 11.30 «Культурная эволюция». (16+)
 12.35 21.05 Малые родины. (6+)
 13.15 «Время суток». (16+)
13.45 15.15 «Я ТЕБЯ НЕ НАВИЖУ». (16+)
15.35 «БЕДНАЯ МАША». (16+)
 18.50 «В ритме Петербурга». (12+)
 20.00 «Итоги недели». (16+)
 20.55 «Другая команда». (6+)
 21.25 «Театральная гостиная». (16+)
23.40 «ДВАДЦАТЬ ДНЕЙ БЕЗ ВОЙНЫ». (12+)
01.45 «СТАРЫЕ ВОРЧУНЫ». (12+)

07.10 Мультфильмов. (6+)
 07.20 «Ветеринары». (12+)
07.50 «МИА И БЕЛЫЙ ЛЕВ». (6+)
 09.30 «Еuroгахх». (16+)
10.00 04.30 «ТРЕВОГИ ПЕРВЫХ ПТИЦ». (12+)
 11.30 «Обед из Ладожского судака». (12+)
 12.00 «Острова Петербурга». (12+)
12.40 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ РЕМИ». (6+)
14.30 «С ЛЮБИМЫМИ НЕ РАССТАЮТСЯ». (12+)
17.45 «ПОЕЗДКА В ВИСБАДЕН». (12+)
 19.10 «Зазеркалье». (12+)
20.10 «ЯРМАРКА ТЩЕСЛАВИЯ». (16+)
21.00 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+)
22.45 «УДАЧА НАПРОКАТ». (12+)
00.20 «ГДЕ-ТО ТАМ». (18+)
02.00 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)
 03.35 «Зубр. Возвращение в дикую природу». (12+)

06.00 «Эликсир молодости». (12+)
 06.55 «Открытая студия. Неделя». (12+)
 08.30 «Зверопитер». (12+)
 09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
 10.00 12.00 17.30 «Известия 78». (12+)
 12.15 «Хороший день». (12+)
 13.15 «Большой Хоха». (12+)
 13.45 «Автограф». (12+)
 14.15 19.05 «Легенды советского сыска». (12+)
 15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 17.40 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)
 20.30 «Другой Петербург». (16+)
 21.00 «Происшествия». (16+)
22.00 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)
 03.00 «Легенды советского сыска». (12+)
 04.15 «Сделано в СССР». (12+)
 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 13 ПО 19 ДЕКАБРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
 Неделя удачна для поездок и переездов. Чтобы она принесла удачу, будьте расторопнее. Промедление может быть фатально и в профессиональной, и в любовной сферах. Не стесняйтесь говорить о чувствах. Не только любимому, но и другим близким людям.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
 Львам стоит обращать внимание даже на незначительные мелочи в любой сфере жизни. Возможен совершенно непредвиденный поворот событий. А это не всегда плохо. Велик шанс соскочить с привычного круга и кардинально поменять жизнь к лучшему.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
 Стрельцы легко будут решать финансовые и юридические вопросы, а вот в личной жизни станут пасовать перед малейшими трудностями. Вы интересны и харизматичны. Немного веры в себя, и все пойдет так, как вы мечтали. Не забывайте уделять внимание родным.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
 Водолеям стоит быть готовыми работать, и много - только так можно рассчитывать на карьерный рост. Сюрпризами и новыми встречами будут полны поездки и путешествия. Выходные неплохо посвятить наведению порядка в собственных мыслях, делах и в доме.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
 В жизнь Тельцов грядущая неделя может принести ненужную суету. Чтобы разрешить ситуацию лучшим образом, будьте собранны и уверены в себе. Заранее стоит планировать даже свидания и встречи с родственниками, чтобы те не сорвались в последний момент.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
 Для Дев наступает не самое удачное время для новых начинаний, зато кропотливый труд принесет преотличные результаты. Даже если это очень сложно, прислушайтесь к мнению любимого человека, это поможет сохранить теплоту и гармонию отношений.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
 Близнецам звезды советуют не переоценивать свои силы и не браться сразу за несколько дел. Так нервные и физические нагрузки не смогут ударить по вашему самочувствию. Будьте доброжелательны с дорогими вам людьми. Они не виноваты в ваших сложностях.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
 Весам необходимо избегать резкости и жесткости в общении с коллегами, иначе есть риск нажить проблемы. Неделя, в целом, больше подходит для раздумий и уединения. Если вы чувствуете в этом потребность, объясните свое поведение близким людям. Они поймут.

РАК (22.06 – 22.07)
 Звезды рекомендуют Ракам придерживаться в работе традиционного подхода и проверенных методов. А вот в сфере романтики, напротив, совсем не помешает креатив. Предновогодние хлопоты и покупка подарков наполнят душу теплотой и ожиданием чуда.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
 Скорпионы могут получить важную и интересную информацию, которую в будущем можно выгодно использовать. Но помните, что чрезмерное любопытство наказуемо. Да и сплетни до добра не доводят. Занимайтесь собственной жизнью, и все будет в порядке.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
 Козерогам звезды советуют остерегаться рискованных и необдуманных поступков. Неделя впереди серьезная и ответственная. Если сумеете выстроить пирамидку приоритетов верно, то и в любви, и в профессиональной сфере все сложится прекрасно.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
 Неделя не слишком подходит для активного общения у Рыб. Контролируйте эмоции и чувства, чтобы они не помешали ясности рассудка. Любимый человек будет готов поддержать вас во всех трудностях. А вот близким, наоборот, потребует ваша помощь.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Течет, бежит, журчит и с него начинается речка.
 2. Человек с ружьем, точно знающий, сколько дичи на охраняемых им угодьях.
 3. Это единственная форма, которую избрал для своих стихов Омар Хайям.
 4. Античный герой, в честь которого названо пяточное сухожилие.
 5. Что оставляют после себя несознательные любители семечек?
 6. Итальянский драматург XVIII века.
 7. В этом нашумевшем советском фильме 1979 года Нина Русланова сыграла легкомысленную Катюку Аэропорт.
 8. Первая опера Сергея Рахманинова, написанная по поэме Пушкина.
 9. Коллектив, в котором рыба ищет спасения.
 10. «Дремлющая» до поры до времени в чреве корабля железняка.

Ответы: 1. Ручей. 2. Егерь. 3. Рыбак. 4. Ахилл. 5. Лягуга. 6. Голцун. 7. «Цыган». 8. «Алеко». 9. Косяк. 10. Якорь.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 13 ПО 19 ДЕКАБРЯ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО
<p>08.05 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)</p> <p>09.30 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)</p> <p>11.05 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)</p> <p>12.35 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (12+)</p> <p>15.30 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)</p> <p>17.05 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬБЕВ». (12+)</p> <p>20.00 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)</p> <p>21.30 «ПЕС САРЬОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)</p> <p>21.40 «САМОГОЩИКИ». (12+)</p> <p>22.00 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)</p> <p>23.45 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА». (12+)</p>	<p>05.40 «ОТСТУПНИКИ». (16+)</p> <p>08.25 «ДНЕВНИК ПАМЯТИ». (16+)</p> <p>10.40 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)</p> <p>12.35 «МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА». (12+)</p> <p>14.30 «МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-2». (12+)</p> <p>16.45 «МИССИЯ: НЕВЫПОЛНИМА-3». (16+)</p> <p>19.00 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПРОТОКОЛ ФАНТОМ». (12+)</p> <p>США, Россия, Индия, Канада, ОАЭ, 2011 г. В ролях: Том Круз, Пола Паттон</p> <p>21.15 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПЛЕМЯ ИЗГОВ». (16+)</p> <p>23.40 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПОСЛЕДСТВИЯ». (16+)</p> <p>02.10 «ОТСТУПНИКИ». (16+)</p>	<p>05.10 «ЖИЗНЬ ВПЕРЕДИ». (16+)</p> <p>06.40 «ПРОВОДНИК». (16+)</p> <p>08.15 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)</p> <p>10.00, 15.05 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)</p> <p>11.35 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)</p> <p>13.25 «ВОЙНА ПОЛОВ». (16+)</p> <p>16.40 «ПЯТНИЦА». (16+)</p> <p>18.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)</p> <p>20.00 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)</p> <p>21.40 «ЛОВИ МОМЕНТ!». (16+)</p> <p>23.00 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ». (16+)</p> <p>00.40 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)</p> <p>02.05 «СТОРОЖ». (16+)</p> <p>03.45 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)</p>	<p>06.35 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)</p> <p>08.10 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)</p> <p>09.35 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)</p> <p>11.00 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)</p> <p>12.35 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)</p> <p>14.10 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)</p> <p>15.30 «СВАТЫ». (16+)</p> <p>Сериал. Россия, 2008 г. В ролях: Людмила Артемьева, Анатолий Васильев, Федор Добронравов, Ульяна Иващенко, Денис Роднянский</p> <p>01.00 «СТАРЫЕ ПЕСНИ О ГЛАВНОМ-2». (12+)</p> <p>02.45 «СТИЛЯГИ». (16+)</p>

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
<p>03.15 «УЧИТЕЛЬ АНГЛИСКОГО». (16+)</p> <p>04.40 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЬ». (16+)</p> <p>06.00 «ХАТИКО: САМАЯ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (12+)</p> <p>07.25 «ПЛОХАЯ МАМОЧКА». (16+)</p> <p>08.55 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)</p> <p>10.20 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)</p> <p>12.00 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)</p> <p>13.50 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА». (16+)</p> <p>15.15 «ЛОЖЬ ВО СПАСЕНИЕ». (16+)</p> <p>16.55 «ЭСКАДРИЛЬЯ «ЛАФАЙЕТ». (16+)</p> <p>19.00 «ЦИМБЕЛИН». (16+)</p> <p>20.30 «МОЙ ЕДИНСТВЕННЫЙ». (16+)</p> <p>22.20 «ОНА». (16+)</p>	<p>06.40 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)</p> <p>08.15 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЕРНЫЙ ОБРЯД». (16+)</p> <p>09.55 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (12+)</p> <p>11.50 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)</p> <p>13.25 «КОРПОРАТИВ». (16+)</p> <p>15.00 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)</p> <p>16.50 «ДОМОВОЙ». (6+)</p> <p>18.45 «НЯНЬКИ». (16+)</p> <p>20.30 «ПРЕДОК». (16+)</p> <p>22.00 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)</p> <p>Комедия, приключения, Россия, 2015 г.</p> <p>23.45 «ПРО ЖЕНУ, Мечту И ЕЩЕ ОДНУ...» (12+)</p> <p>01.15 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (18+)</p> <p>02.40 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)</p> <p>04.15 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)</p> <p>05.35 «ПОРТ». (16+)</p>	<p>01.35 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)</p> <p>03.55 «ПОЦЕЛУЙ НА УДАЧУ». (16+)</p> <p>05.45 «БЕЗУМНЫЕ СОСЕДИ». (16+)</p> <p>07.25 «ИЛЛЮЗИИ ОБМАНА». (16+)</p> <p>09.30 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+)</p> <p>11.10 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)</p> <p>13.00 «ШЕРЛОК ХОЛМС». (12+)</p> <p>15.20 «ШЕРЛОК ХОЛМС: ИГРА ТЕНЕЙ». (12+)</p> <p>17.40 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)</p> <p>19.30 «ТВОИ, МОИ И НАШИ». (6+)</p> <p>21.05 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИАРДЕРА». (18+)</p> <p>22.50 «ПОЦЕЛУЙ НА УДАЧУ». (16+)</p>	<p>01.00 «НЕБЕСА ОБЕТОВАНЫ». (16+)</p> <p>03.45 «ГОСПОДИН ООРОМИТЕЛЬ». (16+)</p> <p>05.40 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)</p> <p>07.35 «ХОТИТЕ - ЛЮБИТЕ, ХОТИТЕ - НЕТ». (6+)</p> <p>08.55 «СЛАДКАЯ ЖЕНЩИНА». (6+)</p> <p>10.45 «ЕЩЕ ЛЮБЛЮ, ЕЩЕ НАДЕЮСЬ». (12+)</p> <p>12.20 «ГРУЗ БЕЗ МАРКИРОВКИ». (12+)</p> <p>14.05 «КОМЕДИЯ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)</p> <p>15.35 «ТРИ ТОЛСТЯКА». (6+)</p> <p>17.20 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ». (12+)</p> <p>19.00 «ЭТОТ БЕЗУМНЫЙ, БЕЗУМНЫЙ, БЕЗУМНЫЙ МИР». (6+)</p> <p>21.55 «КЛЮЧ ОТ СПАЛЬНИ». (12+)</p>

СУББОТА!	СУББОТА!	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
<p>05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)</p> <p>06.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)</p> <p>11.50, 12.55 Моя жена рулит. (16+)</p> <p>14.05, 15.00, 15.55, 16.50, 17.40, 18.35, 19.30, 20.25, 21.20 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)</p> <p>22.15, 23.05, 00.00, 00.55, 01.50 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)</p> <p>02.30, 02.55, 03.15, 03.40, 04.00, 04.20 Оденься к свадьбе. (16+)</p> <p>04.45 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)</p>	<p>08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)</p> <p>Сериал. Мелодрама, Россия, 2019 г. В ролях: Елена Арьсеева, Игорь Теплов</p> <p>12.00, 20.00, 04.00 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)</p> <p>13.00, 21.00 «ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ». (16+)</p> <p>14.00, 22.00, 06.00 «НАВИГАТОР». (16+)</p> <p>15.00, 23.00, 07.00 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)</p> <p>00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЛАБИРИНТ ИЛЛЮЗИЙ». (16+)</p> <p>05.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ». (16+)</p>	<p>06.00 «КУХНЯ». (12+)</p> <p>Макс придилоно даёт обещание больше не врать. Шеф, по совету Елены, садится на диету.</p> <p>10.00 Сутки на декор. (16+)</p> <p>Шоу о декорировании пространства с учетом ограничения во времени и бюджете. В каждом выпуске декораторы занимаются оформлением жилого помещения героев, которые по какой-либо причине не могут сделать это сами.</p> <p>11.05 «КУХНЯ». (12+)</p> <p>00.10 Сердца за любовь. (16+)</p>	<p>10.00, 18.00, 02.00 «ПОСТАНОВКА». (16+)</p> <p>10.50, 18.50, 02.50 «ПРЕКРАСНОЕ ЧУДОВИЩЕ». (12+)</p> <p>Мелодрама, США, 2013 г.</p> <p>12.35, 20.35, 04.35 «БАМБУ» (субтитры). (16+)</p> <p>Комедия, Франция, 2009 г.</p> <p>14.15, 22.15, 06.15 «ВЫСОТКА». (18+)</p> <p>Драма, фантастика, Великобритания, Ирландия, 2015 г.</p> <p>16.15, 00.15, 08.15 «СЛАВНЫЕ УБЛЮДКИ». (18+)</p> <p>Драма, мелодрама, Франция, Германия, 2013 г.</p>	<p>10.00, 18.00, 02.00 «ПОСТАНОВКА». (16+)</p> <p>10.50, 18.50, 02.50 «ПРЕКРАСНОЕ ЧУДОВИЩЕ». (12+)</p> <p>Мелодрама, США, 2013 г.</p> <p>12.35, 20.35, 04.35 «БАМБУ» (субтитры). (16+)</p> <p>Комедия, Франция, 2009 г.</p> <p>14.15, 22.15, 06.15 «ВЫСОТКА». (18+)</p> <p>Драма, фантастика, Великобритания, Ирландия, 2015 г.</p> <p>16.15, 00.15, 08.15 «СЛАВНЫЕ УБЛЮДКИ». (18+)</p> <p>Драма, мелодрама, Франция, Германия, 2013 г.</p>	<p>10.00, 18.00, 02.00 «ПОСТАНОВКА». (16+)</p> <p>10.50, 18.50, 02.50 «ПРЕКРАСНОЕ ЧУДОВИЩЕ». (12+)</p> <p>Мелодрама, США, 2013 г.</p> <p>12.35, 20.35, 04.35 «БАМБУ» (субтитры). (16+)</p> <p>Комедия, Франция, 2009 г.</p> <p>14.15, 22.15, 06.15 «ВЫСОТКА». (18+)</p> <p>Драма, фантастика, Великобритания, Ирландия, 2015 г.</p> <p>16.15, 00.15, 08.15 «СЛАВНЫЕ УБЛЮДКИ». (18+)</p> <p>Драма, мелодрама, Франция, Германия, 2013 г.</p>

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР	ПОБЕДА	ПЯТНИЦА	Ю
<p>05.00 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (12+)</p> <p>06.00 Все, как у людей. (6+)</p> <p>06.15 Мультфильмы. (0+)</p> <p>06.30 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (12+)</p> <p>08.10 Наше кино. Неувядающие. (12+)</p> <p>08.40 Исторический детектив с Николаем Валуйевым. (12+)</p> <p>09.05 Слабое звено. (12+)</p> <p>10.00, 16.00, 19.00, 03.00 Новости</p> <p>10.10 «МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА». (6+)</p> <p>11.40 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (6+)</p> <p>14.10 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (0+)</p> <p>16.15 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)</p> <p>19.15 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (0+)</p> <p>00.20 «ОХРАННИК ДЛЯ ДОЧЕРИ». (16+)</p> <p>02.10 Брежнев: генсек и человек. (12+)</p> <p>02.50, 03.35 Мир. Спорт. (12+)</p> <p>03.15 5 причин остаться дома. (12+)</p> <p>03.25 Старт-ап по-евразийски. (12+)</p> <p>03.40 В гостях у цифры. (12+)</p>	<p>06.00 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)</p> <p>07.20 «ТАНКИ». (16+)</p> <p>08.50 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)</p> <p>10.20 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)</p> <p>13.50 «ШТРАФНИК». (18+)</p> <p>1946 год. Капитан Советской армии Игнат Белов едет с фронта домой. Ему становится известно, что в поезде готовится ограбление дипломатов, которые возвращают на родину вывезенные фашистами драгоценности. Белов пытается воспрепятствовать преступникам. Однако несогласованная инициатива оборачивается для него арестом. На помощь капитану приходит боевой товарищ - начальник УГРО Тимошенко. Он предлагает сделку: Игнат введется в опасную банду Горелого, которая стоит за ограблением поезда, и поможет ее ликвидировать. Взамен он будет реабилитирован и сможет вернуться к нормальной жизни.</p> <p>01.00 «ПЕРЕГОН». (16+)</p> <p>03.20 «ПЕРЕВОДЧИК». (16+)</p>	<p>05.00 Орел и Решка. По морям. Батуми. Грузия. (16+)</p> <p>05.40 Орел и Решка. Россия-2. Алтай (субтитры). (16+)</p> <p>06.20 Орел и Решка. Россия-2. Астрахань-2 (субтитры). (16+)</p> <p>07.30 Орел и Решка. Ивлеева vs Бедняков. Малайзия (субтитры). (16+)</p> <p>09.00 Орел и Решка. Земляне. Черногорцы. (16+)</p> <p>10.00, 11.10 Мир наизнанку. Пакистан (субтитры). (16+)</p> <p>12.30 Орел и Решка. Земляне. Сицилийцы. (16+)</p> <p>13.40 Орел и Решка. Чудеса света-5. Венеция. (16+)</p> <p>14.40, 15.30, 16.30 Мир наизнанку. Африка. (16+)</p> <p>17.30, 18.10, 19.00 Мир наизнанку. Индонезия. (16+)</p> <p>20.00, 20.50 Мир наизнанку. Индия. (16+)</p> <p>22.00 «ВНЕ СЕБЯ». (16+)</p> <p>01.00 «КРУТЫЕ МЕРЫ». (18+)</p> <p>01.50, 02.40 На ножах. Отели. (16+)</p> <p>03.20 Пятница News. (16+)</p> <p>03.50 Орел и Решка. Россия-2. Челябинск (субтитры). (16+)</p> <p>04.40 Пятница News. (16+)</p>	<p>05.05 Папа попал. (12+)</p> <p>09.30 Беременная в 16. (16+)</p> <p>12.35 Ветеринар. (16+)</p> <p>Как помочь пациенту, если он не может сказать, что у него болит? Как успокоить напуганного состоянием питомца хозяина? Что делать, если заболевает четвероногий член семьи? Ответы на эти вопросы знает ветеринарный врач Кирилл Сачков! Где бы ни пришлось вести приём: в клинике, на ферме, в зоопарке или питомнике, опытный ветеринар поставит диагноз, определит причину болезни и не допустит её повторения в будущем.</p> <p>14.30 Шопоголики. (16+)</p> <p>Новое шоу о моде, в котором участницы соревнуются за звание самого стильного шопоголика!</p> <p>15.30 Чадо из ада. (12+)</p> <p>17.00 Беременная в 16. (16+)</p> <p>22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)</p> <p>01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)</p> <p>03.30 Папа попал. (12+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
<p>00.00 Час истины. (12+)</p> <p>01.10 Рождённые в СССР... (6+)</p> <p>01.50 Обыкновенная история. (6+)</p> <p>02.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)</p> <p>02.55 Историограф. (12+)</p> <p>03.45 Семь дней истории. (12+)</p> <p>04.00 Историограф. (12+)</p> <p>05.00 Историограф. (12+)</p> <p>05.45 Обыкновенная история. (6+)</p> <p>06.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)</p> <p>06.55 Семь дней истории. (12+)</p> <p>07.10 История одной фотографии. (6+)</p> <p>07.25 Жил-был Дом. (12+)</p> <p>08.00, 08.45 Битва коалиций. Вторая мировая война. (12+)</p> <p>09.35 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)</p> <p>09.55 Кровь кланов. (16+)</p> <p>10.55 Несломленный нарком. (12+)</p> <p>12.00, 12.15, 12.40, 13.05, 13.30 Россия научная. Великие имена. (12+)</p> <p>13.55 Временный комитет у руля революции. (12+)</p> <p>14.25 История одной фотографии. (6+)</p> <p>14.45 Подземная Италия. (12+)</p> <p>15.55 «28 ПАНИФИЛОВЦЕВ». (12+)</p> <p>18.00, 19.00 «ГРИГОРИЙ Р». (12+)</p> <p>20.00, 21.05 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)</p> <p>Сериал. Биография, драма, история, Италия, Великобритания, 2018 г.</p> <p>22.15 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)</p> <p>Военная драма, СССР, 1948 г.</p>	<p>06.20 Невероятные изобретения. (12+)</p> <p>06.45 Расшифрованные сокровища. (12+)</p> <p>07.30 Расшифровка тайн. (12+)</p> <p>08.15 Древние конструкторы: Тайны пирамид. (12+)</p> <p>09.10 Древние конструкторы: Возведение супер-замка. (12+)</p> <p>10.00 Древние конструкторы: Тайны Каменного века. (12+)</p> <p>10.55 Древние конструкторы: Таж-Махал и Золотой век ислама. (12+)</p> <p>11.50 Тайна фestsкого кода. (12+)</p> <p>12.50 Древние суперстроения: Мон-Сен-Мишель. (12+)</p> <p>13.45 Древние суперстроения: Петра. (12+)</p> <p>14.40 Древние суперстроения: Великая китайская стена. (12+)</p> <p>15.35 Загадка троянского коня. (12+)</p> <p>16.30 Титаник истории из глубины. (12+)</p> <p>17.15 Покинутые места. (12+)</p> <p>18.15, 19.10 Древние конструкторы. (12+)</p> <p>20.05 Тайна фestsкого кода. (12+)</p> <p>21.00 Загадка троянского коня. (12+)</p> <p>21.55 Титаник истории из глубины. (12+)</p> <p>22.45 Покинутые места. (12+)</p> <p>23.40, 00.35 Древний апокалипсис. (16+)</p> <p>01.30, 02.20 Древние конструкторы. (12+)</p> <p>03.10, 04.05 Истоки Испании. (16+)</p> <p>04.55 Музейные тайны. (16+)</p> <p>05.35 Невероятные изобретения. (12+)</p>	<p>06.00, 06.20, 06.40 Научные глупости. (16+)</p> <p>07.05, 07.30 Фабрика еды. (16+)</p> <p>07.55 Осушить океан. (16+)</p> <p>08.50 Activate: глобальное гражданское движение. (16+)</p> <p>09.45 Антарктика. (16+)</p> <p>10.40 Национальные парки Америки: Грейт-Смоки-Маунтинс. (16+)</p> <p>11.35 Национальные парки Америки: Арктические врата. (16+)</p> <p>12.25 Неисследованные глубины. (16+)</p> <p>13.15, 14.10, 14.55, 15.50 Расследования авиакатастроф. (16+)</p> <p>16.40, 17.05, 17.30, 17.55, 18.25, 18.50, 19.15, 19.45 История десятилетий. (16+)</p> <p>20.10 Злоключения за границей: Вино. (16+)</p> <p>21.00 Злоключения за границей: Мамин багаж. (16+)</p> <p>21.50 Злоключения за границей: Предательство в Бангкоке. (16+)</p> <p>22.45 Осушить океан. (16+)</p> <p>23.40 Осушить океаны: Побег с Альтаирса. (16+)</p> <p>00.30 Осушить океан: злодеи преступного мира. (16+)</p> <p>01.20, 02.05 Настоящий гений со Стивеном Хокингом. (16+)</p> <p>02.50, 03.35 Авто-SOS. (16+)</p> <p>04.20 Экстремальный экспресс. (16+)</p> <p>05.05, 05.35 Код опасности. (16+)</p>

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
<p>06.00, 10.00, 14.00, 18.05, 22.15, 02.25 Дело в отделе. (12+)</p> <p>06.30, 10.30, 14.30, 18.35, 22.45, 02.55 Мультиварка. (12+)</p> <p>06.45, 10.45, 14.50, 18.50, 23.00, 03.10 Да здравствует мыло душистое! (12+)</p> <p>07.00, 11.05, 15.05, 19.10, 23.15, 03.25 Хозяин. (12+)</p> <p>07.30, 15.35, 19.40, 23.45, 03.50 Прогулка по саду. (12+)</p> <p>08.00, 12.05, 20.15, 00.20, 04.20 Чай вдвоем. (12+)</p> <p>08.15, 12.25, 16.25, 20.35, 00.35, 04.35 Закуски. (12+)</p> <p>08.35, 12.40, 16.40, 20.50, 00.55, 04.45 Самогон. (16+)</p> <p>08.50, 12.55, 16.55, 21.05, 01.10, 05.00 Стройплощадка. (12+)</p> <p>09.25, 13.30, 21.40, 01.40, 05.30 Народные умельцы. (12+)</p> <p>11.35, 17.30, 17.45 Огород круглый год. (12+)</p> <p>16.10 Нетипичный огород. (12+)</p> <p>Вырастить арбуз зимой в домашних условиях не просто возможно, а легко! Как подгадать с арбузом к определенному празднику? Все ли арбузы подходят для зимнего выращивания? Какой уход и условия им нужны? В этой программе вместе с огородником Анной Акининой посеи и вырасти рассадку арбуза.</p> <p>02.10 Варенье. (12+)</p>	<p>06.00, 07.00, 08.35, 09.25, 10.15, 11.20, 12.25, 13.20, 14.25, 15.15, 16.20, 17.25, 18.15, 19.25, 20.30, 21.20, 22.30, 23.20, 00.25, 01.15, 02.15, 03.20, 04.20, 05.20 Оружейные дома мира. (16+)</p> <p>06.30, 07.45, 10.00, 10.50, 11.55, 13.50, 14.55, 15.45, 16.55, 18.50, 20.00, 21.05, 21.55, 23.55, 01.00, 01.45, 02.50, 03.50, 04.50, 05.45 Самогон. (16+)</p> <p>06.45, 07.35, 09.10, 11.05, 12.10, 13.00, 14.10, 16.00, 17.10, 18.00, 19.10, 20.15, 22.10, 23.00, 00.10, 02.00, 03.05, 04.05, 05.05 Кухня с Сергеем Марковичем. (12+)</p> <p>08.00 На рыбалку с охотой. (12+)</p> <p>По разным оценкам, в России увлекаются охотой около 3 миллионов человек, а рыбалкой - более 25 миллионов. Темы, волнующие зрителя канала «Охота и рыбалка», можно перечислять бесконечно: нормативные документы, открытия и закрытия сезонов, новинки рынка, рейды против браконьерства, вести с водоемов и охотхозяйств, соревнования по рыболовному спорту, анонсы и репортажи о выставках, фестивалях и мастер-классах... Об этом и многом другом охотники и рыболовы узнают из еженедельной новостной программы «На рыбалку с охотой».</p>	<p>00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)</p> <p>00.30, 13.30, 19.30 3D фитнес. (12+)</p> <p>01.00, 14.00, 20.00 Первокласный фитнес. (6+)</p> <p>01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)</p> <p>02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)</p> <p>03.00, 16.00 Street Fight. (12+)</p> <p>03.30, 17.00 Фитнес-мама. (16+)</p> <p>04.00, 07.00, 10.00 YogaУтро. (6+)</p> <p>04.30, 07.30, 10.30 Утренний заряд с Димой Брагинным. (12+)</p> <p>Для того чтобы день был бодрым и продуктивным, вполне достаточно начать его с зарядки с тренером международного класса Димой Брагинным.</p> <p>04.45, 07.45, 10.45 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)</p> <p>05.00, 08.00, 11.00 Йога. Женские практики. (12+)</p> <p>05.30, 08.30, 11.30 Дыши и худей с Мариной Корпан. (12+)</p> <p>05.45, 08.45, 11.45 Фитнес с резинками. (12+)</p> <p>06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)</p> <p>06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина </p>

7 ПЕРВЫЙ



22.00 «Что? Где? Когда?»
Зимняя серия игр. (16+)

- 04.45 06.10 «СЕМЕЙНЫЙ ДОМ». (16+)
- 06.00 Новости
- 06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 07.40 Часовой. (12+)
- 08.10 Здоровье. (16+)
- 09.20 «Непутевые заметки». (12+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.20 Жизнь других. (12+)
- 11.20 Видели видео? (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.20 Видели видео? (6+)
- 14.05 Премьера. «60 лучших». (16+)
- 15.30 Кубок Первого канала по хоккею-2021. Сборная России - сборная Финляндии. Прямой эфир
- 17.50 Премьера. Столетие Юрия Никулина в цирке на Цветном. (0+)
- 19.40 «Лучше всех!» (0+)
- 21.00 Время
- 22.00 «Что? Где? Когда?» Зимняя серия игр. (16+)
- 23.10 Премьера. «Короли». (16+)
- 00.15 «Тур де Франс». (18+)
- 02.05 Наедине со всеми. (16+)

ТВЦ ТВЦ

- 05.40 «ВМЕСТЕ С ВЕРОЙ». (12+)
- 07.30 «НЕ НАДО ПЕЧАЛИТЬСЯ». (12+)
- 09.30 Выходные на колесах. (6+)
- 10.00 «Знак качества». (16+)
- 10.55 «Страна чудес». (6+)
- 11.30 00.20 События
- 11.45 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (0+)
- 13.50 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.05 «Прощание». (16+)
- 15.55 Хроники московского быта. (12+)
- 16.50 «Марина Ладынина. В плену измен». (16+)
- 17.40 «КАК ИЗВЕСТИ ЛЮБОВНИЦУ ЗА СЕМЬ ДНЕЙ». (12+)
- 21.35 00.35 «АДВОКАТ АРДАШЕВЪ: КРОВЬ НА ПАЛУБЕ». (12+)
- 01.25 Петровка, 38. (16+)
- 01.35 «ВЕРНИСЬ В СОРРЕНТО». (12+)
- 04.30 «Документальный фильм». (12+)
- 04.55 Юмористический концерт. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



09.25 Утренняя почта
с Николаем Басковым

- 05.10 «ЭТА ЖЕНЩИНА КО МНЕ». (12+)
- 07.15 Устами младенца
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 Большая переделка
- 12.30 Парад юмора. (16+)
- 14.30 «СЧАСТЬЕ МОЖНО ДАРИТЬ». (12+)
- 18.40 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица»
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 23.30 «Опасный вирус. Второй год». (12+)
- 00.20 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.40 «КЛИНЧ». (16+)
- 03.10 «ЭТА ЖЕНЩИНА КО МНЕ». (12+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 04.45 «ИГРА БЕЗ ПРАВИЛ». (12+)
- 06.20 23.45 «КОДОВОЕ НАЗВАНИЕ «ЮЖНЫЙ ГРОМ». (12+)
- 09.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым. (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка». (12+)
- 10.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндякиным. (16+)
- 11.30 «Секретные материалы». (16+)
- 12.25 «Код доступа». (12+)
- 13.15 «Война миров». (16+)
- 14.05 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
- 19.20 «Часовые памяти. Орёл». (16+)
- 20.20 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 02.10 «РАЗВЕДЧИКИ». (12+)
- 03.30 «Сделано в СССР». (12+)
- 03.45 «СМЕРШ: ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ». (16+)

5 5-Й КАНАЛ



03.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

- 05.00 «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ-4». (16+)
- 05.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-2». (16+)
- 08.15 «ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА». (16+)
- Капитан отдела внедрения МВД Сергей Кутепов возвращается домой после выполнения опасного задания. Вернувшись, он узнает, что его жена Марина изменяет ему. И это - не единственная проблема, которая свалилась на героя. При попытке внедрения в банду наркоторговца Кесаря погибает друг капитана, офицер отдела внедрения Тихонов. Начальство Кутепова подозревает, что Тихонова выдал банде кто-то из своих
- 10.15 «КРИМИНАЛЬНОЕ НАСЛЕДСТВО». (16+)
- 14.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 00.10 «КРИМИНАЛЬНОЕ НАСЛЕДСТВО». (16+)
- 03.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 04.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-2». (16+)

ОТР ОТР

- 07.50 «Активная среда». (12+)
- 08.20 «От прав к возможностям». (12+)
- 08.30 «Гамбургский счёт». (12+)
- 09.00 16.50 «Календарь». (12+)
- 09.55 14.35 «Среда обитания». (12+)
- 10.20 «Вспомнить всё». (12+)
- 10.50 11.05 13.05 «ПЕРЕВОДЧИК». (12+)
- 11.00 13.00 15.00 Новости
- 15.05 «Большая страна». (12+)
- 16.00 «Человеческий разум». (12+)
- 18.00 «Путешествие в классику. Великие композиторы». (12+)
- 19.00 01.10 «ОТражение недели». (12+)
- 19.55 «Очень личное». (12+)
- 20.20 «АННА КАРЕНИНА». (16+)
- 22.10 «АНДРЕЙ РУБЛЁВ». (12+)
- 02.05 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (12+)
- 04.00 «СЁСТРЫ МАГДАЛИНЫ». (16+)

НТВ НТВ



13.00 Наш ПотребНадзор. (16+)

- 04.45 «ПРАВИЛА МЕХАНИКА ЗАМКОВ». (16+)
- 06.35 Центральное телевидение. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.20 У нас выигрывают! (12+)
- 10.00 16.00 Сегодня
- 10.20 Первая передача. (16+)
- 11.00 Чудо техники. (12+)
- 12.00 Дачный ответ. (0+)
- 13.00 Наш ПотребНадзор. (16+)
- 14.00 Фактор страха. (12+)
- 15.00 Своя игра. (0+)
- 16.20 Следствие вели... (16+)
- 18.00 Новые русские сенсации. (16+)
- 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
- 20.10 Суперстар! Возвращение. (16+)
- В седьмом выпуске музыкального шоу НТВ «Суперстар!» определяются имена четверых финалистов второго сезона
- 22.45 Звезды сошлись. (16+)
- 00.25 Основано на реальных событиях. (16+)
- 03.10 Их нравы. (0+)
- 03.30 «ГРЯЗНАЯ РАБОТА». (16+)

РЕН РЕН

- 05.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 07.30 «КОРРУПЦИОНЕР». (16+)
- 09.45 «ФАНТАСТИЧЕСКАЯ ЧЕТВЕРКА». (12+)
- 11.50 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)
- 14.20 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВДАЛИ ОТ ДОМА». (16+)
- 16.50 «СУРРОГАТЫ». (16+)
- 18.30 «НА КРЮЧКЕ». (16+)
- 20.55 «ЗАКОНОПОСЛУШНЫЙ ГРАЖДАНИН». (16+)
- Клайд Шелтон теряет жену и дочь в результате нападения бандитов. Преступников ловят, но один из них заключает сделку с прокурором и выходит на свободу всего лишь через три года...
- 23.00 «Добров в эфире». (16+)
- 23.55 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 01.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 04.20 «Территория заблуждений». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К

Культура



20.10 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО»

- 06.30 «Мультфильмы»
- 08.15 «КО МНЕ, МУХТАР!»
- 09.35 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным»
- 10.05 «НЕ ГОРЮЙ!»
- 11.35 Письма из провинции
- 12.05 «Свой Петербург»
- 12.50 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 13.15 «Игра в бисер»
- 14.00 «Союзмультфильм-85»
- 14.30 «МОЯ СЕСТРА ЭЙЛИН»
- 16.30 «Картина мира»
- 17.10 «Пешком. Про войну и мир»
- 17.35 «Здоровая диета для здорового мозга»
- 18.30 «Романтика ромansa»
- 19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
- 20.10 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО»
- 22.50 В честь Джерома Роббинса. Вечер в Парижской национальной опере
- 00.25 «Кинескоп» с Петром Шепотинником
- 01.05 «ПЯТЬ ЛЕГКИХ ПЬЕС». (18+)

ТВ-3 ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 Новый день. (12+)
- 09.00 «ДОКТОР ХЭРРОУ». (16+)
- 12.45 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
- 15.00 «ВОЛКИ». (16+)
- 17.00 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 19.00 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 21.15 «МОЙ ПАРЕНЬ ИЗ ЗООПАРКА». (12+)
- Главный герой - служитель зоопарка Гриффин Кейс. Когда-то его отвергла любимая девушка Стефани из-за того, что ей не нравилась его работа и образ жизни. И теперь, спустя несколько лет, у него появляется шанс все исправить. Гриффин вновь встречается со Стефани, ему предлагают работу в автосалоне, но оказывается, что животные, за которыми он ухаживал столько лет, умеют разговаривать
- 23.15 «СМЕРТЬ ЕЙ К ЛИЦУ». (16+)
- 01.15 «ХЭЛЛЕФЕСТ». (18+)
- 02.45 «ИСКУССТВО ВОЙНЫ». (16+)

СТС СТС



21.00 «ШАЗАМ!» (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Котёнок по имени Гав». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
- 10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 11.00 «Гадкий я». (6+)
- 12.55 «Гадкий я-2». (6+)
- 14.55 «Гадкий я-3». (6+)
- 16.35 «Рататуй». (0+)
- 18.45 «Зверопой». (6+)
- 21.00 «ШАЗАМ!» (16+)
- Билли был обычным подростком, пока не встретил мага, избравшего его своим преемником. Теперь Билли достаточно произнести одно слово, чтобы превратиться в супергероя. Это слово - его новое имя «Шазам»...
- 23.40 «ОСОБО ОПАСЕН». (18+)
- 01.45 «ШПИОНСКИЙ МОСТ». (16+)
- 04.00 «6 кадров». (16+)
- 05.35 «Мультфильмы». (0+)
- 06.30 «НЕ МОГУ ЗАБЫТЬ ТЕБЯ». (16+)
- 10.15 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)
- Аля работает на «Скорой помощи», растит дочку Груню, любит свою работу и мужа Антона. Только Антон, приветливый и заботливый на людях, дома постоянно избивает жену. Однажды на дежурстве Аля знакомится с оперативником Виктором
- 14.30 «ЧУЖОЙ РЕБЁНОК». (16+)
- 18.45 Пять ужинов. (16+)
- 19.00 «ЛЮБОВЬ ПО КОНТРАКТУ». (16+)
- Бизнесмен Егор и пережившая трагедию медсестра Аня встречаются в трудных обстоятельствах. Оба несвободны: муж Ани Сергей после автомобильной аварии оказался в инвалидном кресле. Жена Егора прима-балерина Лилия отказывается подарить ему радость отцовства
- 23.25 Про здоровье. (16+)
- 23.40 «ЗАТМЕНИЕ». (16+)
- 03.10 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)



15.00 «СУМЕРКИ». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
07.55 «САШАТАНЯ». (16+)
 09.00 «Перезагрузка». (16+)
 09.30 «Мама Life». (16+)
 10.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
11.30 «ИНТЕРНЫ». (16+)
12.40 «МИСТЕР И МИССИС СМИТ». (16+)
 Джон и Джейн женаты не так давно, но уже устали от брака. Им кажется, что они знают друг о друге всё. Но есть кое-что, что каждый предпочитает держать при себе
15.00 «СУМЕРКИ». (16+)
17.30 «СУМЕРКИ: САГА. ЗАТМЕНИЕ». (16+)
 20.00 «Звезды в Африке». (16+)
 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
 23.00 «Talk». (18+)
00.00 «МИСТЕР И МИССИС СМИТ». (16+)
 02.05 «Импровизация». (16+)
 03.45 «Comedy Баттл. Суперсезон». (16+)
 04.30 «Открытый микрофон». (16+)



01.30 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ПОСЛЕДНЯЯ ГЛАВА». (18+)

06.00 Улётное видео. (16+)
 07.30 Утилизатор. (12+)
 08.00 Утилизатор. (16+)
 08.30 Утилизатор. (12+)
 09.30 Утилизатор. (16+)
 10.00 Утилизатор. (12+)
11.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
 18.00 Улётное видео. (16+)
 21.00 «+100500». (16+)
 23.00 «+100500». (18+)
 23.30 iТопчик. (16+)
 Признайся, тебе давно хотелось ответить Максусу из «+100500». Мы тебя услышали! Знакомься: новое шоу «iТопчик» на «ЧЕ!». У популярного ведущего появится напарник, таинственный Мистер Голос. Наконец-то кто-то поставит Макса на место, поспорит с ним и скажет всё, что думает. Топовые шоу, блогеры-миллионники и самые популярные TikTok тренды - ничто не скроется от внимания ведущего
01.30 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ПОСЛЕДНЯЯ ГЛАВА». (18+)



09.05 «ХРАМ ШАОЛИНЬ». (16+)

07.00 09.00 19.10 Новости
 07.05 11.10 19.15 22.00 00.45 Все на Матч!
09.05 «ХРАМ ШАОЛИНЬ». (16+)
 11.40 Лыжные гонки. Кубок мира. Командный спринт. Прямая трансляция из Германии
 14.40 16.35 Биатлон. Кубок мира. Прямая трансляция из Франции
 15.35 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
 17.45 Плавание. Чемпионат мира (бассейн 25 м). Прямая трансляция из ОАЭ
 20.00 Смешанные единоборства. Прямая трансляция из Москвы
 22.40 Футбол. «Милан» - «Наполи». Прямая трансляция
 01.30 Лыжные гонки. Трансляция из Швеции. (0+)
 03.10 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Трансляция из Франции. (0+)



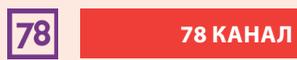
17.05 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ». (12+)

06.10 «ТАНЯ». (12+)
 08.25 «Слово». (12+)
 08.40 «Александр Невский. Имя России». (6+)
 09.00 «Итоги недели». (16+)
 09.55 «Главный врач». (12+)
 10.55 «Азбука петербуржца». (6+)
 11.00 13.00 15.00 18.30 Новости. (16+)
 11.10 «Не по-детски». (6+)
 11.30 «Нетрудный подросток». (12+)
 11.45 «100лица империи». (16+)
12.20 13.15 «ПАРА ГНЕДЫХ». (16+)
14.35 15.15 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)
17.05 18.50 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ». (12+)
 19.25 «Кино» в Севкабеле. Концерт. (16+)
 21.00 «30 лет под водой». (16+)
22.50 «ЧЕЛОВЕК В ПРОХОДНОМ ДВОРЕ». (12+)
03.50 «ПОСЛЕДНЯЯ ИНСПЕКЦИЯ». (12+)



23.00 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)

06.45 «Планета вкусов». (12+)
 07.15 «Капитан семи морей». (6+)
 08.35 «Корякский суп Апа-на». (12+)
 09.00 «Зубр. Возвращение в дикую природу». (12+)
10.00 «ВОСКРЕСНАЯ НОЧЬ». (0+)
 11.45 «Мое Родное». (12+)
12.30 «МИА И БЕЛЫЙ ЛЕВ». (6+)
14.10 «СТАНДАРТЫ КРАСОТЫ». (12+)
17.35 «УДАЧА НАПРОКАТ». (12+)
 19.10 «Влюбленный в романс» - сольный концерт Александра Малинина в Московском Международном Доме Музыки. (16+)
21.00 «ПО ПОЛОВОМУ ПРИЗНАКУ». (16+)
23.00 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)
01.05 «ЗАЩИТНИКИ». (12+)
02.35 «ВОСКРЕСНАЯ НОЧЬ». (0+)



07.10 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)

06.10 «Легенды СССР». (12+)
07.10 23.00 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
 08.30 «Автограф». (12+)
 09.00 10.10 «Полезное утро». (12+)
 10.00 12.00 «Известия 78». (12+)
 12.15 «Происшествия». (16+)
 13.15 20.30 «Другой Петербург». (16+)
 13.45 «И передайте привет Петергофу». (12+)
 14.15 18.40 02.10 «Легенды советского сыска». (12+)
 15.00 «Середина дня». (12+)
16.00 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)
 19.30 04.15 «Сделано в СССР». (12+)
 21.00 «Неделя в Петербурге». (12+)
 22.00 «Тренерская». (16+)
 22.30 «Хранители». (16+)
00.25 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТАТИ ПОЛЕ». (12+)
 04.45 «Внеклассное чтение 78». (12+)

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

13 декабря	Восход: 9 ч. 52 м. Заход: 15 ч. 52 м. Долгота дня: 6 ч. 00 мин.	Растущая Луна в знаке Овна
14 декабря	Восход: 9 ч. 54 м. Заход: 15 ч. 52 м. Долгота дня: 5 ч. 58 мин.	Растущая Луна в знаке Тельца
15 декабря	Восход: 9 ч. 55 м. Заход: 15 ч. 52 м. Долгота дня: 5 ч. 57 мин.	Растущая Луна в знаке Тельца
16 декабря	Восход: 9 ч. 56 м. Заход: 15 ч. 52 м. Долгота дня: 5 ч. 56 мин.	Растущая Луна в знаке Близнецов
17 декабря	Восход: 9 ч. 57 м. Заход: 15 ч. 52 м. Долгота дня: 5 ч. 55 мин.	Растущая Луна в знаке Близнецов
18 декабря	Восход: 9 ч. 57 м. Заход: 15 ч. 52 м. Долгота дня: 5 ч. 55 мин.	Растущая Луна в знаке Близнецов
19 декабря	Восход: 9 ч. 58 м. Заход: 15 ч. 53 м. Долгота дня: 5 ч. 55 мин.	Полнолуние, Луна в знаке Рака

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 13 ПО 19 ДЕКАБРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

13 ДЕКАБРЯ
 В 1642 году мореплаватель Абель Тасман первым из европейцев обнаружил Новую Зеландию.
14 ДЕКАБРЯ
 В 1893 году в Москве на Красной площади торжественно открыты Верхние торговые ряды (сегодня – ГУМ).
 В 1911 году Рауль Амундсен достиг Южного полюса.
15 ДЕКАБРЯ
 В 1905 году в Санкт-Петербурге основан Пушкинский Дом.
16 ДЕКАБРЯ
 В 1237 году началась осада Рязани войском хана Батия.
 В 1773 году произошла акция протеста американских колонистов, вошедшая в историю как «Бостонское чаепитие».

17 ДЕКАБРЯ
 В 1903 году братья Райт испытали летательный аппарат тяжелее воздуха.
 В 1959 году решением правительства СССР созданы ракетные войска стратегического назначения (РВСН).
18 ДЕКАБРЯ
 В 1892 году в Петербурге состоялась премьера балета Петра Ильича Чайковского «Щелкунчик».
19 ДЕКАБРЯ
 В 1876 году начал собственное дело И.Д. Сытин, крупнейший издатель России.
 В 1939 году в СССР принят на вооружение советский средний танк Т-34.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

13 ДЕКАБРЯ. Андрей, Аркадий.
14 ДЕКАБРЯ. Даниил, Денис, Ольга.
15 ДЕКАБРЯ. Борис, Владимир, Кирилл, Мария, Матвей, Степан, Тамара.
16 ДЕКАБРЯ. Алиса, Георгий, Иван, Фёдор.
17 ДЕКАБРЯ. Александр, Алексей, Василий, Дмитрий, Екатерина.
18 ДЕКАБРЯ. Геннадий, Захар, Илья, Сергей.
19 ДЕКАБРЯ. Максим, Николай.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

13 ДЕКАБРЯ ■ День медведя
14 ДЕКАБРЯ ■ День чествования участников ликвидации последствий аварии на Чернобыльской АЭС
15 ДЕКАБРЯ ■ День образования Радиотехнических войск ВКС России ■ День памяти журналистов, погибших при исполнении профессиональных обязанностей ■ Международный день чая
17 ДЕКАБРЯ ■ День сотрудников Государственной фельдъегерской службы России ■ День Ракетных войск стратегического назначения Вооруженных Сил России
18 ДЕКАБРЯ ■ День работников органов ЗАГСа в России ■ День ризлтора в России ■ День подразделений собственной безопасности органов внутренних дел России
19 ДЕКАБРЯ ■ День военной контрразведки в России ■ День снабженца в России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Никола загвоздит то, что Савва намостит

13 декабря по народному календарю считали днем Андрея Зимнего. Если в этот день пойдет снег, то он пролежит еще 110 дней.
14 декабря, в Наумов день, было принято прислушиваться к собачьему лаю: глухой звук говорил о скором снегопаде.
15 декабря, в день Аввакума, смотрели на окна: чем больше зимних узоров на них, тем пышнее весной зелень будет. Если в день Ивана Молчальника, **16 декабря**, под окном слышали чирьякание снегиря, то ждали потепления.
17 декабря называли Варвариными морозами и поговаривали: «Трещит Врюха – береги нос да ухо!» – поскольку этот день часто выдавался очень холодным. Облачная погода предвещала снегопад, а ясная – усиление мороза. В Саввин день, **18 декабря**, пение снегиря сулило вьюгу и снежные заносы.
 Про **19 декабря**, день Николая Зимнего, говорили: «Никола загвоздит то, что Савва намостит», – намекая на сильные морозы в эти дни. Считалось, что, сколько снега выпадет на Николов день, столько и травы будет весной.

Если вы дома носите спортивный костюм, всё, что вы делаете дома, автоматически считается тренировкой.

ТЕЛЕК ПИТЕР

Газета «ТЕЛЕК ПИТЕР». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № 05 77 - 77733 от 29.01.20 г. Издается с апреля 2018 года.

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Учредитель, редакция и издатель:
 ООО «Издательская группа «КАРДОС»
 Генеральный директор
 ВАВИЛОВ А.Л.
 Адрес редакции:
 127018, Россия г. Москва,
 ул. Полковая, д. 3, стр. 4. e-mail: telek@kardos.ru
 Адрес издателя:
 111675, Россия, г. Москва,
 ул. Святоозерская, д.13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор
 БАКЛАНОВ О.С.
 Тел. 8-495-580-95-77
 e-mail: telek@kardos.ru

Зам. главного редактора
 ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор
 ЖУЧКОВА С.С.

Бильд-редактор
 ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора по дистрибуции
 ЗАВЬЯЛОВА О.А.
 e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора по рекламе и PR
 ДАНДИКИНА А.Л.

Ведущие дизайнеры:
 НАЙДЕНОВ А.А.,
 НЕМЫКИН Н.Н.

Телефон рекламной службы:
 8-962-724-29-44 e-mail: reklama@kardos.ru

Менеджер по подписке
 ГРИШИНА И.А.
 (495) 937-95-77, доб. 237
 e-mail: distrib@kardos.ru

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

№ 49 (193).
 Дата подписания в печать: 23.00 час. 06.12.2021 г.
 Дата производства: 07.12.2021 г.
 Дата выхода в свет: 07.12.2021 г. Тираж 72 070 экз.
 Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 195027, Россия, Санкт-Петербург, ул. Якорная, д. 10, корп. 2, литера А, пом. 44
 Заказ ДБ-17/49. Выходит во всех областях СЗФО.
 Тираж этого номера 925 085 экз.
 Рекомендованная цена в розницу 16 рублей.
 Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
 Ежедневная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л.
 Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

07.20 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (12+)
12.25 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
15.00 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬБЕВ». (12+)
17.55 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
Молодой одаренный историк Нестор Северов, провалив экзамен в аспирантуру и посорившись с соседкой, отрешается от науки и личной жизни и решает заняться общественно полезным делом. Так амбициозный завсегда-тай научных библиотек становится классным руководителем в вечерней школе.

TV1000

05.00 «1+1». (16+)
07.20 «ЧЕЛОВЕК ДОЖДЯ». (16+)
09.55 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПРОТОКОЛ ФАНТОМ». (16+)
12.15 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПЛЕМЯ ИЗГОЕВ». (16+)
14.35 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА: ПОСЛЕДСТВИЯ». (16+)
17.15 «ЛЕГО Фильм». Мультфильм. (6+)
19.00 «ИНТЕРСТЕЛЛАР». (16+)
США, 2014 г. В ролях: Мэттью МакКонахи, Энн Хэтвэй, Джессика Честейн, Маккензи Фой, Майкл Кейн
22.00 «ВОСХОЖДЕНИЕ ЮПИТЕРА». (16+)
00.10 «БЛИЗКИЙ КОНТАКТЫ ТРЕТЬЕЙ СТЕПЕНИ». (6+)
02.40 «1+1». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.30 «НЕПРОЩЕННЫЙ». (16+)
07.35 «4:0 В ПОЛЪЗУ ТАНЧКИ». (6+)
09.10 «ПЯТНИЦА». (16+)
10.45 «СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ». (16+)
12.40 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ». (16+)
14.20 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
16.05 «ЛОВИ МОМЕНТ!». (16+)
17.25 «ЛЕГОК НА ПОМИНЕ». (12+)
19.00 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)
20.40 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
22.25 «ХАНДРА». (16+)
00.15 «НАПАРНИК». (12+)
01.50 «ПРИЗРАК». (6+)
03.40 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)

ДОМ КИНО

04.55 «Ералаш». (6+)
06.25 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
07.45 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
09.15 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
10.30 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
11.55 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
13.15 «ТАЙНА ПЕЧАТЫ ДРАКОНА». (6+)
15.30 «СВАТЫ». (16+)
01.00 «СТАРЫЕ ПЕСНИ О ГЛАВНОМ-3». (12+)
03.25 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!» (12+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.50 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (12+)
03.20, 23.50 «МИССИЯ: НЕАДЕКВАТНА». (16+)
04.45 «ЛОЖЬ ВО СПАСЕНИЕ». (16+)
06.30 «ЭСКАДРИЛЬЯ «ЛАФАЙЕТ». (16+)
08.40 «ЦИМБЕЛИН». (16+)
10.10 «МОЙ ЕДИНСТВЕННЫЙ». (16+)
12.00 «ОНА». (16+)
13.55 «ПЛОХАЯ МАМОЧКА». (16+)
15.30 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)
16.55 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)
18.40 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)
20.30 «САМЫЙ ОПАСНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
22.25 «ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.05 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (12+)
08.50 «ЛОВИ МОМЕНТ!». (16+)
10.15 «КОРПОРАТИВ». (16+)
11.55 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)
13.45 «ДОМОВОЙ». (6+)
15.35 «НЯНЬКИ». (16+)
17.20 «ПРЕДОК». (16+)
18.50 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
20.30 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЕРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
22.15 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
Криминал, мелодрама, Россия, 2015 г.
23.40 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (18+)
01.10 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (12+)
02.50 «ПРО ЖЕНУ, МЕТУ И ЕЩЕ ОДНУ...» (12+)
04.15 «КОРПОРАТИВ». (16+)
05.40 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.45 «КРУТОЙ И ЦЫПочки». (12+)
02.55 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
04.50 «С ГЛАЗ - ДОЛОЙ, ИЗ ЧАРТА - ВОНИ!» (16+)
06.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
09.10 «ХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ». (6+)
11.05 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
13.30 «ПРАВИЛА СЪЕМА: МЕТОД ХИТЧА». (12+)
15.45 «ПУЛЕНПРОБИВАЕМЫЙ». (12+)
17.35 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (12+)
19.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (6+)
21.35 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
23.15 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.40, 02.00 «КОМЕДИЯ ОШИБОК». (6+)
03.40 «МОРДАШКА». (18+)
05.20 «ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО». (16+)
07.20 «НОВОГОДНИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ МАШИ И ВИТИ». (6+)
08.40, 09.55, 11.10 «МАКАР-СЛЕДОПЫТ». (6+)
12.25 «ВА-БАНК». (16+)
Комедия, криминал, Польша, 1981 г.
14.15 «ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
16.00, 17.00, 18.00, 19.05, 20.05 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: БАРОН». (16+)
21.05 «СЕРЫЕ ВОЛКИ». (16+)
Боевик, биография, история, Россия, 1993 г.
23.15 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)

СУББОТА!

05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
06.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.50, 12.55 Моя жена рулит. (16+)
14.05, 15.00, 15.55, 16.50, 17.40, 18.35, 19.25, 20.20, 21.20 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
22.15 «БЭЙБ: ПОРОСЕНОК В ГОРОДЕ». (16+)
00.00 «СУПЕРАЛИБИ». (18+)
01.50, 02.15, 02.35, 02.55, 03.20, 03.40, 04.00, 04.25 Оденсья к свадьбе. (16+)
04.45 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЛАБИРИНТ ИЛЛЮЗИЙ». (16+)
Сериал. Мелодрама, детектив, Россия, 2019 г.
12.00, 20.00, 04.00 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «НАВИГАТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ГРАЖДАННИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.15 «КУХНЯ». (16+)
Молодой повар Макс приезжает в Москву, чтобы получить работу в модном ресторане «Клод Монэ». Но на собеседовании он сталкивается с насмешками коллектива, скверным нравом шеф-повара и... арт-директором Викой, с которой он провел ночь накануне...
00.00 Сутки на декор. (16+)
01.30 Сердца за любовь. (16+)
05.50 «Ералаш». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ПОСТАНОВКА». (16+)
10.50, 18.50, 02.50 «ЧЕТВЕРТАЯ БЛАГОРОДНАЯ ИСТИНА». (16+)
12.15, 20.15, 04.15 «КУТЕРЬМА». (12+)
Музыкал, драма, комедия. Великобритания, США, 1999 г.
14.55, 22.55, 06.55 «ХИРОСИМА, МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
Драма, мелодрама, Япония, Франция, 1959 г.
16.35, 00.35, 08.35 «РЫБА-МЕЧТА». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (12+)
06.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (0+)
09.00 Рожденные в СССР. Беларусьфильм. (6+)
09.30 ФазендаЛайф. (12+)
10.00, 16.00 Новости
10.10 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (6+)
12.45, 16.15, 19.30, 01.00 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)
Сериал. Мелодрама, криминальный фильм, Россия, 2013 г. В ролях: Мария Козакова, Павел Прилучный, Роман Курцын
В небольшом провинциальном городе живет прекрасная девушка Маша. Она любимица всех и вся и кажется, что в ее жизни никогда не было и не будет проблем. Но Маша приезжает в Москву и попадает в историю, которая переворачивает ее жизнь с ног на голову.
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»
04.10 Евразия. Культурно. (12+)
04.15 Евразия. Спорт. (12+)
04.25 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (0+)

ПОБЕДА

06.50 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)
08.20 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
10.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
12.10 «СПАСТИ ИЛИ УНИЧОЖИТЬ?». (16+)
Сериал. Приключенческий фильм, Россия, 2013 г.
15.50 «ПАЛАЧ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2015 г. В ролях: Андрей Смоляков, Виктория Толстоганова, Юлия Пересильд, Марина Александрова, Алексей Бардуков
1965 год. Во время празднования Дня Победы на окраине Москвы убит семнадцатилетний Петя Яковлев. Подозрение падает на его друга Лешу Пономарева, с которым они соперничали за внимание девушки, но майора Черкасова, расследующего дело, настаивает нетипичная жестокость преступления...
01.00 «Я ПОДАРОЮ ТЕБЕ ПОБЕДУ». (16+)
02.30 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
04.20 «ЗОЯ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. По морям. Мармарис. Турция. (16+)
05.40 Орел и Решка. Россия-2. Карелия-2 (субтитры). (16+)
06.40 Орел и Решка. Россия-2. Краснодарский Край (Анапа, Абрау, Геленджик) (субтитры). (16+)
07.40 Орел и Решка. Ивлеева vs Бедняков. Мальдивы (субтитры). (16+)
09.00 Орел и Решка. Чудеса света-5. Венеция. (16+)
10.00 Умный дом. (16+)
11.00, 12.10, 13.10, 14.10 На ножах (субтитры). (16+)
15.20, 16.20 На ножах. (16+)
17.20, 18.30, 19.30 На ножах (субтитры). (16+)
20.30, 21.40 На ножах. (16+)
23.00 Теперь в Босс. (16+)
00.00 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
США, 2015 г.
02.00 На ножах. Отели. (16+)
02.50 Пятница News. (16+)
03.20 Орел и Решка. Россия-2. Подмосковье (субтитры). (16+)
04.10 Пятница News. (16+)
04.30 Орел и Решка. Тревел гид. США. (16+)

Ю

05.00 Папа попал. (12+)
08.55 Беременная в 16. (16+)
14.00 Дорогая, я забил. (12+)
17.00 Папа попал. (12+)
Каждая программа - это история одной семьи, где есть отец, мама и дети. В нашем проекте не будет актеров, фальши и обмана. Все настоящее: герои, чувства, эмоции. Хватит ли сил и папы справиться с детьми и домашними обязанностями, пока мама пребывает в обществе стилистов, космологов, психологов и фитнес-тренеров?
22.00 Дом-2. Новая любовь. (16+)
Два вечерних выпуска о жизни участников, их романтических свиданиях после заката и обсуждении итогов дня на Лобном месте с Ксенией Бородиной, Ольгой Орловой, Владом Кадони, Андреем Черкасовым и новым ведущим - популярным певцом и видеоблоггером Дава.
01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.25 Папа попал. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.10 Рожденные в СССР... (6+)
01.50 Обыкновенная история. (6+)
02.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
02.55 Историкограф. (12+)
03.50 Семь дней истории. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.00 Историкограф. (12+)
05.45 Обыкновенная история. (6+)
06.00 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
07.00 Семь дней истории. (12+)
07.10 История одной фотографии. (6+)
07.25 Жил-был Дом. (12+)
08.00 Историада. (12+)
09.05 Временный комитет у руля революции. (12+)
09.35 Семь дней истории. (12+)
09.45 История оружия. (16+)
10.45 Подземная Италия. (12+)
12.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
14.10, 15.15 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
16.25 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
Военная драма, СССР, 1948 г.
18.05, 19.00 «ГРИГОРИЙ Р». (12+)
20.00 «В ДАЛЕКОМ Сорок ПЯТОМ... ВСТРЕЧИ НА ЭЛЬБЕ». (16+)
Биография, военная драма, история, Россия, 2015 г.
22.00 «ПОРУЧИК КИЖЕ». (12+)
История, драма, СССР, 1934 г.
23.40 Хроники общественного быта: Подземный град. (12+)

VIASAT HISTORY

06.30, 06.55 Невероятные изобретения. (12+)
07.20, 08.05, 08.50 Расшифровка тайн. (12+)
09.35, 10.30 Древние конструкторы. (12+)
11.25, 12.15 Шесть королей Генриха VIII. (12+)
13.00 Королева Виктория и её девять детей. (16+)
13.50 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
14.45 Нюрнбергский процесс: Нацистские преступники на скамье подсудимых. (16+)
15.50 Забытая армия викингов. (12+)
16.45 Планета сокровищ. (6+)
17.40 Шелковый путь. (12+)
18.35, 19.25 Шесть королей Генриха VIII. (12+)
20.10 Королева Виктория и её девять детей. (16+)
21.00 Забытая армия викингов. (12+)
21.50 Планета сокровищ. (6+)
22.45 Шелковый путь. (12+)
23.45 Древний апокалипсис. (16+)
00.40 Сокровища Инда. (12+)
01.25, 02.15 Древние конструкторы. (12+)
03.05, 03.55 Тайны египетских пирамид. (12+)
05.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00, 06.20, 06.45 Научные глупости. (16+)
07.05, 07.30 Фабрика еды. (16+)
07.55 Осушить океан: Тайны испанской Армады. (16+)
08.50 Activate: глобальное гражданское движение. (16+)
09.45 Антарктика. (16+)
10.45 Национальные парки Америки: Сагуаро. (16+)
11.35 Национальные парки Америки: Йосемити. (16+)
12.25 Неисследованные глубины: Вселенная внутри нас против открытого космоса. (16+)
13.15, 14.10, 15.00, 15.55 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
16.45 Контрабанда с Марианной Ван Зеллер. (16+)
17.40, 18.30, 19.20, 20.10, 21.00, 21.50 «ГОРЯЧАЯ ЗОНА: СИБИРСКАЯ ЯЗВА». (16+)
22.40 Осушить океан: Смертельно опасный Тихий океан. (16+)
23.35, 00.25, 01.15 По их собственным словам. (16+)
02.00, 02.45 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
03.30 Экстремальный экспресс. (16+)
04.15, 04.40 Код опасности. (16+)
05.00, 05.25, 05.35 Научные глупости. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

06.00, 09.55, 14.00, 18.05, 22.15, 02.25 Дело в отделе. (12+)
06.10, 10.30, 14.30, 18.35, 22.45, 02.55 Мультиварка. (12+)
06.45, 14.50, 18.50, 23.00, 03.10 Да здравствует мыло душистое! (12+)
07.00, 11.05, 19.10, 23.15, 03.25 Хозяин. (12+)
07.30, 11.35, 15.35, 19.40, 23.45, 03.50 Прогулка по саду. (12+)
08.00, 12.05, 16.10, 20.15, 00.20, 04.20 Чай вдвоем. (12+)
08.15, 12.25, 16.25, 20.35, 00.35, 04.35 Закуски. (12+)
08.35, 12.40, 16.40, 20.50, 00.55, 04.45 Самогон. (16+)
08.50, 12.55, 16.55, 21.05, 01.10, 05.00 Стройплощадка. (12+)
09.25, 09.40, 15.05 Огород круглый год. (12+)
Ведущий программы, специалист по традиционному земледелию Василий Блокин-Мечталин и постоянный эксперт канала Николай Фурсов просто и доходчиво рассказывают о садовых и огородных культурах. И не просто рассказывают, но и показывают и объясняют, почему надо делать именно так.
10.45 Нетипичный огород. (12+)
13.30, 17.30, 21.40, 01.40, 05.30 Народные умельцы. (12+)
02.10 Варенье. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 10.00, 14.00, 17.50, 22.05, 02.10 Водоёмы Прибалтики. (12+)
06.30, 10.30, 14.30, 18.25, 22.35, 02.40 Спиннинг сегодня. (16+)
07.00, 23.05, 03.10 Научи меня рыбачить. (12+)
07.30, 11.30, 15.20, 19.25, 23.35, 03.40 Охотник-одиночка. (16+)
07.55, 12.00, 00.05, 04.05 Охота как она есть. (16+)
08.30, 12.30, 16.20, 20.30, 00.35, 04.35 Рыбалка на Черемшане. (6+)
09.00, 01.05, 05.05 По Якутии с Александром Борисовым. (12+)
09.30, 13.30, 17.20, 21.35, 01.40, 05.35 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
11.00 Блондинка на охоте. (16+)
В программе сделан акцент на формирование такого пока еще необычного для охотников России явления, каким является девушка-охотник.
13.00, 16.50 Планета рыбака. (12+)
14.30 Рыбалка сегодня. (16+)
Воблеры - не главная приманка в фидерной рыбалке, но бывают моменты, когда они встают на первое место. Ловля в конце ноября прудовой форели с Денисом Вихровым.
14.50, 18.55 Территория льда. (16+)
15.50, 20.00 Мир рыболова. (12+)
21.00 На рыбалку с охотой. (12+)

ЖИВИ!

00.00, 16.00, 20.00 Танцы. Стрит-дяз. (6+)
01.00, 17.00, 22.00 Территория фитнеса. Красота и сила-2. (12+)
02.00, 18.00, 23.00 Дыхание стретчинга. (12+)
03.00, 13.00 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
03.30 Дога-Йога. (12+)
04.00, 07.00, 10.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
04.30, 07.30, 10.30 Аэробика в стиле ретро. (12+)
05.00, 08.00, 11.00 Витамин-шоу. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 Фитнес для лица. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Суставная гимнастика. (12+)
13.30 Фитнес-коллекция. (12+)
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
19.00 9 месяцев. (16+)
Рождение ребенка - самое сильное и глубокое переживание в жизни. Огромное количество женщин хотят почувствовать каждый момент этого чуда. И окружить будущего ребенка всем тем, что предусмотрено природой, без использования медицинских технологий. Вы сможете проследить за реальной жизнью людей, готовящихся стать родителями, в течение этого путешествия к таинству естественного деторождения.

ANIMAL PLANET

06.00 Ветеринары-стажеры. (12+)
06.25 Введение в животноводство. (12+)
07.10 На свободу с питбулем. (16+)
08.05 Адская кошка. (12+)
09.00 Правосудие Техаса. (16+)
09.55 Зоопарк Сан-Диего: Обед с сурикатами. (12+)
10.50, 11.45, 12.40 Невероятные басены. (12+)
13.35 Адская кошка. (12+)
14.30 На свободу с питбулем. (16+)
15.25 Кошек не любить нельзя. (12+)
16.20 Франк в Австралии. (12+)
17.15, 18.10, 19.05, 20.00 Экспедиция Муног. (16+)
20.55 Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+)
21.50, 22.15 Здравствуй, мир! (12+)
22.45, 23.40 Доктор Джефф: ветеринар Роки-Маунтин. (16+)
00.35 Китовые войны: Фарерские острова. (16+)
01.24, 02.12 Остин Стивенс: заклинатель змей. (12+)
03.00 Живой или вымерший. (12+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30, 05.15 Аквариумный бизнес. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Как это сделано? (12+)
06.25, 06.50, 07.20, 07.45, 08.15, 08.40, 09.10 Как это устроено? (12+)
09.35 Как это устроено? (16+)
10.05 Как это устроено? (12+)
10.30 Как это устроено? (16+)
11.00 Приз Earthshot: ремонт нашей планеты. (12+)
11.55 Крушение «Эстонии». (16+)
12.50, 13.15 Кафе, закусовые и забегаловки. (12+)
13.45 Мужчины, женщины, природа. (16+)
14.40 Голые и напуганные. (16+)
15.35 Хроника покорения Эвереста с Беаром Гриллсом. (12+)
В этом динамичном спецвыпуске Беар Гриллс расскажет об удивительной истории покорения Эвереста.
16.30 Гений автодизайна. (12+)
17.25, 17.50 Как это устроено? (12+)
18.20, 18.45 Как это сделано? (12+)
19.15 Аляска: семья из леса. (16+)
20.10 Операция «Спасение дома». (12+)
22.00, 22.55, 23.50, 00.45, 01.40 Быстрые и громкие. (12+)
02.27, 03.14 Махинаторы: машина мечты. (12+)
04.01, 04.48 Махинаторы. (12+)
05.35 Как это сделано? (12+)

TLC

06.00 Оденсья к свадьбе с Гокком Ваном. (12+)
Известнейший британский стилист и дизайнер Гок Ван приезжает в Польшу, чтобы помочь местным невестам подобрать платье мечты.
06.50, 07.42 Оденсья к свадьбе: самый главный день. (16+)
Мы побываем в гостях у невест, которые устроили самые пышные, самые дорогие и просто безумные свадьбы.
08.36, 09.30, 10.24, 11.18, 12.12 Парни из Бойсе. (12+)
13.06, 14.00 Дарси и Стейси. (16+)
14.54, 15.48, 16.42, 17.36, 18.30 Оденсья к свадьбе. (12+)
19.24 Моя полная жизнь. (16+)
20.18 Свекровь-соперница. (16+)
21.12, 23.00 Виза невесты. Виза жениха. Холостяцкая жизнь. (16+)
23.54 Спасите мои ноги. (16+)
00.47, 02.25 Виза невесты. Виза жениха. Покидая Америку. (18+)
Американцы и американки влюбляются в граждан иностранных государств и отправляются на их родину, чтобы вместе жить за границей.
03.13, 03.37, 04.01, 04.25 Я не знала, что беременна. (16+)
04.49, 05.35 Оденсья к свадьбе. (12+)

В программе возможны изменения по независимости от редакции причин. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Баскетбол. (0+)
 - 07.55, 10.00, 15.55 Новости Все на регби! (12+)
 - 08.25 Смешанные единоборства. АСА. (16+)
 - 10.05, 15.05, 19.15, 21.40, 03.00 Страна. Live. (12+)
 - 10.25, 03.15 Детский вопрос. Юрий Лодыгин. (0+)
 - 10.45, 03.35 Самые сильные. Оксана Кошелева. (12+)
 - 11.10 Лыжные гонки. Марафонская серия Ski Classics. Прямая трансляция
 - 14.35 Большой хоккей. (12+)
 - 15.25, 00.40 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
 - 16.00 Bravo, Журули! (12+)
 - 16.55 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Мужчины. Прямая трансляция
 - 18.55 Игры королей. (12+)
 - 19.35 Учитель фехтования. (12+)
 - 19.50 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
 - 22.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕ-ВАНШ». (16+)
 - 00.20 Баскетбол. Евролига в Москве. (12+)
 - 01.10 Волейбол. (0+)
- EUROSPORT 1**
- 01.30, 21.50 Новости. (16+)
 - 01.35, 07.00 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. (16+)
 - 02.30, 03.00, 20.30 Биатлон. КМ. Анси. (6+)
 - 03.30, 04.15 Горные лыжи. КМ. (16+)
 - 05.00, 08.30, 21.00 Снукер. Мировой Гран-при. (6+)
 - 10.30 Конный спорт. Кубок мира. Форт-Уорт. (6+)
 - 11.50, 15.30 Горные лыжи. КМ. Альта-Бадиа. Мужчины. Слалом-гигант. Прямая трансляция. (16+)
 - 13.00 Горные лыжи. КМ. Валь-д'Изер. Женщины. Супергигант. Прямая трансляция. (16+)
 - 14.30, 16.30 Биатлон. КМ. Анси. Прямая трансляция. (6+)
 - 17.30 Лыжное двоеборье. КМ. Рамсау. Мужчины. Прямая трансляция. (16+)
 - 18.00 Прыжки на лыжах с трамплина. КМ. Энгельберг. Прямая трансляция. (16+)
 - 19.45 Горные лыжи. КМ. Альта-Бадиа. Мужчины. (16+)
 - 21.55 Снукер. Мировой Гран-при. Финал. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Караокинг. (16+)
 - 07.30, 23.30 PRO-новости. Лучшее. (16+)
 - 08.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
 - 09.00 Студия 69. Поменялись хитами. Бузова/Андрю. (16+)
 - 09.25 TikTok чарт. (16+)
 - 10.30 10 самых! (16+)
 - 11.00 Русский чарт. (16+)
 - 12.00 Сорокалетний хулиган - все тайны Димы Би-лана. (16+)
 - 13.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
 - 14.00 Русские хиты. Чемпионы недели. (16+)
 - 15.00 Караоке в большом городе. (16+)
 - 16.00 Песня Года-2021. (16+)
 - 18.15 «Руки Вверх!» Лучшее за 20 лет. (16+)
 - 21.00 Прогноз по году. (16+)
 - 22.00 Хит-сториз. Децл. (16+)
 - 22.30 У-Дачный чарт. (16+)
 - 00.00 10 секы. (18+)
 - 01.00 Музитив. (18+)
 - 02.00 Музитив. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 08.15, 16.00, 20.30 «Маша и Медведь». (0+)
 - 08.50 «Космички-собачки». (0+)
 - 08.55, 21.25 «Сказочный патруль». (0+)
 - 09.05 «Лео и Тиг. Путеводный дух». (0+)
 - 10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
 - 14.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
 - 15.00 «Буба». (6+)
 - 17.00 «Простоквашино». (0+)
 - 17.05 «Фиксики». (0+)
 - 18.00 «Легенды Спарка». (0+)
 - 18.15 «Кинди Кидс. Твои веселые подружки!». (0+)
 - 18.20 «Робокор Поли». (0+)
 - 18.40 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
 - 19.00 МУЛЬТпреьера! «Тайны Медовой долины», «Ми-Ми-Мишки. Русалка», «Енотки», «Фиксики». (0+)
 - 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
 - 20.25 «Деревяшки». (0+)
 - 20.55 «Машинки сказки». (0+)
 - 21.00 «Барбоскины». (0+)
- КАНАЛ DISNEY**
- 05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
 - 05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
 - 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
 - 06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
 - 06.25 «Русалочка» (субтитры). (6+)
 - 06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
 - 07.25 «Трио в перьях». (6+)
 - 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
 - 11.00 «Мультячки: Байки Мэтра». (0+)
 - 11.50 «История игрушек». (0+)
 - 13.25 «История игрушек-2». (0+)
 - 15.25, 02.30 «КНИГА ДЖУНГЛЕЙ». (12+) США, 2016 г.
 - 17.25 «Зверополис». (6+)
 - 19.30 «Хороший динозавр». (12+)
 - 21.20 «ОДИН ДОМА-5: ПРАЗДНИЧНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (12+)
 - 23.15 «ОДИН ДОМА-4». (12+)
 - 01.00 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (12+)
 - 03.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
 - 06.55 «Роботы». (0+)
 - Каждый выпуск программы - это рассказ о новом удивительном роботе.
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.30 «Чик-чирик English». (0+)
 - 07.35 «Долина Муми-троллей». (0+)
 - Мультсериал по любимым сказкам Туве Янссон о Муми-троллях.
 - 09.00 «Еда на ура!» (0+)
 - Веселые ведущие Тутта и Марфа расскажут маленьким нехочухам, что блюда бывают не только полезные, но еще забавные, аппетитные и очень вкусные!
 - 09.20 «Мальши и Медведь». (0+)
 - 09.35 «Сказочный патруль». (0+)
 - 10.45 «Проще простого!» (0+)
 - 11.05 «Истории Сильваниан Фэмилис». (0+)
 - 11.15 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
 - 12.30 «Вкусняшки шоу». (0+)
 - 12.50 «Акулёнок». (0+)
 - 12.55 «Заячья школа. По уши в приключениях». (0+)
 - Про удивительную школу, в которой обучают пасхальных зайцев.
 - 14.30 «Студия красоты». (0+)
 - 14.45 «Барбоскины». (0+)
 - 16.10 «Подсказки Бульки для всех». (0+)
 - 16.35 «Жейрдораблз». (0+)
 - 16.40 «Волшебное королевство Энчантималс». (0+)
 - Не пропустите новые приключения подружек Энчантималс!
 - 16.50 «Машины песенки». (0+)
 - 18.00 Конкурс песни «Детское Евровидение - 2021». Прямой эфир. (0+)
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 «Истории Сильваниан Фэмилис». (0+)
 - 21.00 «Оранжевая корова». (0+)
 - 22.30 «Герои Гуджитцу». (6+)
 - 22.40 «Дикие скричеры». (6+)
 - 23.05 «Трансформеры. Кибервселенная. Приключения Бамблби». (6+)
 - 23.30 «Супер Спин Комбо». (6+)
 - 00.20 «Китти не кошка». (6+)
 - 02.05 «Лунтик и его друзья». (0+)
 - 03.50 «ТриО!» (0+)
 - 03.55 «Машины песенки». (0+)
 - 04.55 «Букварий». (0+)
- УНИКУМ**
- 05.46, 11.00, 12.36, 21.30 «Белка и Стрелка». (0+)
 - 06.50, 22.14 «Капитан Кракен и его команда». (0+)
 - 07.51, 18.08 «Тайна третьей планеты». (6+)
 - 08.40, 20.24 «Снежная королева». (6+)
 - 09.43 «Гномы в доме». (6+)
 - 11.40 «Тима и Тома». (0+)
 - 13.00 «Только не сейчас». (12+)
 - 13.36 «Золотая антилопа». (0+)
 - 14.10, 22.30 Girls Only. (6+)
 - 14.44, 15.15, 22.56, 23.26 Проще простого! (6+)
 - 15.01, 15.32, 23.12, 23.43 Открытки. (6+)
 - 15.47 «Макс Стил». (12+)
 - 17.15 «Октонавты». (6+)
 - 19.00 «Барашек Шон». (6+)
 - Мирная жизнь маленькой овцефермы оказывается под угрозой, когда в результате очередной проказы неутомимого Барашка Шона хозяин фермы попадает в большой город.
- О!**
- 05.00 «Турбозавры». (0+)
 - 07.00 «Смешарики». (0+)
 - 09.40 «Еда на ура!» (0+)
 - 10.00 «О! Кино! «Зог», «Зог. Перелётные врачи». (0+)
 - 10.55 «О! Музыка!» (0+)
 - 11.30 «ДиноСити». (0+)
 - 13.20 «Бинг». (0+)
 - 14.50 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
 - 16.00 «Зелёный проект». (0+)
 - 16.25 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
 - 18.00 «Ничего себе имя!» (0+)
 - Познавательная программа о необычных животных.
 - 18.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
 - 21.00 «Команда Флоры». (0+)
 - 23.05 «Бинг». (0+)
 - 00.35 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
 - 03.00 «Букварий». (0+)
 - 03.20 «Супер МЯУ». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
 - 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 05.40 Епархия - это люди. (0+)
 - 06.30 Дорога. (0+)
 - 07.35, 08.10 Двенадцать. (0+)
 - 08.40 Простые чудеса. (12+)
 - 09.30 Святитель Николай. Цикл: Праздники. (0+)
 - 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
 - 12.45 Завет. (6+)
 - 13.50 Во что мы верим. (0+)
 - 14.50 «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». (0+)
 - 16.50 «Бесогоно». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
 - 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
 - 19.50 «ЛЮБАША». (0+)
 - 21.30 Двенадцать. (0+)
 - 22.05 Парсуна. С Владимиром Лейгойдой. (6+)
 - 23.05 Щипков. (12+)
 - 23.35 Лица Церкви. (6+)
 - 23.50 День Патриарха. (0+)
 - 00.05 Во что мы верим. (0+)
 - 01.00, 01.50 Цикл: Воскресенье за воскресеньем. Фильмы 1-2. (0+)
 - 02.30 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
 - 04.00 Щипков. (12+)
 - 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

19 декабря
Неделя 26-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Святителя Николая, архиепископа Мир Ликийских, чудотворца.



Рождественский пост. Разрешается рыба.

« Когда мы погружены в грехи, а ум наш занят житейскими только заботами, мы не замечаем состояния своей души. Равнодушно мы к тому, каковы мы внутри, и постоянно идем по ложному пути, сами того не замечая. Прп. Иоанн Шанхайский

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

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

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU

App Store Google play

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«... Встань, иди; вера твоя спасла тебя»

И когда входил Он в одно селение, встретили Его десять человек прокаженных, которые остановились вдали и громким голосом говорили: Иисус Наставник! помилуй нас. Увидев их, Он сказал им: пойдите, покажитесь священникам. И когда они шли, очистились. Один же из них, видя, что исцелен, возвратился, громким голосом прославляя Бога, и пал ниц к ногам Его, благодаря Его; и это был Самарянин. Тогда Иисус сказал: не десять ли очистились? где же девять? как они не возвратились воздать славу Богу, кроме сего иноплеменика? И сказал ему: встань, иди; вера твоя спасла тебя.



Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 19 декабря, в воскресенье.



Комментарий протоиерея Павла Великанова

Евангельская история об исцелении десяти прокаженных – одна из ярких, легко запоминающихся историй о человеческой неблагодарности. Что же проявляется в поступке возвратившегося самаритянина? Дело не только в благодарности. Спаситель ведь говорит не о «неблагодарности» остальных девяти – а о том, что они не возвратились «воздать славу Богу!» Но что же особого совершил этот самаритянин? Он падает ниц перед Иисусом – тем самым признавая полную власть Иисуса над ним. Это выражение глубочайшей перемены, которая произошла в его душе: он принимает Живого Бога таким, каким Он изволил проявить Себя – через Иисуса. Он «воздаёт славу Богу» – не за то, что он теперь здоров, а за то, что Он – есть, и Он – доступный, живой, дей-

ствующий. А что же остальные девять? Для них исцеление не стало «прорывом» к Богу: возможно, они приняли его как должное, давно заслуженное в болезнях и страданиях. В том, что произошло, для них не было ничего удивительного: ну да, они давно знали, что Бог – если захочет – может их исцелить. Случается, что и мы проходим мимо явных благоволений Божиих и воспринимаем их как «должное». И, напротив, очень возмущаемся и негодуем, когда вдруг что-то идет совершенно не так, как мы привыкли. Поэтому одна из характеристик, принципиально отличающая христианина от неверующего – это способность распознавать милость Божию там, где для другого – серая и привычная обыденность. Когда мы чаще начинаем задавать себе вопрос: «А где здесь, в этой ситуации, Бог? Где Его Божественная Слава?» – постепенно мы научаемся распознавать действие Бога в окружающем нас мире. И тогда у нас появляется иммунитет к дерзости и требовательности по отношению к Богу: мы и так видим, в какой безграничной любви Божией находимся, и поэтому чего-то большего нам, в общем-то, уже и не надо.

ДОРОГА К ХРАМУ

КТО ТАКИЕ ХЕРУВИМЫ И СЕРАФИМЫ?

В церкви, когда величают Богородицу, славят: «Честнейшую Херувим и Славнейшую без сравнения Серафим». А кто такие херувимы и серафимы? Ульяна К.

Согласно православному вероучению, Господь сотворил не только видимый мир, но и мир невидимый. В нем и живут Ангелы – духовные, невидимые существа, сотворенные Богом и обладающие личным бытием. Они выполняют служебную роль – возвещают Божию волю людям. По учению Православной Церкви, все Ангелы делятся на три лика. К первому и относятся херувимы и серафимы. Таких первых ликов три: серафимы, херувимы и престолы. Степень святости этих ангельских чинов настолько велика, что достичь ее не может никто. Лишь только Мать Божия, которую Церковь величает как «Честнейшую Херувим и Славнейшую без сравнения Серафим». **Серафимы** (горящие, пламенеющие) – принадлежат первому лику. Шестикрылые, наиболее приближенные к Богу. Название получили от пламенной любви к Своему Создателю. **Херувимы** (умы, распространители познания и мудрости) – Ангелы первого лика. Четырехкрылые и четырехликие, главным служением является просвещением. **Престолы** – на них восседает Бог и вершит Свой суд.

НОСИТЬ ЛИ НАЙДЕННЫЙ КРЕСТИК?

Я нашла красивый крестик. А бабушка говорит, что носить его нельзя – вроде заберу на себя ещё и судьбу «потеряшки». Может, его святой водой окропить? А мне он нравится. Можно ли носить найденный крестик? Надежда.

Крестик – это символ веры православного христианина. Вы нашли святыню – может, спасли ее от поругания. Надо крест освя-

фото предоставлено радио «Вера»

Нигде в мире так не любят гречку, как в нашей стране.

Гречке приписывают самые фантастические лечебные свойства, используют ее для похудения и даже как лекарство. Но чем же на самом деле является гречка? Действительно ли она так полезна, и всем ли? Давайте разберемся.

Как пришла гречка в Россию

Гречневую крупу, предположительно, начали культивировать в Индии и Непале около трех тысяч лет до нашей эры. Из Индии и Непала гречка распространилась в Китай, Корею, Японию и только затем – в Европу. Согласно ряду источников, гречка добралась из Азии до европейцев лишь в XVI веке.

В Россию гречку привезли – правильно! – греческие купцы, от которых и пошло ее название «греческая крупа». Кстати, в самой Греции, а также Италии, гречку называли турецким зерном, а в Португалии и Франции – арабским.

По другой версии, название возникло в результате того, что крупу перед приготовлением надо было обжаривать – греть. Позже название продукта сокращается до простого «гречиха».

Популярность гречке обеспечивает отсутствие глютена – самого сильного аллергена из всех растительных белков. При этом других растительных белков в этой крупе значительно больше, чем в остальных крупах. В гречке столько белка, что его количество сравнимо с белком, содержащимся в мясе.

Гречку не сварим, а запарим

Отличный способ приготовления гречки – запаривание. То есть крупу нужно залить горячей водой или молоком и оставить до разбухания зёрен (например, в термосе). Кстати, если вы хотите получить максимально полезный продукт, ешьте гречневую кашу без масла и сахара.

Царица круп

Мать наша – гречневая каша: не перцу чета, не прорвёт живота

НЕКОТОРЫЕ ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

Укрепляет сердечно-сосудистую систему.

Позитивно влияет на уровень холестерина в крови.

Повышает иммунитет, благоприятно влияет на нервную систему.

Способствует нормальной работе ЖКТ.

Помогает при анемии.

Способствует детоксикации, очищению организма.

Улучшает состояние кожи, волос и ногтей.



Важно! Определённых противопоказаний к употреблению гречки практически нет, есть лишь некоторые ограничения. Не стоит увлекаться гречкой при склонности к запорам и метеоризму, а также при проблемах с почками.

ДЕТАЛИ

Буковая пшеница

В XX веке гречку удостоили звания «царица круп». А до этого момента как только этот злак не называли. Аристократы из-за темного цвета презрительно именовали гречневую кашу «черной», недостойной их утонченных желудков.

В XVII веке Карл Линней назвал гречку фагопирум (буковоподобный орешек) и во многих европейских странах крупы стали называть буковой пшеницей.

– Сегодня на ужин гречка.
– С чем?
– С чем я тебя и поздравляю!

Виды гречи

Ядрица – крупа из цельных зерен (семян), при обработке которой снимается только лузга

Продел – колотые зерна

Смоленская крупа – очищенная от шелухи ядрица, частицы которой молоты до размера макового зерна. Очень быстро готовится, идеальная основа для гречневых котлет и запеканок.



Зеленая гречка – это та же гречневая крупа, но не подвергшаяся обжарке при производстве. В отличие от прожаренной гречки она более мягкая и хорошо впитывает воду, увеличиваясь при варке в несколько раз. Если обжаренную крупу можно хранить годами (не случайно во время кризисов с полок магазинов с солью и спичками исчезает именно гречка), то зеленую – год-полтора.

Химический состав

В 100 г вареной гречки содержится: 4 г белков, 0,8 г жиров, 19 г углеводов; энергетическая ценность – 95 ккал.

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

Минералы: железо, калий, кальций, медь, бор, магний, никель, йод, фосфор, цинк, кобальт, сера.

Содержит насыщенные (0,6 г) и ненасыщенные (2,28 г) жирные кислоты, моно- и дисахариды (1,4 г), пищевые волокна (11,3 г), крахмал (55,4 г), флавоноиды, растительные стероиды, антиоксиданты.

Для укрепления организма и профилактики различных заболеваний гречку рекомендовано есть 2-3 раза в неделю.

Гречка – единственная крупа, содержащая редкий антиоксидант рутин (витамин Р). Рутин – это вещество, способствующее укреплению стенок сосудов, уменьшению ломкости капилляров. В гречке его содержание очень высоко – 12,5 мг/100 г. Еще выше содержание этого вещества в зеленой части (стеблях, цветках и листьях) гречиши, поэтому их используют в официальной фармакологии для производства рутина.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Любимое блюдо царей и лесорубов

Сохранились свидетельства, что Николай II любил гречневую кашу, приготовленную особым образом – с грибами. Так называемую драгомировскую кашу. Назвали ее в честь русского генерала Михаила Ивановича Драгомирова. Рецепт каши приводит в своей книге «В помощь хозяйкам» Софья Драгомирова, супруга генерала. В ней подробно рассказывается, как приготовить кашу, выложить на блюдо в виде купола и полить соусом из белых грибов. Такую кашу подавали в офицерских собраниях многих полков и в знаменитом ресторане Кюба.

А вот в фильме «Девчата» (1962 г.) режиссера Юлия Чулюкина обожатель поварихи Тоси Кислицыной, лесоруб Илья Ковригин, желая объяснить с девушкой, беспрепятственно подходит за «гречкой». И ему наваливают каши полную тарелку. Помните такой эпизод? На вопрос дедули: «Любишь?» – он никак не может понять, кого. «Кашу», – отвечает дедок после третьей тарелки каши героя Николая Рыбникова. «Обожаю...» – выдавливает из себя Илья и идет за четвертой добавкой. Возможно, и ее пришлось бы с «обожанием» съесть, если бы обиженная Тося не уведомила его о том, что «хоят тут всякие, а потом у меня ложки пропадают».

Светлана ИВАНОВА



Планируете менять входную дверь в квартире?

Отлично! Тогда давайте разбираться, что скрывается за понятием «качественная дверь». Среди множества представленных образцов важно обращать внимание не только на дизайн, который подойдет вам по цвету и материалу, но и на внутреннее наполнение.

Всё дело в изоляции

Что отличает качественную дверь от обычной? Правильно! Хорошая шумо- и теплоизоляция. Поэтому важно обращать внимание на силовую составляющую конструкции двери. В нее входит профиль, внешний стальной лист, ребра жесткости, уплотнители, петли и наличники, выполняющие, между прочим, не только эстетическую, но и защитную функцию. Чем эти показатели выше, тем дверь надежнее и тяжелее. Не всякая стена сможет удержать дверь весом около 100 кг! Об этом тоже нужно помнить. Петли могут начать проедать, и их нужно будет периодически регулировать.

ВАЖНО! Все эти параметры должны быть указаны в паспорте изделия, на которое обязательно должен иметься сертификат качества!

Заглянем в техпаспорт

- Стандартная толщина коробки обычно составляет 5-6 см. Толщина внешнего стального листа считается оптимальной при показателях в 1,2-1,5 мм. Тонкий внутренний лист можно вычислить по весу. Такая дверь будет весить не больше 50 кг.
- Уплотнители должны рассчитываться по нагрузке, быть именно дверными, а не оконными.
- Лучше, если ребра жесткости в полотне будут как продольными, так и поперечными.
- Для создания хорошей шумо- и теплоизоляции в двери должен быть предусмотрен утеплитель. Пенопласт не работает как звукоизоляционный материал, к тому же он пожароопасен. Картон не сможет хорошо утеплить. А вот вспененный полиуретан или минеральная вата – отличное решение для вашей двери.

Что скрывается за дверью?



Какую дверь труднее взломать?

Речь, конечно же, не о замке, так как вскрыть при умелом обращении можно практически любой. А двери из тонкого листа вообще можно открыть, как консервную банку!

Зато чем стальной лист толще, тем плотнее он будет прилегать к косяку, и тем меньше будет зазоров между листом и наличниками. С такой дверью у воров и грабителей резко снижаются шансы вскрыть квартиру. Если петли у двери наружные, то должны быть предусмотрены противосъемные ригели (штыри, выполненные из металла). Дверь со скрытыми петлями будет стоить дороже и будет иметь более сложную конструкцию.



Вор взламывает дверь, и вдруг замок начинает с ним разговаривать: «Тут вот сюда повернуть, вот здесь наоборот, а тут немного надавить». Вор удивлён – вот это изобретение! Дверь открылась, замок говорит: «Вон у двери самое ценное в пакете, хозяин будет через две минуты». Вор берёт пакет и убегает. Приходит хозяин, замок докладывает: «Всё ок, мусор вынесен!»

Кстати

Говоря о замке...

Лучше, если на двери будут установлены два замка с разной конструкцией: цилиндрический и сувальдный. Но в некоторых случаях может быть установлен один двухсистемный замок.

Светлана СИДОРЧУК

Это интересно

Если у двери есть защита от просверливания и отжима, то такая дверь, скорее всего, относится к недорогой и не очень качественной, так как в дорогом, надежном и правильно установленном изделии смысла для такой защиты, как правило, нет. Лучше, если при выборе или замене замка вы остановитесь на врезном замке. Такие замки считаются более надежными.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

КТС
КУРЬЕРСКАЯ СЛУЖБА

ООО «КТС» приглашает:

КУРЬЕР (пеший)
30 000 – 45 000 р. + премия

ВОДИТЕЛЬ-КУРЬЕР
40 000 – 55 000 р.

Компенсация:
ГСМ, сотовая связь, проезд.
График: 5/2.

8 (812) 748-22-88

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

СКУПКА КНИГ

Выезд по СПб и пригородам

от 100 экземпляров

ОПЛАТА СРАЗУ!

934-00-62

КУПИМ

фарфор, мебель, картины, часы, серебро, значки, фото, открытки, ёлочные игрушки

948-23-83

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

КУПЛЮ

■ 980-08-00 Дорого! Зингер. Книги. Часы. Куклы. Ёлочные 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

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

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

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

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК» 8 (962) 724-29-44	РА «МАГАЗИН РЕКЛАМЫ» 8 (812) 424-32-11
РА «ПАЛЛАДА» 8 (921) 899-98-75	РА «ФРИИ МЕДИА» 8 (812) 996-72-97 м. «Пл. Ленина» только безналичный расчет

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ 8 (961) 580-88-49 Срочно! Продам дом на берегу Краснодарского водохранилища. Шикарный вид на воду и горы. Элитный поселок «Зелёный берег». 118 м², 8 соток, центр. коммуникации, газ, интернет, охрана. Строил для себя, материалы высшего качества. Цена 7,7 млн. руб. krasnodarbereg.ru Тел.: 8 (961) 580-88-49

■ 932-74-32, 8 (901) 374-31-21 Агентство недвижимости поможет Вам быстро, выгодно, надёжно сдать квартиру, комнату, дачу, коттедж на любой срок в г. Санкт-Петербурге и Ленинградской области. Тел.: 932-74-32, 8 (901) 374-31-21

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

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

■ 8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т.д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое студийное концертное оборудование. Дмитрий. Тел.: 8 (916) 774-00-05

■ 8 (931) 337-91-68 Купим книги. Тел.: 8 (931) 337-91-68

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ	8 (962) 724-29-44
ПО ПОЧТЕ	reklama@kardos.ru
ЦЕНА	Стоимость строчного объявления от 250 рублей за 1 выход
КАК ОПЛАТИТЬ	1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте <i>kardos.media</i> , в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера); 2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки уточняйте у менеджера

СООБЩЕНИЯ

■ Диплом 78 СПА 0005876 регистрационный № 6621 от 07.07.2011 г., выданный ГОУ СПО «АТЭМК» СПб на имя Сенкевича Виктора Владимировича, в связи с утерей считать недействительным.

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

■ 8 (931) 540-23-72 Недорого клею обои, крашу потолок. Пол – линолеум, ламинат, паркет, кафель. Обшиваю стены и потолок панелями или гипроком – очень недорого. Не посредник. Тел.: 8 (931) 540-23-72, Олеся, Костя.

■ 8 (904) 514-98-06 Ремонт, недорого. Все виды работ. Пенсионерам скидки. Мелкие работы. ЗВОНИТЕ! Тел.: 8 (904) 514-98-06, ОЛЬГА. Помогу с материалом.

По вопросам размещения рекламы в газете «ТЕЛЕК» звоните!

8 (962) 724-29-44

Ваши ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!

Скрытые угрозы неправильной осанки

1490 руб.
990 руб.



В нашем организме все взаимосвязано и нарушение в одном отделе может привести к негативным последствиям разного уровня. Неправильная осанка провоцирует возникновение различных проблем со спиной. Постоянно опущенные плечи создают излишнее давление на грудную клетку, диафрагму. Возникает негативное воздействие и на внутренние органы, расположенные в брюшной полости, что может нарушать процесс пищеварения... Инновационный корректор осанки Вам в помощь! Оснащен интеллектуальным чипом, который запоминает правильное положение спины. Если спина сгибается на 25° и более, активируется вибросигнал. Благодаря удобным ремням из эластичного и дышащего материала, легко регулируется, а благодаря универсальному размеру его можно использовать всей семьей.

Чудо-пленка «Надежная защита» 3 м x 60 см

1 шт. 690 руб. 2 шт. 990 руб.



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

Лента «Супер Фикс»

1 шт. 690 руб.
2 шт. 990 руб.



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

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 шт. 990 руб.



Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте его в розетку. Можно использовать если в доме дети, собаки и кошки. Безопасно для ваших домашних.

1+1 Купи один и получи второй в подарок!

Ультразвуковое устройство «Золушка» для бережной стирки

1990 руб.
1290 руб.



Сверхминиатюрное ультразвуковое устройство «Золушка» (поместится на ладони) бережно перестраивает горы белья в емкости любого объема и обеспечивает высокое качество стирки. Сверхэкономична: потребляет электроэнергию менее 20 Вт. Работает бесшумно. Благодаря компактному размеру машинку удобно брать с собой в командировку, на дачу. Она легко помещается в обычной сумке. Устройство может постирать крупные вещи, и вам не придется сдавать их в химчистку (одеяла, скатерти, гардины, шторы).

Стул для ванны и душевой с регулируемыми ножками

2990 руб.
2490 руб.



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

Массажная подушка с функцией прогрета

3800 руб.
1490 руб.



Ноет спина? Мышцы словно окаменели? Массажная подушка – Ваше спасение! Нефритовые камни, словно опытные руки специалиста промассируют ваши проблемные зоны и Вы ощутите приятное тепло и легкость. Массаж-шиацу + разогрев. Поможет убрать спазмы мышц согревает и расслабляет. Используйте дома, в офисе, в автомобиле. Не является медицинским прибором.

Светильник «Чемпион солнечная батарея» + второй в подарок!

Суперцена!
1190 руб.



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

Пульсоксиметр

1990 руб.
1390 руб.



Прибор для измерения сатурации (насыщения крови кислородом) и пульса. Позволяет без анализа крови определить сатурацию. Кроме этого, устройство показывает пульс в реальном времени. Пульсоксиметр также можно использовать и во время занятий спортом для контроля пульса. Его небольшие габариты могут использовать спортсмены для контроля пульса.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Палочки для очистки водосточных труб

690 руб.



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

1+1 Купи один и получи второй в подарок!

Набор для детей «Рисуй светом»

1590 руб.
990 руб.



Это уникальный, развивающий, интерактивный набор для рисования и творчества. С помощью специального светодиодного маркера и уникального планшета ваши дети смогут создавать невероятные светящиеся картины. Волшебной палочкой-фонариком можно нарисовать звезды, луну, деревья, птиц, море, самих себя – да что угодно! Чем ближе маркер к планшету, тем четче и ярче будут рисунки. Световой набор является частью арт-терапии, развивает фантазию и творческие способности, снижает страх темноты. Благодаря этому набору дети с легкостью запоминают буквы и цифры, развивают моторику рук и координацию движений. Можно рисовать в полной темноте.

Термоноски «Аляска»

мужские, женские, детские

4 пары по суперцене 790 руб.



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

Усилитель звука

1790 руб. 1190 руб.



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

Матрас топпер с анатомическим эффектом

Суперцена!
от 1690 руб.



Размеры:
70x200 см; 80x200 см;
90x200 см; 120x200 см;
140x200 см; 160x200 см
Делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника, бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов, разглаживает ямки и перепалы.

Ледоходы для обуви

Суперцена!
690 руб.



Ледоходы – легкая и уверенная походка по скользким поверхностям. Они обеспечивают прочное сцепление со льдом и избавляют вас от падений, царапин и ссадин. Ледоходы легко одеваются на любую обувь размером от 35 до 45. Отличительные черты новой модификации Ледоходов – дополнительный противоскользящий протектор и 5 особо прочных шипов на каждой подошве, т.е. 10 шипов на пару, благодаря которым ледоходы максимально надежно держат Вас на самом скользком льду.

Термокерамический обогреватель

1990 руб. 1490 руб.



Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую температуру от 15 до 32°. Система климатроник термостат (автоматически выключается, когда достигнута заданная температура). Встроенный таймер, дисплей и система защиты от перегрева. Малое потребление электроэнергии. Этот прибор способен легко согреть помещение площадью 20 кв.м.!

Самогонный аппарат «Маруся»

2990 руб. 1690 руб.



Производит 1000 мл самогона в час! Не требует водопровода. Подробная инструкция. Россия. Вкусароматические концентраты на 300 литров коньяка каждому в подарок!

Термобелье «Нежные объятия» Мужское, женское

990 руб.



Современный способ оставаться в тепле в любую погоду! Термобелье можно носить под: брюки, джинсы, тонкие джемпера, блузы. Термобелье изготовлено из трехслойного волокна, которое нейтрализует размножение бактерий, устраняет запах пота, обеспечивает постоянный влагообмен. Термобелье «Нежные объятия» также выполняет функцию корректирующего белья. Благодаря специальному утягивающему вставкам вы будете выглядеть стройнее и изящнее.

Набор кружевных бюстгалтеров «Ажур Бра»

В комплекте 3 штуки: белый, черный и бордовый.

1990 руб.
1490 руб.



Ажур Бра – это изумительное бесшовное, кружевное белье, которое отлично поддерживает спину и грудь, но при этом не давит и не натирает. Белье поднимает бюст и сглаживает неровности, придает округлые формы. Специальное усиленное плетение посередине для создания красивого декольте. Можно носить как нижнее белье, как топ под пиджак и как спортивное белье. Для увеличения объема есть потайные кармашки под поролоновые вкладыши. S-M (42-46), L-XL (48-50), 2XL-3XL (52-56), 4XL (58-60).

Бюстгалтель корректирующий «Ах Бра»

1710 руб.
990 руб.



Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без петелек, крючков, швов и косточек; не собирается складками и не сдавливает по бокам; делает декольте соблазнительным; эластичный, не ограничивает движений, удобно заниматься спортом. Размер «Ах Бра» совпадает с размером вашей одежды (майки, рубашки): S 40-42, M 42-44, L 46-48, XL 50-52, XXL 52-54, XXXL 54-56.

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

1 шт. 790 руб.
2 шт. 990 руб.



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

Говорящий хомяк Woody O'time (Original)

1790 руб.
990 руб.



Уникальные развивающие игрушки расшевелит до слез любого, попытавшегося поговорить с ними. Повторяют все произнесенные слова и звуки на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует с вами и имитирует хохот!!! Поднимут настроение и помогут развесть ли друзей! Покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Обогреватель настенный

1990 руб. 1490 руб.



Гибкий настенный электрообогреватель можно повесить на обоях, стене или на окне. Безопасен в эксплуатации. Обогреватель не сушит воздух и не сжигает кислород. Потребляет мало электроэнергии. Постоянная t 60-70°C. Позволяет быстро прогреть помещение. Россия.

Танцующая и поющая елочка

1280 руб.



Танцующая сказочная красавица, способна подарить настроение новогоднему празднику. Симпатичная елочка рассмешит любого! Танцующая елочка: поет заводную песенку, мигает огоньками и уморительно танцует, создаст новоднее настроение у взрослых и детей!

Набор «Парикмахер»

1800 руб.



1290 руб.

Хотите сэкономить время и деньги на походах в парикмахерскую? Тогда этот набор то, что Вам нужно. Он легко поможет добиться идеальной прически у вас дома, не требуя специальных навыков. Профессиональная машинка аккуратно снимет лишнюю длину, не выдергивая и не сминая волосы, очень проста в использовании. Установите нужную насадку и идеальная стрижка вам обеспечена! В комплекте есть все необходимое для профессиональной стрижки на дому.

Ножеточка

2 штуки по суперцене 990 руб.



Правильная и эффективная заточка ножей надолго! Имеет специальные направляющие, которые позволяют заточить нож по всем правилам – с нужным углом заточки. Моментальная и качественная заточка обеспечивает долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием. Имеется специальный разъем для ножниц и отверток.

Электрический измельчитель «Молния»

1490 руб.
1290 руб.



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

Бесконтактный инфракрасный термометр

1990 руб. 1490 руб.



Измеряет температуру, не прикасаясь к телу. Это очень удобно, если важно узнать температуру спящего малыша, не потревожив его сон. Вы можете легко измерить температуру на любом участке кожи всего за несколько секунд. В инфракрасном градуснике нет стекла и ртути, поэтому им нельзя пораниться или отравиться его содержимым. Не является медицинским изделием.

Фиксатор голеностопа «Легкий шаг»

2 штуки по суперцене 990 руб.



Бандаж фиксирует голеностопный сустав в анатомически правильном положении, обеспечивает его неподвижность и стабилизирует. Не изнашивается хрящевая ткань. Не перегружаются связки и мышцы. Сводится к минимуму риск получения растяжений, ушибов, вывихов.

Наколенник «Двигайся легко»

2 штуки по суперцене 990 руб.



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

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акций, правилах их проведения, кол-ве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по тел. 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 08.12.2021. по 30.12.2021. *По итогам продаж 2019 г. ООО «Топ-Шоп» ОГРН 1177746729115/19.07.2017. Юр. адрес: 115191, г. Москва, ул. 2-я Рощинская, 4, эт. 5, пом. 1а, ком. 1 раб. М №XII. Товар сертифицирован. Реклама.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 (499) 213-03-16

Работаем без выходных с 09.00 до 20.00