

№20
(432)

ТВ-программа с 18 по 24 мая 2020 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**СКАЗКИ,
КОТОРЫЕ
МЕШАЮТ
ОТНОШЕНИЯМ**

стр. 4

**С ЧЕМ НОСИТЬ
БЕЛЫЕ
КРОССОВКИ?**

стр. 17

**КАК УХАЖИВАТЬ
ЗА РАССАДОЙ
НА ГРЯДКЕ**

стр. 6

**10 ЛАЙФХАКОВ
ДЛЯ ВАШЕЙ
КУХНИ**

стр. 21

**НА СТОЛЕ
САЛАТ –
В СЕМЬЕ ЛАД**

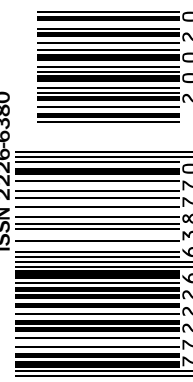
стр. 7

**КСЕНИЯ
ЛУКЪЯНЧИКОВА**

ЭТО КРАСИВО – БЫТЬ ВЫСОКОЙ стр. 2

Фото Ирины Марченко

ISSN 2226-6380



12+

Популярной её сделал сериал «Красная королева», где Ксения сыграла первую русскую манекенщицу Регину Збарскую – музу Вячеслава Зайцева.

Ксения ЛУКЪЯНЧИКОВА:

Это красиво – быть высокой»

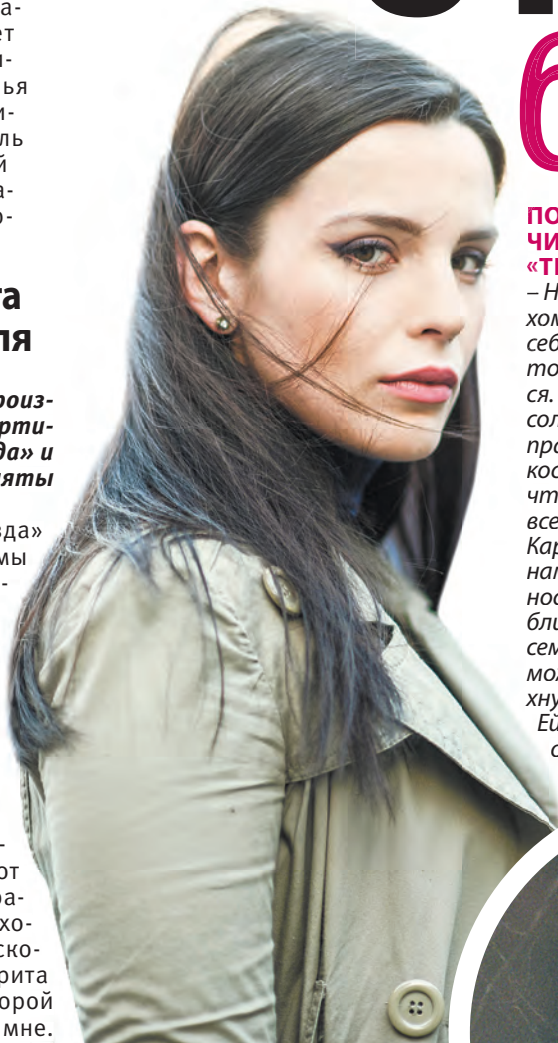
По признанию актрисы, эта работа перевернула ее сознание, придала уверенности и принесла известность. Не менее удачной своей работой Ксения считает роль Софьи в исторической драме «Крылья империи». «По значимости ставлю эту роль даже выше «Красной королевы», – призналась она нашему корреспонденту.

От журналиста до следователя

– Сейчас у вас в производстве сразу две картины – «Северная звезда» и «Город тайн». Обе сняты для канала НТВ.

– «Северная звезда» уже озвучена, и мы ждем, когда она выйдет на экраны. Сюжет очень интересный. При задержании преступника майор полиции Станислав Ракитин, которого играет Артём Ткаченко, был вынужден применить табельное оружие. К несчастью, от его выстрела пострадала случайная прохожая – ведущая городского телеканала Маргарита Сметанина, роль которой доверили сыграть мне. Против Ракитина возбудили уголовное дело и уволили из полиции. Все надеялись, что он получит условный срок. Но суд неожиданно приговаривает Стаса к 4,5 годам колонии общего режима...

Никогда не думала, что буду сниматься в колонии рядом с настоящими заключенными. Каждый раз, приезжая туда, испытывала страх. Проходя через плотный кордон железных дверей, чувствовала, как моя спина с каждой дверью, за-



ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Не падайте духом. Занимайте себя, делайте то, что хотите. Радуйтесь солнцу и управляйте в космос запросы, чтобы быстрее все закончилось. Карантин дал нам возможность быть ближе к себе и к семье, дал возможность отдохнуть природе. Ей тоже нужен отдых.

хлопывающейся за мной, словно пригибается ниже. Возвращаясь со съемок, испытывала огромное облегчение, невероятно сладкое чувство свободы. Даже представить не могу, что испытывают осужденные, для которых свобода брезжит где-то еще далеко.

О театре, Галине Вишневской и росте

– Природа дала вам много – вы играете на фортепиано, рисуете, пишете стихи, поёте, пытаетесь сочинять музыку, даже учились в оперном театре Галины Вишневской...

– Учиться там было не просто интересно, но и престижно, и я испытывала, не скрою, определенную гордость. Но дело в том, что, занимаясь там, я скоро поняла, что хожу туда не ради вокала, а ради актерских тренингов. Я с нетерпением ждала уроков по актерскому мастерству, и вокал ушел на второй план. Стала просить маму отдать ме-

ня в театральную студию. Огромное ей спасибо, что меня услышала. Теперь точно знаю, что к своим детям тоже буду прислушиваться, помогать им в реализации их желаний, а не тешить собственные амбиции.

В 13 лет пыталась поступить в Театр юношеского творчества, что на Невском проспекте. Но там сказали: «Девочка, ты куда идешь? У тебя огромный рост. Нам нужна героиня в 1,50, а у вас уже 1,70». Помню, рыдала на улице, звонила маме – может, это правда не мое? Но мама в меня верила и отвела в студию «Рубикон», в которой я прозанималась до поступления в Санкт-Петербургскую академию театрального искусства. Закончила ее и сразу переехала в Москву.

О нотах, красках и стихах

– Кстати, о самоизоляции. Как проводите время?

– Читаю, смотрю фильмы, занимаюсь спортом, слушаю музыку. Я в прошлом году еще стала диджеем, хочу расш-

рить свою деятельность, больше заниматься музыкой и вокалом. У меня есть такой жизненный лозунг: «Если есть, что сказать кистью, я пишу картину, если есть, что сказать словами (помимо профессии), пишу стихи, если есть, что сказать нотами, занимаюсь музыкой». Делаю шаги к тому, чтобы писать музыку самой.

– Домом вовсе не занимаетесь?

– Что вы! Я люблю свой дом. Обожаю готовить, изобретаю много интересных блюд. Чтобы их потом пробовать, надо много заниматься спортом. Конечно, очень напрягает нынешняя ситуация. 16 апреля я должна была начать съемки в новой картине, но они отодвинулись до конца мая. Держу кулачки, чтобы все скорее закончилось, и мы начали работать.

– Вам на съёмках подавали маленького хомяка. Где он сейчас?

– Живет у меня в клетке. Я очень люблю животных, но никогда больше не возьму зверька, которого надо содержать за решеткой. Это своего рода тюрьма. Поэтому в скором будущем приобрету кота, а когда построю

дом – собачку. Но на цепь ее не посажу.

Наталья АНОХИНА

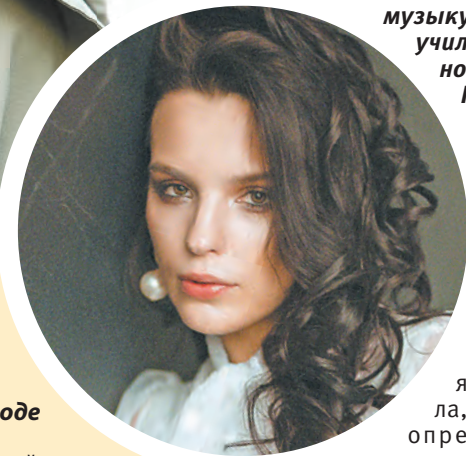
Фото: Ирина Марченко и РР НТВ

ДЕТАЛИ

Будет интересно!

– Параллельно с «Северной звездой» вы снимались в «Городе тайн»...

– «Город тайн» – это первый ремейк южнокорейского остросюжетного детектива Stranger. Если в «Северной звезде» я играла журналистку, то здесь – следователя РОВД. В картине есть все: убийства, расследования, любовь, дружба и... неожиданный финал, о котором рассказывать не буду, чтобы сохранить интригу. Одно обещаю: будет интересно! Если сериал хорошо примут зрители, надеюсь, мы снимем еще второй сезон.



ПОДРОБНОСТИ

«Даже в изоляции слежу за лицом»

– Уже на третьем курсе вам предложили сыграть первую манекенщицу России в сериале «Красная королева». Что дала эта картина, кроме популярности?

– Это была школа жизни. Я вошла в картину одним человеком, вернулась другим. Очень повзрослела тогда. Что важно – перестала стесняться своего роста, выпря-

милась и поняла, что это красиво – быть высокой.

– Ради роли отрезали тогда длинные волосы. Вы смело экспериментируете с внешностью?

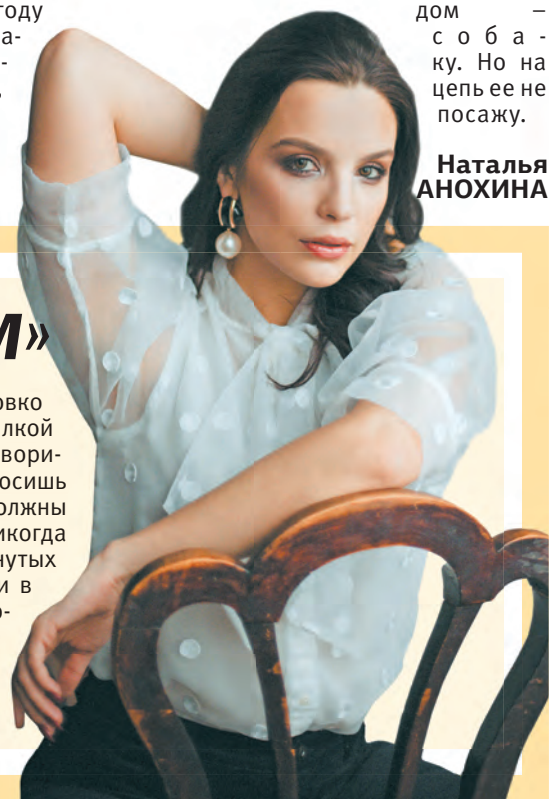
– Могу сказать одно: ради роли не готова побриться наголо. Для этого есть много художественных и гримерных приемов. Не считаю, что если артист отказался раздеться в кадре или побриться

наголо – он профнепригоден.

– Ваша бабушка была педагогом по этикету. Какие главные правила поведения она передала вам?

– Если я вдруг начинала громко смеяться за столом, могла и ложкой по лбу получить. Бабушка требовала, чтобы я всегда прямо держала спину, умела пользоваться столовыми приборами, хотя,

признаюсь, сейчас ловко управляюсь и одной вилкой (смеется). Бабушка говорила: «Даже когда выносишь ведро, глаза и губы должны быть подкрашены». Я никогда не хожу дома в растянутых спортивных штанах или в кофте с оторванной пуговицей. Даже находясь в изоляции, слежу за лицом. Я не для кого-то это делаю, для себя.



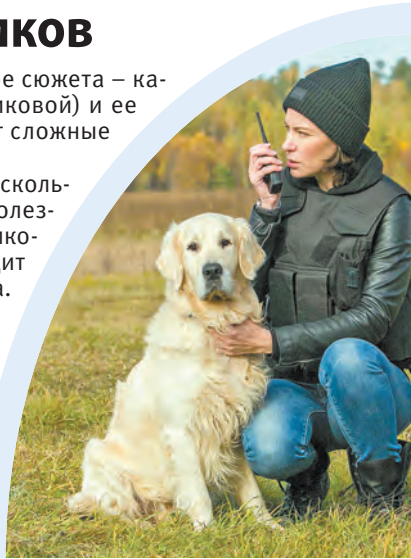
Катя и Блэк поймают преступников

На Первом канале – премьера сериала «Катя и Блэк». В центре сюжета – капитан полиции Екатерина Шатрова (в исполнении Юлии Мельниковой) и ее напарник – золотистый ретривер Блэк. Вместе они распутывают сложные дела и ловят преступников.

– Для меня участие в этом проекте было очень символичным, поскольку у меня много лет был золотистый ретривер, который умер от болезни, – рассказала нам исполнительница главной роли Юлия Мельникова. – Я тяжело это переживала, он был членом семьи. И вот проходит ровно год после смерти Бланш, и я отправляюсь на пробы проекта. Думала, меня там будет ждать овчарка или собака какой-либо другой породы – из тех, что обычно играют служебных собак. И тут я прихожу на съемки и вижу, что сидит пес – ну просто вылитая моя Бланш! Приехала домой, рассказала об этой встрече домашним, и они мне напомнили, что именно в этот день год назад умер наш питомец... Словом, я сразу согласилась на роль – для меня это был знак, что Бланш нас не оставляет...

Надо сказать, что после окончания съемок фильма Юлия Мельникова взяла себе щенка.

Фото Первого канала



Участников «Евровидения» соберёт новое шоу

Международный песенный конкурс «Евровидение» должен был в этом году состояться в Роттердаме (Голландия), но из-за пандемии был отменён. Однако организаторы нашли возможность поддержать артистов, которые должны были принять участие в этом конкурсе, и не лишать зрителей радости увидеть любимых исполнителей. Так, Первый канал будет транслировать в прямом эфире музыкальное шоу «Eurovision: Europe Shine A Light». 46 стран покажут участников «Евровидения» и их номера. Шоу, лишенное соревновательной составляющей, станет своеобразным чувством всех песен, которые должны были представлять страны-участницы на конкурсе в Роттердаме. Напомним, что от России будет показано выступление группы «Little Big» с композицией «Uno». Кстати, видео, которое было снято для «Евровидения», набрало в интернете уже более 86 миллионов просмотров.

Фото Первого канала



Александр Белькович растит себе смену

Ведущий кулинарной передачи «Просто кухня» на канале СТС Александр Белькович признался в том, что нашёл в карантине и огромный плюс. А именно – свободное время, которое подарило ему общение со своими детьми. Александр поделился с нами, что раньше не считал воспитание детей чем-то сложным.

– Раньше из-за работы я не так уж часто проводил время дома, с детьми, – рассказал телеведущий. – Сейчас, когда мы находимся вместе каждую минуту, я стал подмечать черты их характеров – и оказалось, что это безумно интересно!

Александр, несмотря на карантин, по-прежнему много времени проводит на кухне – готовит для семьи и записывает кулинарные видео. И подключает к приготовлению пищи детей, которые с большим интересом следят за папиным «колдовством» – когда из ничего вдруг получаются такие вкусные блюда, что пальчики оближешь!



ТНТ вспомнит прошлое

На телеканале ТНТ – премьера драматического сериала «Мир! Дружба! Жвачка!». В нем глазами подростков показана такая разная и бурная жизнь 90-х. Это рассказ и о взрослении и дружбе, и о переменах в нашей стране. В главных ролях снимаются Юрий Борисов, Ксения Каталымова, Степан Девонин, Ангелина Стречина и многие другие молодые актеры.

– Все авторы сериала были подростками в это время, и образы писали с коллективного «я», – рассказал нам Антон Щукин, автор и продюсер этого сериала. – Каждый поделился своими историями из детства. Мы делились своими страхами, переживаниями и надеждами, своими хрупкими семейными драмами. 90-е оставили шрам на всю страну... И все равно я остаюсь оптимистом: ведь мы смогли пройти испытания 90-ми – значит, сможем остаться людьми в самые сложные времена.

Фото ТНТ

В «Модном приговоре» новые ведущие

На Первом канале в передаче «Модный приговор» произошли временные изменения. Пока главный «судья» шоу и историк моды Александр Васильев будет отсутствовать – его будут заменять сразу два ведущих. Часть программ будет вести Валдис Пельш, а другую часть – Дмитрий Дибров. Выбор не случайный: Валдиса часто можно увидеть на показах дизайнеров, на неделях моды. Что же касается Дмитрия Диброва, то у него – уже сложившийся запоминающийся стиль. Кроме того, в коллекции у этого телеведущего – порядка 500 галстуков!

Фото Вадима Тараканова



Никита Панфилов посадил тюльпаны

Звезда сериалов «Победители», «Пуля» и «Пёс» на канале НТВ Никита Панфилов недавно отметил день рождения. Актеру исполнился 41 год. Этот день он провел в кругу семьи в своем загородном доме. Земельный участок вокруг дома стал для актера настоящей отрадой – именно сюда он направил сейчас все свои силы и нереализованные творческие фантазии. Как нам стало известно, Никита обожает работать на приусадебном участке – ухаживать за деревьями, копать в земле, получая свои домашние овощи. А на радость маленькой дочери возле самого дома он высадил тюльпаны.



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА».



«Родительское право» Марины Коняшкиной

На телеканале «Россия 1» – премьера сериала «Родительское право». Главная героиня Елена Покровская – молодой дизайнер. В российской столице она выходит замуж за сына влиятельного бизнесмена, рождает дочь. Но в один момент оказывается на улице, ее обвиняют в убийстве, сажают в тюрьму и пытаются лишить родительских прав.

– Мы снимали часть фильма в реальной Можайской женской колонии, провели там два дня, – рассказывает нам исполнительница главной роли Марина Коняшкина. – У нас досматривали сумки, нам запрещено было покидать вагончики и гримерные. Мы были в адском напряжении: нас пугали, что там сидят буйные. Но эти съемки дали мне колоссальный опыт! У меня изменилось отношение к жизни в целом. Я разговорила там с одной заключенной. Ее зовут Сима, ей около 19 лет. В ней не было ни грамма злобы, ни желания мести, а только мечта обнять своих родителей...

Фото пресс-службы телеканала «Россия 1»

Плохо разбираете речь по телевизору? Не слышите, что говорят ваши близкие?

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ
с повышенной разборчивостью речи!
ЕВРОПЕЙСКИХ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ

МИР СЛУХА
www.mirsluha.ru



АКЦИЯ 50%
*до 31 мая!

Успейте до повышения цен!

8 (495) 411-90-16

- ДОСТАВКА НА ДОМ!
- ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА НА ДОМ!
- Работает центр ст. м. «Третьяковская», ул. Пятницкая д. 28

• Гарантия 2 года!

• Пенсионерам скидки до 50%!

• Пробное ношение слухового аппарата!

РЕКЛАМА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

* С подробностями акции можно ознакомиться по телефону.

119017, Москва, ул. Пятницкая, д. 28, ООО «МИР СЛУХА» (Пятикварт.) ОГРН 1157140542933

В какой бы день вы ни включили Канал Disney, в утреннем эфире вас обязательно встретит Микки Маус.

Легендарный мышонок стал ведущим нового шоу «Доброе утро с Микки». Мультсериалы, рецепты, зарядка, песни, танцы – каждый день самых юных телезрителей ждет много интересного! Предлагаем вам вдохновиться ведущим программой Канала Disney и смастерить вместе с ребенком простые, но симпатичные поделки. Пусть время, проведенное дома, будет наполнено творчеством!

Сами с ушами: поделки в стиле Микки Мауса



Яркая подставка под кружку

ВАМ ПОНАДОБЯТСЯ:

- Разноцветная шерсть для валяния (можно заказать в интернет-магазинах для рукоделия)
- Миска с горячей водой

- Миска с холодной водой
- Мыло
- Клеевой пистолет (или клей-момент)

КАК ЭТО СДЕЛАТЬ:

- 1 Возьмите разноцветные кусочки шерсти и скатайте их в шарики чуть больше нужного размера.
- 2 Налейте в миску горячую воду, добавьте мыло и окуните туда каждый шарик. Прокатайте их поочередно между ладонями. Затем намочите шарики в прохладной воде и отложите на 10 минут.
- 3 Просохшие и затвердевшие шарики склейте вместе так, чтобы получился силуэт головы Микки Мауса.
- 4 Подставка для кружки готова! А если накрутить больше шариков, то можно сделать и подставку под горячие кастрюли.

Использовать клеевой пистолет или клей-момент можно только в присутствии и под контролем взрослых!



Подготовила Светлана СИДОРЧУК

Пуговичная фоторамка

ВАМ ПОНАДОБЯТСЯ:

- Рамка для фото
- Разноцветные пуговицы
- Клеевой пистолет (или клей-момент)

КАК ЭТО СДЕЛАТЬ:

- 1 Распределите пуговицы по цветам. Один силуэт головы Микки = три пуговицы одного цвета (одна большая и две поменьше).
- 2 Приклейте все цветные силуэты к рамке в произвольном порядке.
- 3 Рамка готова! Вставьте в нее любимую семейную фотографию.



Симпатичные значки

ВАМ ПОНАДОБЯТСЯ:

- Круглые значки
- Цветной картон (черный, красный, белый и красный в белый горошек, если захотите сделать значок в стиле Минни Маус)
- Ножницы
- Двусторонний скотч
- Клей
- Циркуль

КАК ЭТО СДЕЛАТЬ:

- 1 Начертите два круга – на черном и красном картоне. Их размер должен соответствовать диаметру значка. Вырежьте.
- 2 Разрежьте красный круг пополам. И наклейте одну половинку на черный круг с помощью двустороннего скотча.
- 3 Вырежьте два маленьких круга из белого картона – для пуговиц. Приклейте их на красный полу-круг.
- 4 Ровно наклейте всю эту картонную конструкцию на значок.
- 5 Вырежьте из черного картона два круга поменьше – это уши, которые нужно прикрепить к задней стороне значка с помощью клея или скотча.
- 6 Чтобы сделать значок в стиле Минни, вместо красного картона используйте картон в горошек, а вместо белых пуговиц понадобятся бантики.
- 7 Значки готовы, носите с удовольствием!

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий

Печём дома всей семьёй!

Ничто так не объединяет, как совместный труд и создание кулинарных шедевров. Каждый член семьи найдет себе дело по душе, а в результате получится общий праздник живота.

Ответы: кекс у мужчины, прическа у женщины, длинная борода у него же, трубочки у кекса справа, корзинка кекса рядом, крем у кекса слева, туника у мамы, закладка у девочки слева, газур на торте, подложка под ним же.

Итак, с любовью выращенная рассада доживает последние дни на подоконнике или буквально на днях уже переехала в грунт.

Первые недели на новом месте – период, требующий от нас, садоводов, повышенного внимания к посадкам. Особенно если речь идет о пасленовых – перцах и томате.

Пора переселяться

Благоприятные сроки посадки рассады пасленовых культур в открытый грунт наступают, когда почва уже достаточно прогрета и отсутствует угроза заморозков. В средней полосе это происходит во второй половине мая, на юге – в первой половине мая. Если высаживать раньше, то обязательно в теплицы или под пленочные укрытия.

Уход за перцем

Укрытие

Еще не окрепшая рассада, только что высаженная в открытый грунт, сильно реагирует и на ночные заморозки, и на дневные колебания температуры. Чтобы разница температурных колебаний не так сильно наносила вред растению, его следует защитить с помощью укрывного материала. Над растениями можно установить дуги и натянуть сверху пленку. Таким образом растения будут хоть немного защищены. Возможно, эта защита и будет тем важным элементом, который не даст повредить молодые кустики.

Регулярность и правильность полива

После того, как вы пересадили рассаду в грунт

Поможем рассаде при переезде в грунт



Купи землю, навоз, торф, теплицу, семена, удобрения, средства от вредителей, рассаду, инструменты, машину, бензин – и наслаждайся БЕСПЛАТНЫМИ овощами и фруктами с собственной дачи!

и полили ее, увлажнять почву нужно будет через пять дней после пересадки. Далее полив нужно будет проводить один раз в неделю. Полив осуществляется из расчета 1-2 литра жидкости на каждый куст перца.

Поливать перцы предпочтительно утром отстоянной водой. После увлажнения почвы, ее нужно взрыхлить.

Для сохранения влажности почвы на более длительное время можно замульчировать, например, соломой.

Подкормка

За весь период роста и развития культуры удобрять ее нужно минимум трижды.

Первый раз – после высадки, через 10-14 дней. Для роста рассады следует сделать азотные подкормки мочевиной (на 10 л воды 1 ч. л. препарата) или использовать раствор су-

каждого также на 10 л воды).

Второй раз подкормку нужно провести в период цветения. Повторно подкормить мочевиной и внести древесную золу (1 ст. л. на 1 кв. м).

Третья подкормка нужна после завязывания плодов. В этот период следует полить перцы раствором суперфосфата и калийной соли (на 10 л воды по 2 ч. л. каждого препарата).

Количество подкормок может быть увеличено в случае необходимости. Добавлять ли количество подкормок, можно определить по состоянию самого растения. Вносить удобрения необходимо во второй день после полива растений, чтобы почва была немного влажной.



пер-фос-фата и кар-бамида (по 1 ст. л.

Уход за томатами

При выборе места на дачном участке вспомним, что томаты лучше всего растут на супесчаных и суглинистых почвах, но могут приспособиться к разным типам почв. Следует учесть возраст высаживаемых растений. Томатная рассада высаживается в возрасте 55-60 дней.

Удобрение

При посадке в лунку можно вносить перегной. Лунку нужно полить водой. В образовавшуюся «жизнь» высаживаем рассаду. А после посадки лунку можно замульчировать торфом для предупреждения появления почвенной корки.

СОВЕТ
Категорически противопоказано класть сверху свежий навоз. Это может привести к грибковым заболеваниям.

При такой посадке рассада хорошо приживается и не требует полива в течение первой недели после посадки.

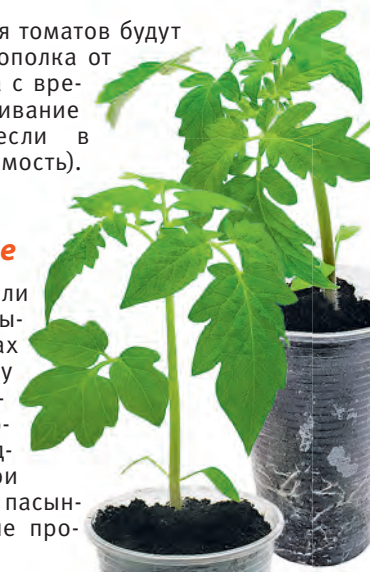
Полив

Если не наблюдается осадков, то поливать томаты следует один раз в неделю, но обильно (7-10 л воды на 1 кв. м). Температура воды при этом должна быть не ниже 15 градусов. А после полива нужно прорыхлить почву в междурядьях и окучить растения.

Также уходом для томатов будут своевременная прополка от сорняков и борьба с вредителями (опрыскивание инсектицидами, если в этом есть необходимость).

Подвязка и пасынкование

Через 2-3 недели после посадки на высокорослых томатах проводят подвязку к опоре и пасынкование. На низкорослых томатах подвязку проводят при необходимости, а пасынкование вообще не проводят.



КАК САДОВОД САДОВОДУ

Отправляясь на дачный участок, мы, несомненно, кроме работы на грядках также хотим провести время в красивой и приятной атмосфере, наслаждаясь теплым весенним солнышком, свежим ветерком и, конечно, чашкой ароматного чая или кофе. А молодежь мечтает и спортом заняться. Поэтому рассмотрим сегодня, какие виды организации дачного пространства существуют.

Как оформить зону отдыха

Закрытая беседка

Это сооружение подойдет для уединения и релаксации, даст возможность помечтать, отдохнуть. Закрытая беседка похожа на комнату, стены которой можно закрыть занавесками из ткани, прутьями с вьющимися растениями или другими подручными средствами. Также существует «мобильный вариант» обустройства площадки. При проектировании такого варианта можно в любое время превратить «комнату» в открытую поляну. Достаточно приобрести сборные и переносные каркасные беседки.



Патиио

Еще один вариант зоны отдыха. Это внутренний дворик, закрытый от посторонних глаз, расположенный между придомовыми и хозяйственными постройками. Стены дома выполняют роль ограждающих опор. Патиио можно назвать «комнатой под открытым небом». Не правда ли, здорово?

Спортплощадка

На открытой площадке для активного отдыха есть возможность заняться спортом на свежем воздухе, поиграть, позаниматься силовыми упражнениями и просто активно провести свое свободное время.



Сегодня в нашей рубрике «Литературный обед» мы решили представить салаты от русских писателей.

На наш взгляд, каждый из них по-своему интересен и оригинален. Попробуйте приготовить какой-то из этих салатов. А еще, когда есть время на самоизоляции, можно прочесть и освежить в памяти произведения.

Винегрет по-французски

Русским салатом в Париже называли винегрет. Однако парижский винегрет той поры значительно отличался от привычного нам.

«На другой день он опять пришел и сел за свой столик. Она была сперва занята, принимала заказ двух французов и вслух повторяла, отмечая на блокноте:

– *Caviar rouge, salade russe... Deux chachlyks...* (Красной икры, русский салат... Два шашлыка... (франц.))»

Иван Бунин, рассказ «В Париже» (1943 г.)

На 3 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 крупная свекла, 2 картофелины, 2 моркови, 100 г маринованных белых грибов, банка фасоли в с/с, 100 мл оливкового масла, 2 ст. л. горчицы, 2 ч. л. яблочного уксуса, небольшой пучок укропа, молотый черный перец по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 63 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Картофель, свеклу и морковь сварить до готовности, остудить, почистить, нарезать мелкими кубиками. 2 Приготовить соус: масло, горчицу и уксус соединить в одной емкости, поперчить, взбить до однородности. 3 В порционные салатницы выкладывать винегрет слоями, каждый из которых поливать 1-2 ч. л. соуса: свекла, фасоль, грибы, картофель, морковь. 4 Укроп мелко нарубить и посыпать готовые винегреты.

Беседуют два писателя:

– Мне кажется, что за моим творчеством всё больше и больше следят.
– Дружище, может, у тебя паранойя?



На столе салат – В семье мир и лад



Ерундопель из Питера

«– А вот вашей милости дожидались. Ерундопель соорудить надо... Это драгоценное снадобье... Вот извольте прислужать, как я буду заказывать... Икры салфеточной четверть фунта, масла прованского, уксусу, горчицы, лучку накрошить, сардинки четыре очистить, свежий огурец и пять вареных картофелин – счетом. Живо!..»

Половой удалился.

– Ерундопель, – продолжал распорядитель, – выдумка привозная, кажется из Питера, и какой-то литературный генерал его выдумал».

Пётр Боборыкин, роман «Китай-город» (1882 г.)

Кстати, составляющие этого салата могли меняться в зависимости от пожеланий клиента или вкуса подающей ерундопель хозяйки.

На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 свежий огурец, 5 картофелин, 1 луковица, 1 слабосоленая сельдь, 100 г красной икры, 4 ст. л. растительного масла, 2 ч. л. столового уксуса, 1 ст. л. горчицы.

Калорийность (на 100 г): 179 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Картофель сварить в мундире до готовности, остудить, почистить. 2 Все овощи нарезать мелкими кубиками. 3 Разделить и нарезать небольшими кубиками сельдь. 4 Приготовить соус винегрет: с помощью венчика смешать уксус с горчицей, понемногу ввести растительное масло, постоянно взбивая. 5 Соединить в одной миске все ингредиенты, перемешать, заправить соусом.



«Кто не придает должного значения питанию, не может считаться по-настоящему интеллигентным человеком».

А.П. Чехов

Светлана ИВАНОВА

Овощной русский салат

«Обед был русский, без затей, но сытный и Петру Васильевичу гораздо более пришелся по вкусу, чем ухищренные яства вдовы».

Иван Тургенев, повесть «Два приятеля» (1853 г.)

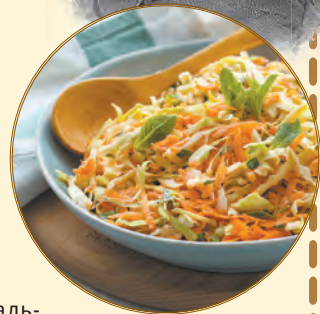
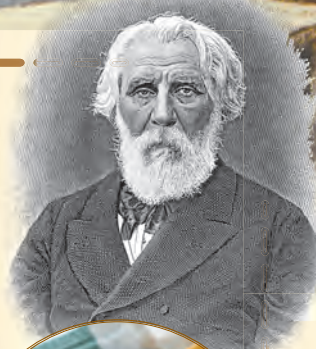
На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 1 черная редька, 2 моркови, 1 корень петрушки, 1 яблоко (антоновка), 250 г белокачанной капусты, по 3-4 веточки зелени (укроп, петрушка), 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. винного уксуса, 1 ч. л. сахара, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 67 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Капусту тонко нашинковать. 2 Остальные овощи и яблоко почистить, натереть на крупной терке. 3 Соединить масло, уксус и сахар, взбить до полного растворения сахара. 4 Смешать все овощи, посолить, поперчить, заправить полученным соусом. 5 При подаче украсить зеленью.



ПОВАР С ЭКРАНА

Цыплёнок в апельсиновом маринаде с кускусом

Каких только обедов не готовил известный журналист, ресторанный критик и гастрономический профессионал Алексей Зимин в шоу имени себя на НТВ – и дамский, и итальянский, и даже в стиле фламенко! За несколько лет он открыл для зрителей множество разных вкусов, и сегодня в специальной совместной рубрике «Телека» и НТВ «Повар с экрана» Алексей представит еще одно вкуснейшее блюдо.



4 порции, 60 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ: окорочка цыпленка – 4 шт., апельсин – 1 шт., кетчуп – 50 г, масло растительное – 50 мл, кумин, розмарин, кайенский перец – по 1 щепотке, помидоры консервированные – 400 г, лук красный – 1 шт., чеснок – 3 зубчика, джем – 100 г, петрушка – 5 г, кинза – 10 г, базилик – 10 г, кускус – 400 г, масло оливковое – 50 мл, горошек зеленый – 400 г, изюм – 150 г.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1 Куриные окорочка замаринуйте на полчаса в смеси кетчупа, кайенского перца, кумина, розмарина, соли, растительного масла и сока апельсина.

2 Переложите курицу в форму для запекания, залейте маринадом и отправьте в духовку, разогретую до 180 градусов, минут на 30.

3 Для гарнира ку-

кусус всыпьте в сковороду с разогретым растительным маслом. Перемешайте, обжарьте крупку, а потом влейте воду. Добавьте изюм.

4 Томаты выложите в миску, добавьте мелко нарубленный красный лук, чеснок, соль, мелко нарубленную петрушку, базилик, кинзу, а также консервированный горошек и ягодный джем. Перемешайте, а потом соедините с кускусом.

5 Подавайте румяную курицу с пикантным кускусом.

Программа «Готовим с Алексеем Зиминим» выходит на НТВ по субботам.



Откуда взялись циники?

? Мне часто говорят, что я циник. Возможно, спорить не буду, характер у меня действительно не самый мягкий. Но вот интересно, а само слово «циник» откуда взялось? Кто его придумал и какой смысл в него вложил? Валентина Углова, г. Подольск

Циники, а вернее, киники, появились в Древних Афинах после казни Сократа. Его ученик Антисфен Афинский посчитал казнь мудрого и благородного философа несправедливой. Ведь в вину мудрецу вменялось подрывание норм общественной морали, а на самом деле казнен он был за спасение на поле брани полководца Аливикида, позже перешедшего на сторону вражеской Спарты. Тогда-то Антисфен и решил для себя, что общественная афинская мораль – «есть ложи и зло», прикрывающая корыстные личностные интересы далеко не всего народа. Создал свое учение, направленное против богачей, правящей верхушки и морали. Учение отрицало стремление к роскоши, призывая довольствоваться малым. Ярким и самым известным его представителем был Диоген Синопский, тот самый, который жил в бочке, питался объедками и просил милостыню возле статуй. Антисфена, Диогена и других приверженцев этого учения прозвали киниками – от древнегреческого «кион» (собака). То есть живущими среди собак. Из древнегреческого языка слово перешло в латинский, и буква «к» сменилась привычным уху «ц» – так появились циники.



Между нами, женщинами



Как дышат спринтеры

? А правда ли, что спортсмены во время забега на сто метров задерживают дыхание? Как у них это получается и зачем они это делают? Ольга Тимакова, г. Одинцово

Правда. Тренированные спринтеры действительно могут пробежать стометровку на задержке дыхания. Работает это так. Наша мускулатура сплошь пронизана кровеносными сосудами, по которым к клеткам доставляется кислород и питательные вещества.

Но на случай, так сказать, экстренный клетки мышц «придерживают» собственный запас кислорода и питательных веществ. А вдруг что. Вот это «а вдруг что» и случается в момент скоростного забега. Чтобы не расходовать силы, спринтер задерживает дыхание и стартует, заставляя клетки мышц активно потреблять свои запасы. На сто метров этого запаса вполне может хватить тренированному спортсмену.



Кто такие реморы?

? Услышала новое словцо, и что-то запало оно мне, из головы не идет: «ремора». Люблю обогащать свой лексикон новыми словами. Узнать бы ещё, что оно значит и к чему его можно применить. Кира Студная, со-трудница клининговой компании, г. Москва

Ремора – это рыба-прилипала. Вместо спинного плавника у этих обитателей морей мощная присоска, с помощью которой они присасываются к крупным морским животным, например, к акулам или черепахам, выбрав для себя таким образом не только бесплатное «такси», но и источник дармового столования. Реморы с аппетитом поедают все, что осталось от обеда «извозчика». Случается, что тело акул сплошь облеплено этими тунейдцами, ленищимися даже плавать самостоятельно. Иногда можно увидеть ремор, прилипших к морским судам. Ну а что, пищевые отходы с судовой кухни тоже вкусняшка, почему бы ими и не полакомиться?

Куда вдруг делись ноги у принцессы Марии?

? Слышала, что вторая жена Филиппа IV упала в обморок, получив в дар чулки... От счастья, что ли? Чулки-то во времена Габсбургов были роскошью. Любовь Ильина, г. Мытищи

Роскошью, это верно. Да к тому же не абы какие принцессе в подарок чулки преподнесли, а самые что ни на есть шелковые – воистину царское подношение. Случилось это, когда четырнадцатилетняя невеста – австрийская принцесса Мария направлялась в Мадрид, где должна была встретиться со своим будущим мужем Филиппом IV. По дороге ей и преподнесли в дар чулки. Но приставленный к ней мажордом тут же выкинул их, чопорно произнеся: «У будущей королевы Испании нет ног». Имелось в виду, что принцесса – создания почти неземные, лишённые низменных страстей и непристойных желаний. А потому не следует такой-то полубогине этакий срам дарить. Но вышколенная придворным этикетом принцесса всерьёз решила, что в Испании в угоду тамошним обычаям её лишат ног, и потеряла от страха сознание, бедняжка.



Как готовят верещалку?

? Подруга пригласила меня погостить у неё на даче под Питером. Пообещала угостить вкусной верещалкой. Верещалкой? Что это? Как её готовят? Это действительно вкусно? Антонина Егорова, Рязанская обл.

Вкусно! Верещалка – это праздничное блюдо, впервые приготовленное поварами Великого княжества Литовского. Чуть позже рецепт переняли казаки. Верещалка готовится из лучших кусков разносортного мяса, отборной домашней колбасы. А называется так потому, что во время обжарки мяса на сильном огне оно скворчит, как бы «верещит». Почувствуйте smak: сочное мясо и



домашнюю колбасу нарезают на мелкие кусочки, обжаривают на сильном огне до румяной корочки; затем перекладывают в кастрюлю, присаливают, приправляют, заливают свекольным квасом, припорошивают мелко рубленным лучком и тушат до полуготовности под крышкой. За полчаса до окончания в кастрюлю добавляют натертый черствый ржаной хлеб. При подаче блюдо посыпают рубленой зеленью.

Где найти чудо-ягодку?

? Правда ли, что существует ягода, съев которую, можно полностью отказаться от сахара, потому что любое блюдо будет казаться сладким? Где она растёт? Или это сказка? Наталья Лазаревич, Владимирская обл.

Не сказка. Ягодка эта называется путерия сладковатая, а родом она из Западной Африки. Внешне ягодка похожа на кизил или крупный барбарис. Плоды обладают одним чудо-свойством. Съел одну-две ягоды, и в течение нескольких часов любая еда – будь то лимон или горчица, будет казаться сладкой на вкус. Исследователи объяснили это свойство содержанием в плодах глюкопротеина. К слову, высохшие плоды путерии такого свойства не имеют, поэтому их лучше замораживать. Но где же их взять, спросите вы? Вырастить самим! Первый урожай с выращенной на подоконнике путерии можно собрать уже через три-четыре года. Плод низкокалориен и имеет низкий гликемический индекс.

К сожалению, немногие серьёзно и глубоко задумываются, что на нашем лице есть мышцы и они очень нуждаются в тренировках.

Ведь именно дряблостью мышц объясняются многие морщины, появление второго подбородка, брылей и другие эстетические неприятности.

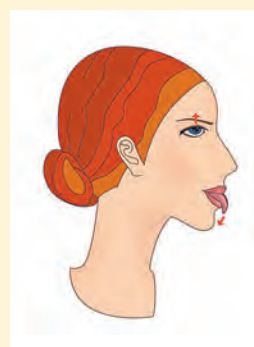
Хочешь выглядеть молодо, красиво, подтянуто – занимайся фитнесом для лица.

Регулярные упражнения нужны нашему лицу не меньше, чем телу. Хороший здоровый тонус лицевых мышц – залог долгой молодости нашего лица. Поэтому еще в прошлом веке были разработаны комплексы фитнеса для лица.

В отличие от косметического массажа, который является, по сути, пассивным фитнесом, эти упражнения активно работают с мышцами, чем обеспечивают лучший тонус и при этом не требуют посторонней помощи. Кроме того, фитнес для лица имеет более продолжительное действие, чем косметический массаж.

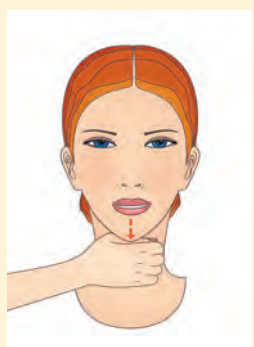
Предлагаем вам комплекс простых упражнений, регулярно выполняя которые, вы надолго сохраните молодость и свежесть лица и предупредите образование преждевременных морщин.

Фитнес для лица Творит чудеса



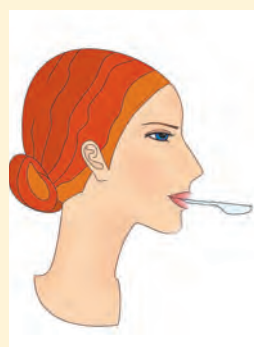
**УПРАЖНЕНИЕ 1
ДЛЯ
ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ
ВТОРОГО
ПОДБОРОДКА**

Расслабьте лицо и губы, высуньте как можно дальше язык. Не сжимая губ, делайте языком движения вверх (как кошка лакает молоко), напрягая при этом нижнюю часть лица и шею. Повторить 20-25 раз.



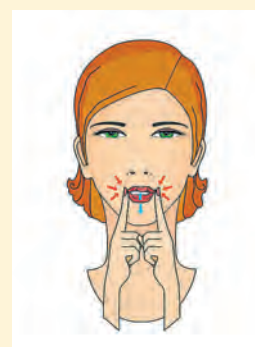
**УПРАЖНЕНИЕ 2
ДЛЯ УМЕНЬШЕНИЯ
ВТОРОГО
ПОДБОРОДКА**

Улыбнуться как можно шире, приподнять подбородок. Плотно обхватить руками шею и потянуть кожу вниз. Слегка откинуть голову назад, через 3 секунды вернуть в исходное положение. Повторить 30 раз.



**УПРАЖНЕНИЕ 3
ДЛЯ
РАЗГЛАЖИВАНИЯ
НОСОГУБНЫХ
СКЛАДОВ**

Взять столовую ложку, захватить ее ручку губами. Улыбаться, стараясь приподнять ложку и удержать ее в приподнятом положении 2 секунды. Повторить 20 раз.



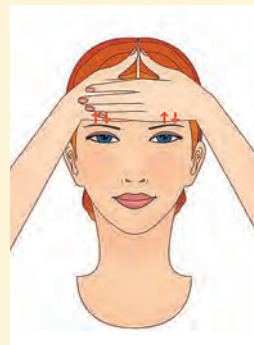
**УПРАЖНЕНИЕ 4
ДЛЯ
РАЗГЛАЖИВАНИЯ
МОРЩИН
НАД ВЕРХНЕЙ ГУБОЙ**

Губы сжать (но не стискивать), слегка приподнимая уголки. Указательным пальцем слегка постукивать по губам в течение 30 секунд.



**УПРАЖНЕНИЕ 5
ДЛЯ РАЗГЛАЖИВАНИЯ
КОЖИ
ВОКРУГ ГЛАЗ**

Основание ладоней расположить на верхних веках прямо под бровями. Посмотреть вниз, одновременно ладонями поднимая брови вверх. Прикрыть глаза верхними веками на 20 секунд, после чего убрать руки от лица. Повторить 2-3 раза.



**УПРАЖНЕНИЕ 6
ДЛЯ РАЗГЛАЖИВАНИЯ
МОРЩИН НА ЛБУ**

Расположить ладони на лбу параллельно бровям, навстречу пальцами. Нажать пальцами на лобную мышцу, потянуть ее вниз и в стороны. Медленно поднимать брови (не менее 20 раз), оказывая им сопротивление ладонями. Подняв брови в последний раз, зафиксировать положение на 20 секунд.



**УПРАЖНЕНИЕ 7
ДЛЯ КОРРЕКЦИИ
ОВАЛА ЛИЦА**

Открыть рот, нижнюю губу закатить за зубы, верхнюю – плотно прижать к зубам. На подбородке разместить и слегка прижать указательный палец. Медленно открывать и закрывать рот черпающими движениями, оказывая небольшое сопротивление пальцем. Повторять 20 раз, затем откинуть голову назад на 30 секунд, выдохнуть и расслабиться.

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



Фитнес для лица даст отличные результаты только в случае постоянных и регулярных занятий.



ПОДРОБНОСТИ

Экспресс-уход за руками



ТЁПЛЫЕ МЫЛЬНЫЕ ВАННОЧКИ

После уборки в доме или работы в саду они помогут быстро очиститься и восстановиться коже рук. В ванночку можно добавить немного овсянки, масла какао, морской соли – все эти компоненты мягко очищают и смягчают кожу, придают ей тонус и эластичность, способствуют отшелушиванию отмерших частиц. Для аромата в такую ванночку можно добавить листики мяты или палочку корицы. Продолжительность ванночки – не менее 15 минут. В завершение смазать руки любым кремом.

СМЕТАННЫЙ КОМПРЕСС

На две ложки сметаны средней жирности взять сырой куриный желток и несколько капель лимонного сока. Смешать и наложить перед сном на 20 минут. Обернуть руки пищевой пленкой и надеть кухонные варежки. После процедуры удалить остатки ватой.

ВТИРАНИЕ МАСЕЛ

Для укрепления ногтей полезно втирать в них оливковое масло, смешанное с морской солью. Вообще, любое растительное масло (нерафинированное) исключительно полезно для рук, особенно в возрасте 40+.

Даже если питание кожи недостаточное, растительные масла способны быстро восполнить этот недостаток. Очень полезно смазать руки растительным маслом, а через 5-10 минут убрать его остатки с помощью бумажного полотенца или салфетки.



REN	ТНТ	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «КИБЕР». (16+)	 20.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)	 23.00 «ПРОМЕТЕЙ». (16+)	 14.00 «МОЛОДЕЖКА». (12+)	 00.00 «ВЫШИБАЛА». (16+)	 12.15 «Понять. Простить». (16+)	
05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 15.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «КИБЕР». (16+) 22.30 «Водить по-русски» 23.30 «Неизвестная история». (16+) 00.30 «СПАРТАК: КРОВЬ И ПЕСОК». (18+) 02.30 «АНТУРАЖ». (16+)	07.00 ТНТ. Gold. (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.15 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.30 Бородина против Бузовой. (16+) 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+) 13.30 «Холостяк». (16+) 15.00 «САШАТАНЯ». (16+) 16.30 «ФИЗРУК». (16+) 18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 20.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+) Новый сезон! Колян решает устроить поминки по Иванычу и приходит к идее... 21.00 «Где логика?» (16+) 22.00 «МИР! ДРУЖБА! ЖВАЧКА!» (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.00 «Stand Up». (16+) 03.40 «Открытый микрофон». (16+) 06.10 ТНТ. Best. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.30 Гадалка. (16+) 14.00 «Очевидцы». (16+) 15.00 Мистические истории. (16+) 16.00 Гадалка. (16+) 17.00 Знаки судьбы. (16+) 17.30 «Слепая». (16+) 18.30 «ГРИММ». (16+) Три грабителя напали на антикварную лавку, убили хозяина и выпотрошили комнату-сейф. Эксперт, исследуя тело убитого, нашла в его желудке три старинные монеты. Загадка! Что собой представляют эти монеты, что хозяин так дорожил ими?.. 21.15 «КОСТИ». (12+) Найдено тело, заплombированное в бочке со щелоком. Расследование заставляет Буту вспомнить далекое прошлое... 23.00 «ПРОМЕТЕЙ». (16+) 01.45 «ПОМНИТЬ ВСЕ». (16+) 03.15 Странные явления. (16+)	06.00 Анекдоты. Лучшее. (16+) 07.45 Дорожные войны. (16+) 09.00 Остановите Витю! (16+) 09.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 10.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 11.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 12.00 +100500. (16+) 14.00 «МОЛОДЕЖКА». (0+) Россия, 2013 г. Молодёжная драма. 17.00 Утилизатор. (12+) 18.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 19.00 Невероятные истории. Дайджест. (16+) 20.30 Решала. (16+) 22.30 Опасные связи. (16+) 00.00 +100500. (18+) 01.30 Опасные связи. (18+) 02.30 «СВЕТОФОР». (16+) 05.00 Анекдоты. Лучшее. (16+)	06.00 Баскетбол. (0+) 08.00, 11.50, 14.05, 23.25, 03.10 Все на Матч! (12+) 08.20 «Мундиаль. Наши соперники. Саудовская Аравия». (12+) 08.40 Футбол. Чемпионат мира-2018. (0+) 10.45 «После футбола» с Черданцевым. (12+) 11.45, 13.10, 16.55, 20.20 Новости 12.20 Смешанные единоборства. (16+) 13.15 Лыжный спорт. «Тур де Ски»-2019-2020. (0+) 14.50, 03.55 Футбол. «Кубок УЕФА-2004-2005. (0+) Футбол. Кубок Англии. Сезон 2015-2016. (0+) 20.25 Тотальный футбол 21.25 Футбол. «Вердер» - «Байер». Чемпионат Германии. Пр.тр. 00.00 «ВЫШИБАЛА». (16+) 01.40 «Первые». (12+) 02.40 «Футбольная Испания». (12+)	06.30 «6 кадров». (16+) 07.05 «По делам несовершеннолетних». (16+) 08.05 «Давай разведёмся!» (16+) 09.10 «Тест на отцовство». (16+) 11.15 «Реальная мистика». (16+) 12.15 «Понять. Простить». (16+) 14.05 «Порча». (16+) 14.35 «БОЛЬШОЕ ЗЛО И МЕЛКИЕ ПАКОСТИ». (16+) 19.00 «МЕНЯ ЗОВУТ САША». (16+) 23.20 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+) 01.20 «Порча». (16+) 01.45 «Понять. Простить». (16+) 03.10 «Реальная мистика». (16+) 04.00 «Тест на отцовство». (16+) 05.40 «По делам несовершеннолетних». (16+)	

НОМЕР УЖЕ В ПРОДАЖЕ!



май 2020
Дача
Дачный спец с/в № 4

- томаты: **Металл ускоряет созревание**
- картофель: **Сажаем 2 кг, получаем - 10**
- огород: **Диетические грядки**
- в теплице: **Соберем огурцы. Гарантированно**
- капуста: **Все плюсы позднего посева**

ОГОРОД РАДУЕТ УРОЖАЕМ

1000 рублей зарабатывайте своим опытом! за каждое опубликованное письмо!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

12+ РЕКЛАМА

УВАЖАЕМЫЕ ПЕНСИОНЕРЫ!!!



Московская компания «Гильдия Столица» предлагает Вам заключить договор ренты на следующих условиях:

- Единовременная выплата до 5 000 000 рублей;
- Ежемесячно до 100 000 рублей;
- Оплата коммунальных услуг;
- Бесплатный уход и помощь по хозяйству

ЗАКЛЮЧИТЕ ДОГОВОР РЕНТЫ БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ

8 (495) 626-46-36

www.gstolica.ru

Реклама

ДУАЛЬ

Из каждой пары букв вычеркните одну так, чтобы оставшиеся образовывали кроссворд.

По горизонтали: Смута. Лесоруб. Младенец. Рулон. Оказание. Бином. Денди. Асфальт. Угроза. Полтина. Снегопад. Спица. Страсть.
По вертикали: Петуния. Хоровод. Шум. Медуза. Тюнинг. Блокада. Ацтек. Мерзлота. Исход. Растяпа. Пьяница. Бутса. Проект. Пакт.

П	З	Х	А	Б	Ш	С	М	Г	У	О
Л	Ь	М	О	Ж	Я	С	Б	И	Е	Ю
Ю	Е	С	Т	Р	У	Б	Е	Е	Ч	А
Т	Ф	О	Р	М	П	Л	А	Д	Ф	Н
Б	Е	Л	Р	И	Н	С	Е	О	У	Э
Н	Р	В	Ь	О	К	Л	З	Р	Н	Э
З	И	Х	Ж	М	З	А	П	Ю	Г	К
Б	О	Н	О	З	А	З	А	П	Ю	Г
Х	Я	О	Д	У	Н	Д	Г	И	Р	П
Я	О	Д	У	Н	Д	Г	И	Р	П	А
П	Б	П	М	А	Р	З	И	Р	А	Я
У	Щ	Р	О	З	А	З	А	С	О	Я
И	Т	Г	Е	Щ	Й	Ж	Х	О	Щ	Н
И	Т	З	О	Х	Л	С	П	Ч	О	Л
Л	Н	Б	Г	Д	О	П	Ж	У	Д	Я
С	Э	Е	З	О	Ч	А	Д	Б	Я	Н
А	М	В	К	Б	Т	Ж	К	Б	Ж	О
М	И	Т	Ш	Х	Д	Т	Я	С	П	И
С	Т	Ю	Р	А	С	Т	Б	А	Э	Ц

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with TV channels (TV1000, DOM КИНО, SONY CHANNEL) and movie/serial listings with times and ratings.

Table with TV channels (РУССКОЕ КИНО, ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО) and movie/serial listings with times and ratings.

Table with TV channels (СУПЕР, ФЕНИКС+КИНО, CTC LOVE, TV 21 ВЕК) and movie/serial listings with times and ratings.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with TV channels (МИР, ПЯТНИЦА, Ю, ПЕДА) and news/history listings with times and ratings.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

Table with TV channels (365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC) and educational listings with times and ratings.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with TV channels (УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!) and hobby listings with times and ratings.

Table with TV channels (ANIMAL PLANET, DISCOVERY, DISCOVERY CHANNEL, TLC) and animal/lifestyle listings with times and ratings.

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

REN	ТНТ	ТВ-3	Че!	Матч!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «ВЛАСТЬ ОГНЯ». (12+)	 13.30 «САШАТАНЯ». (16+)	 23.00 «ЗВЁЗДНЫЕ ВРАТА: НАЧАЛО». (16+)	 10.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)	 22.50 «ЖЕНСКИЙ БОЙ». (16+)	 11.30 «Реальная мистика». (16+)	
05.30 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 15.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Неизвестная история». (16+) 10.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ВЛАСТЬ ОГНЯ». (12+) 22.00 «Водить по-русски». (16+) 00.30 «СПАРТАК: КРОВЬ И ПЕСОК». (18+)	07.00 ТНТ. Gold. (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.15 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.30 Боролина против Бузовой. (16+) 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+) 13.30 «САШАТАНЯ». (16+) 16.30 «ФИЗРУК». (16+) 18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 20.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+) Новый сезон! Благодаря договоренностям Леры, Колян участвует в турнире местной федерации ММА. Он уверенно выходит в финал... 21.00 Импровизация. (16+) 22.00 «МИР! ДРУЖБА! ЖВАЧКА!». (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.00 «Stand Up». (16+) 03.40 «Открытый микрофон». (16+) 06.10 ТНТ. Best. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.30 Гадалка. (16+) 14.00 «Очевидцы». (16+) 15.00 Мистические истории. (16+) 16.00 Гадалка. (16+) 17.00 Знаки судьбы. (16+) 17.30 «Слепая». (16+) 18.30 «ГРИММ». (16+) Ник и Джульетта отправляются в романтическое путешествие за город. Но их отдых начинает идти не по плану после того, как Ник встречает тревожных соседей и обнаруживает, что у обеспокоенной жены есть редкое и ценное сокровище для защиты... 21.15 «КОСТИ». (12+) Бут и Бреннан расследуют гибель 9-летней участницы конкурса красоты. Расследование ведет к родителям погибшей... 23.00 «ЗВЁЗДНЫЕ ВРАТА: НАЧАЛО». (16+) 01.30 «ДЕЖУРНЫЙ АНГЕЛ». (16+)	06.00 «ИВАН ПОДУШКИН. ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА». (12+) 08.00 Дорожные войны. (16+) 08.00 Остановите Витю! (16+) 09.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 10.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 11.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 12.00 +100500. (16+) 14.00 «МОЛОДЁЖКА». (12+) 17.00 Утилизатор. (12+) Самая неожиданная автомобильная викторина. 18.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 19.00 Невероятные истории. Дайджест. (16+) 20.30 Решала. (16+) 22.30 Опасные связи. (16+) 00.00 +100500. (18+) 01.30 Опасные связи. (18+) 02.30 «СВЕТОФОР». (16+) 05.00 Анекдоты. Лучшее. (16+)	06.00 Баскетбол. (0+) 08.00, 14.05, 19.00, 21.55 Все на Матч! (12+) 08.25 «Мундиаль. Наши соперники. Египет». (12+) 08.50 Футбол. Чемпионат мира-2018. (0+) 10.55 Тотальный футбол. (12+) 11.55, 14.00, 17.00, 18.55, 21.50 Новости 12.00 Теннис. Пр.тр. 14.35 Баскетбол. Евролига. Сезон 2018-2019. (0+) 17.05, 04.10 Футбол. Российская Премьер-лига. Сезон 2018-2019. (0+) 19.30 Футбол. Кубок Англии. Сезон 2016-2017. (0+) 22.30 КиберЛига Pro Series. Обзор. (16+) 22.50 «ЖЕНСКИЙ БОЙ». (16+) 00.55 Bellator. Женский дивизион. (16+) 01.25 Смешанные единоборства. (16+) 02.15 Смешанные единоборства. (16+)	06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+) 07.20 «По делам несовершеннолетних». (16+) 08.20 «Давай разведёмся!» (16+) 09.25 «Тест на отцовство». (16+) 11.30 «Реальная мистика». (16+) 12.30 «Понять. Простить». (16+) 14.20 «Порча». (16+) 14.50 «МЕНЯ ЗОВУТ САША». (16+) 19.00 «МОЯ ЧУЖАЯ ДОЧКА». (16+) 23.20 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+) 01.20 «Порча». (16+) 01.45 «Понять. Простить». (16+) 03.10 «Реальная мистика». (16+) 04.00 «Тест на отцовство». (16+) 05.40 «По делам несовершеннолетних». (16+)	



ГОРОДСКАЯ
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ
СЛУЖБА

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК

В текущей непростой экономической ситуации все большее число москвичей сталкивается с финансовыми трудностями при организации похорон. Московская служба Ritual.ru предоставляет дополнительную социальную компенсацию людям, столкнувшимся со сложностями при организации погребения. Получить ее можно при организации похорон через городскую специализированную службу Ritual.ru

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
КОМПЕНСАЦИЯ
5 000 ₽**

при предъявлении данного объявления
сотруднику специализированной службы

Предложение действует до 31.05.2020 г.
Информация об организаторе
и подробности на сайте RITUAL.RU

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская специализированная служба «Ритуал-Сервис» (www.ritual.ru), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительного завышения цен на оказание ритуальных услуг.

Рекомендованный порядок действий

Если горе случилось дома:

1. Вызовите по круглосуточному номеру **8 (495) 300-3-300** сотрудника городской ритуальной службы, запишите его Ф.И.О. и табельный номер.
2. Обязательно проверьте **паспортные данные и номер служебного удостоверения** приехавшего сотрудника, чтобы убедиться, что он не «черный агент», получивший данные о вашем горе от неизвестных информаторов.
3. Вместе с сотрудником вызовите скорую помощь (тел. 103) и полицию (тел. 102).
4. Приготовьте **паспорт и мед. полис покойного, а также удостоверения личности** всех, кто находится рядом.

Если горе случилось в больнице:

1. Позвоните в городскую специализированную службу по номеру **8 (495) 300-3-300** и вызовите сотрудника ритуальной службы прямо в больницу.
2. Вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.

**Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 300-3-300
или на сайте службы www.ritual.ru**

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns for TV 1000, TV1000 РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО, and SONY CHANNEL. Lists programs like 'ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ', 'ПРИЗРАК', 'ХОЛОДНАЯ ГОРА', 'БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ', etc.

Table with columns for ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, and РОДНОЕ КИНО. Lists programs like 'УБИЙСТВО КОТА', 'ТАЙНОЕ ВЛЕЧЕНИЕ', 'ВЛАСТЬ УБИЙЦ', etc.

Table with columns for супер, СУПЕР, ФЕНИКС+КИНО, CTC LOVE, and TV 21 ВЕК. Lists programs like 'РОДИТЕЛИ', 'МАША И МЕДВЕДЬ', 'ПРОГНОЗИК ПОГОДИ', etc.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns for УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, and ЖИВИ!. Lists programs like 'Дети на даче', 'Сад своими руками', 'Цветники', etc.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with columns for МИР, ПЯТНИЦА, Ю, and ПОБЕДА. Lists programs like 'ВЫСШИЙ ПИЛОТАЖ', 'Орел и решка', 'Папа попал', etc.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns for 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, and NATIONAL GEOGRAPHIC. Lists programs like 'История: Мюнхенский договор', 'Невероятные изобретения', etc.

Table with columns for ANIMAL PLANET, Discovery, DISCOVERY CHANNEL, TLC, and TLC. Lists programs like 'Аэропорт для животных', 'Золотая лихорадка', 'Мастер макияжа', etc.

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00 Гандбол. Суперлига Париматч - Чемпионат России. Женщины. (0+)	00.00 Автогонки. Формула E-2017-2018. Гонконг. (12+)	01.00, 01.30 Автогонки. WTCR-2018. Марракеш. (12+)
07.30, 01.00 Баскетбол. Чемпионат Европы-2021. Мужчины. Трансляция из Италии. (0+)	03.15, 04.00 Снукер. International Championship-2017. Китай. (6+)	06.00 Автогонки. Формула E-2017-2018. Сантьяго. (12+)
09.20 Первые леди. (12+)	07.00, 07.30 Автогонки. WTCR-2018. Хунгароринг. (12+)	08.30 Мотогонки. «24 часа Ле-Мана»-2018. (12+)
09.45, 20.40 Хоккей. Чемпионат мира-2019. Трансляция из Словакии. (0+)	09.30, 20.00 Теннис. Player's Cut. Рафаэль Надаль. (6+)	12.30 Снукер. Селби - Уилсон. China Open-2018. Пекин. 1/2 финала. (6+)
11.35, 19.50 Чемпионская ночь ЦСКА. (12+)	13.30 Снукер. Селби - Хоукинс. China Open-2018. Пекин. Финал. (6+)	15.00, 16.30 Велоспорт. Классика «Джиро-д'Италия». (12+)
11.55, 14.25, 17.00, 19.45 Новости. (0+)	18.00 Велоспорт. «Тур де Франс»-2018. 19-й этап. (12+)	23.00 Олимпийские игры. Shredding Monsters. (12+)
12.00, 22.35 Волейбол. Лига Наций. Мужчины. Россия - Япония. Трансляция из Сербии. (0+)	18.05 Автоспорт. «FIA Motosport Games». Трансляция из Италии. (0+)	
14.30 Бокс. Чемпионат мира среди женщин. Финал. Трансляция из Улан-Удэ. (0+)	20.10 «Ride The Planet». Грузия. Рача. (12+)	
17.05 Несвободное падение. (12+)	02.50 Шахматы. Благотворительный турнир «Сборная России». (0+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
14.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)	05.00 Сделано в 90-х. (16+)
15.15 Битва фанклубов. (16+)	06.10, 11.35, 16.25 10 самых горячих клипов дня. (16+)
17.15 10 самых! (16+)	06.45, 08.45, 15.00, 20.00 PRO-новости. (16+)
17.50 Live в Кейф. (16+)	07.00 Каждое утро. (16+)
19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)	09.00 R'n'B чарт. (16+)
20.10 Золотой Граммофон-2018. (16+)	10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
22.30 TOP 30 - Русский крутяк недели. (16+)	10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
00.45 Караокинг. (16+)	12.20 Лайкер. (16+)
04.00 Неспиннер. (16+)	

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
08.20, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	05.00 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	05.00 «Ранние пташки». «Даша-путешественница», «Пластинки», «Котики, вперед!» (0+)
09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)	05.25 «Русалочка» (субтитры). (6+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
09.20, 17.00 «Простоквашино». (0+)	05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
10.00, 14.00, 17.30, 22.00 «Фиксики». (0+)	06.10 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)	07.30 «Чик-зарядка». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	06.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+)	07.35 «Маша и Медведь». (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)	07.30 «Затерянные в стране Оз». (6+)	08.10 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
11.35, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	08.25 «Пёс Пэт». (6+)	08.50 «Царевны». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	09.00 «Доброе утро с Микки». (0+)	09.20 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
13.35, 20.30 «Маша и Медведь». (0+)	11.15, 19.10 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+)	09.40 «Союзмультфильм» представляет: «Разные колёса». (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)	11.45, 21.05 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	09.55 «Лиса-строитель». (0+)
15.00 «Солнечные зайчики». (0+)	12.40 «Финес и Ферб». (6+)	10.05 «Теремок». (0+)
15.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	14.15 «Утиные истории». (6+)	10.10 «Хвосты». (0+)
18.00 «Хейрдорблз». (0+)	15.10 «Отель Трансильвания». (12+)	10.30 «Служба спасения домашнего задания». (6+)
18.05 «Робокар Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)	16.10 «Рапунцель: Новая история». (6+)	10.50 «Приключения Ам Няма». (0+)
18.10 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	17.10 «Город героев: Новая история». (6+)	11.00 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
18.25 «Малышарики». (0+)	18.10 «Гравити Фолз». (12+)	11.40 «Роботы-поезда». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)	19.30 «Не бей копытом». (0+)	12.10 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
19.55 «Кошечки-собачки». (0+)	23.00 «Стражи Галактики: Новая Миссия». (12+)	12.40 «Металлоны». (6+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	00.00 «ХАННА МОНТАНА». (6+)	13.05 «Гормити». (6+)
21.30 «Джинглики». (0+)	01.45 «ДЖИНСИ, ЧАРЛИ!» (6+)	13.25 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
22.25 «Смешарики. Пин-код». (0+)	03.10 «Псевдокот». (12+)	13.30 «Простоквашино». (0+)
		14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
07.01, 08.33 «Малыши и летающие звери». (0+)		14.10 «Вперёд, Астробой!» (0+)
07.13, 08.46 «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)		14.45 «Как устроен город». (0+)
07.30, 23.01 Мультфильмы. (6+)		14.55 «Гризли и лемминги». (6+)
09.00, 14.45, 22.41 Мультфильмы. (0+)		15.40 «Танцоры». (0+)
09.59, 11.00, 19.01 «Макс Стил». (12+)		16.00 «Бурёнка Даша». (0+)
10.28, 11.29, 19.30 «Октонавты». (6+)		16.10 «Сказочный патруль». (0+)
12.00, 15.46, 20.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)		17.00 «Йоко». (0+)
12.24, 20.25 Вот, что я думаю. (6+)		18.10 «Щенячий патруль». (0+)
12.30, 16.08, 18.00, 21.42 Мастерская «Умелые ручки». (6+)		19.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
12.45, 16.24, 18.15, 21.57 Проще простого! (6+)		19.55 «Оранжевая корова». (0+)
13.00 #BTEME. (6+)		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
13.16, 18.45, 22.27 Тайны сказок. (6+)		20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.32, 20.30 «Домики». (0+)		22.00 «Ниндзяго». (6+)
13.45, 17.00, 20.43 «Новые приключения кота Леопольда». (0+)		22.30 «Фьюжи Макс». (6+)
14.02, 17.16, 21.00 Кулинарные детки. (6+)		23.15 «Ералаш». (6+)
16.41, 18.30, 22.12 Микроистория. (6+)		01.00 «Лунни Тюнз шоу». (6+)
20.23 А вы знаете?! (6+)		02.20 «ТриО!» (0+)
		02.25 «Юху спешит на помощь». (0+)
		03.15 «Букварий». (0+)
		03.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00, 00.00 День Патриарха. (0+)	11.00 «ДЫМ ОТЕЧЕСТВА». (0+)
05.15 Новый Завет вслух. (0+)	13.00 Прямая линия. Ответ священника. Специальный выпуск (субтитры). (0+)
05.30 Лица Церкви. (6+)	14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
05.45 Библейский сюжет. Книга Иова. (12+)	15.05 «КАНИКУЛЫ КРОША». (0+)
06.20 Царская семья. Путь к святым. (12+)	16.35, 17.55 «БАЯЗЕТ». (0+)
06.45, 17.40, 21.30, 00.45 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)	20.00, 02.40 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
07.15 В поисках Бога. (12+)	22.55 Регент. (12+)
07.50, 19.00, 01.15 Завет. (6+)	00.15, 04.00 Неопалимая обитель. Цикл: Небо на земле. (12+)
08.50 «Божий дар». Мультфильм. (6+)	02.10 Иоанн Богослов. Цикл: Апостолы. (12+)
09.25, 22.00 Николай II. Сорванный триумф. (12+)	04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
10.25 Романовы. Цикл: Русские праведники. (12+)	04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

19 мая
Седмица 5-я по Пасхе. Глас 4.
Прав. Иова Многострадального.



Мчч. Варвара воина, Вахха, Каллимаха и Дионисия. Прп. Михея Радонежского. Прп. Иова Почаевского. Мч. Варвара, бывшего разбойника.

Поста нет.

«Все усердно оставившие житейское, без сомнения, соделали это или будущего ради Царствия, или из любви к Богу. Если же они не имели ни одного из сих намерений, то удаление их из мира было неразумно».

Св. Иоанн Лествичник

ГАРДЕРОБ

Белые кроссовки – маст хэв сезона, универсальная обувь практически на все случаи жизни.

Они стали неотъемлемой деталью современного образа в мире обуви, как и маленькое черное платье в мире одежды.

Универсальность

В этом сезоне популярны лаконичные белые кроссовки без каких-то особых примет, с круглым мыском. И конечно, на плоском ходу – кроссовки на высокой танкетке (не путать с утолщенной подошвой) уступают им модный пьедестал, хоть и остаются актуальными. И еще одна деталь: чем меньше на кроссовках разного рода украшений, тем больше образов можно создать с их помощью. Другое преимущество таких кроссовок – они подойдут ко всем вещам вашего гардероба.

Белые кроссовки имеют огромное преимущество перед самыми супермодными моделями: с легкостью вписываются и в классический, и в остромодный гардероб. Словом, это абсолютно универсальная сезонная обувь.

ИЗ ИСТОРИИ ВОПРОСА

Первой женщиной-дизайнером кроссовок стала Клаудиа Голд, более известная как граффити-художница Кло Мани. До Клаудии дизайном спортивной обуви занимались исключительно мужчины.

Белые кроссовки – выбор на каждый день

Сочетаемость и виды кроссовок

С чем носить белые кроссовки? На этот вопрос ответ очень прост: с чем угодно. Так, сочетание белых кроссовок с синими джинсами не выходит из моды вот уже несколько десятилетий и стало классическим. Уместны белые кроссовки с брючками и юбками, с платьями и шортами, с костюмами и практически любой верхней одеждой – потому что это удобно. В моде комфорт, а значит, именно это качество кроссовок выходит на первый план.

Для занятий спортом разработаны специальные образцы такой обуви. Не забыли дизайнеры удобной обуви модниц и тех, кто любит такую обувь в повседневной жизни. Мир кроссовок разнообразен. Так, одна из самых популярных моделей – сникерсы. Высокая подошва добавляет рост, дает возможность выбирать юбки и брюки любой длины и стила. Низкие кроссовки идеальны для города, хорошо сочетаются с юбками, платьями и костюмами.

Кроссовки без шнурков выполняют обычно из текстильных или даже сетчатых материалов. Они отлично подходят для носки в жару.

КСТАТИ

Принты и цвета

Белый – нейтральный цвет и потому без проблем вписывается в любую цветовую гамму. Белые кроссовки можно надеть даже с черным костюмом, в этом случае они разбавят возможно излишнюю строгость образа и станут его изюминкой. Точно такая же история с принтами: белый поддержит любую графику, флористику, анималистику и т.д. Исключительно эффектно смотрятся белые кроссовки с одеждой в полоску и клетку.

Выбираем материал

Натуральное кожаное покрытие – это гигиеничность, мягкость, долговечность. Бывает с перфорацией и без. Нога «дышит», но такая обувь дорогая. Подходит для длительных прогулок.

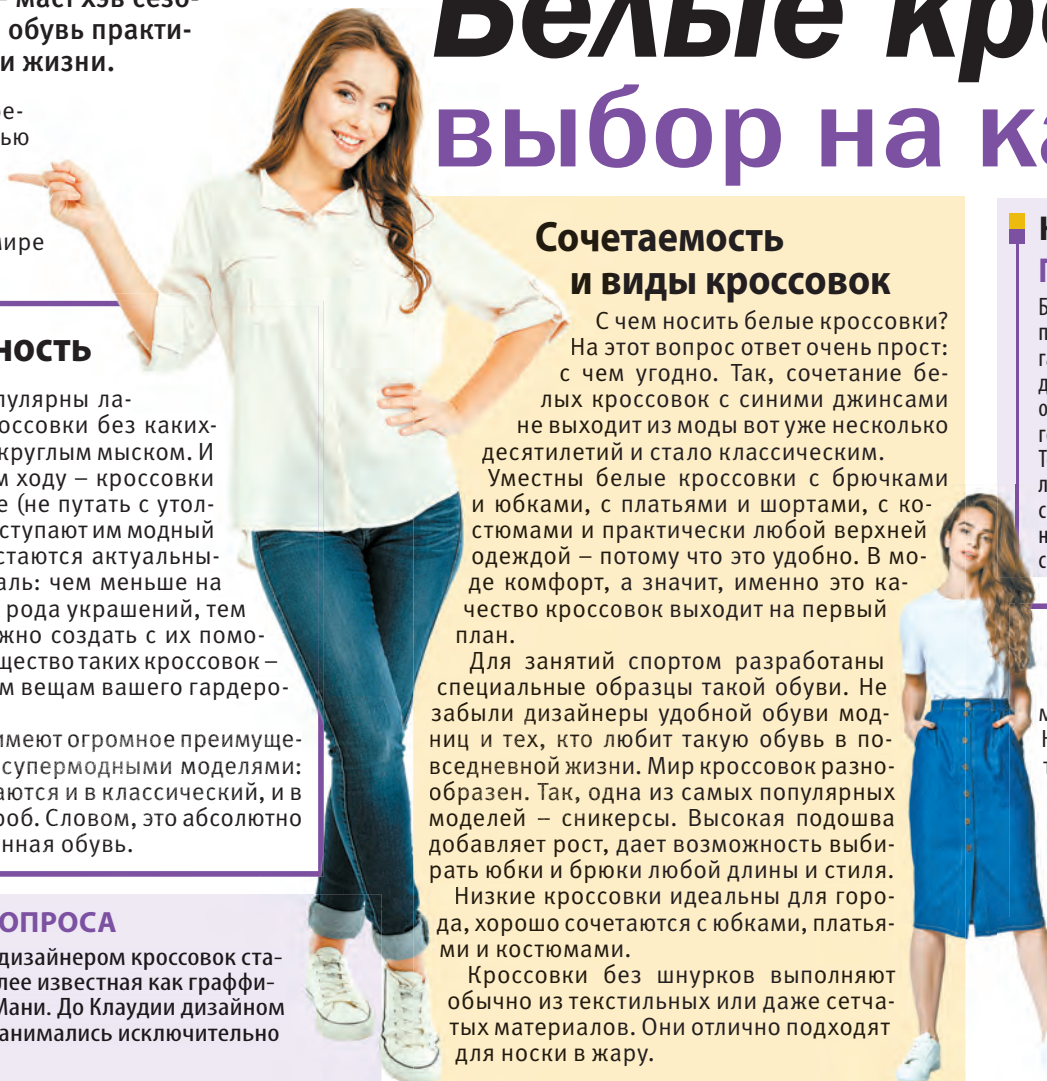
В современных моделях синтетическая кожа сочетается с сетчатой тканью. Обувь легкая, более дешевая. Хороша для небольших прогулок.

Текстильные варианты изящные, стильные. Удобны для ног, потому что тканевые кроссовки мягкие и легкие. Подходят для городской среды.

Кроссовки на платформе называют сникерсами. Белые сникерсы, напомним, отлично сочетаются с платьями-рубашками, джинсами, расклешенными юбками.

Кроссовки с высоким голенищем (хайтопы) предназначены для активной городской жизни.

Светлана ИВАНОВА



1 ПЕРВЫЙ



23.25 Вечерний Ургант. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 Телеканал «Доброе утро»
- 09.55 Модный приговор. (6+)
- 10.55 Жить здорово! (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.40 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «КАТЯ И БЛЭК».** (16+) В полицию обращается невеста пропавшего повара Баты Жамбаева. Девушка уверена, что исчезновение её жениха связано с его недавним увольнением из ресторана. Дело поручают Шатровой.
- 22.25 Премьера сезона. «Док-ток» (16+)
- 23.25 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.00 «САДОВОЕ КОЛЬЦО».** (16+)
- 01.00 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)
- 03.25 Мужское / Женское. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 Известия
- 05.45 «ЛЮТЫЙ».** (16+)
- 09.00 Известия
- 09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-3».** (16+)
- 11.05 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4».** (16+)
- 13.00 Известия
- 13.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4».** (16+)
- 17.30 Известия
- 17.45 «СПЕЦОТЯД «ШТОРМ».** (16+) Россия, 2013 г. Боевик.
- 19.45 «СЛЕД».** (16+)
- 23.10 «СВОИ-2».** (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск
- 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)
- 03.20 Известия
- 03.30 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



14.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (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
- 14.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (12+) В самый разгар своей избирательной кампании бесследно исчезает известный бизнесмен Юрий Зотов. Расследование поручено Швецовою.
- 17.00 Вести
- 17.15 «60 минут». (12+)
- 18.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «РАЗБИТОЕ ЗЕРКАЛО».** (12+) Даша и Павел договариваются о взаимопомощи - он поможет ей искать Олега, а она ему - некоего Глеба, из-за которого Павел отсидел три года в тюрьме. На похороны почтальонши приезжает Рая - бывшая девушка Мирона. Настя просит Дашу помириться с отцом.
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (12+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.00 «Сегодня утром». (12+)
- 08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
- 08.15 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 08.35 «Из всех орудий». (0+)
- 10.00 14.00 Военные новости
- 10.15 13.15 14.05 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ».** (16+)
- 18.50 «Битва коалиций». (12+)
- 19.40 «Последний день». (12+)
- 20.25 «Секретные материалы». (12+)
- 21.30 «Открытый эфир». (12+)
- 23.05 «Между тем». (12+)
- 23.40 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...»** (12+)
- 03.20 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА».** (12+)
- 04.45 «ПОДКИДЫШ».** (0+)

ТВУ ТВЦ



08.45 «ВПЕРВЫЕ ЗАМУЖЕМ». (0+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «ВПЕРВЫЕ ЗАМУЖЕМ».** (0+)
- 10.55 Актерские судьбы. (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО».** (12+)
- 13.35 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)
- 16.55 «Естественный отбор». (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «СИНИЧКА».** (16+) Ульяна Синицына - психолог. Она разработала уникальный метод диагностики на основе спонтанных рисунков людей.
- 22.00 События
- 22.35 Линия защиты. (16+)
- 23.10 «90-е. Тачка». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38. (16+)
- 00.45 «Прощание». (16+)
- 01.30 «90-е. Тачка». (16+)
- 02.10 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 02.40 «Самые влиятельные женщины мира. Голда Меир». (12+)
- 03.20 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)
- 04.50 «Мой герой». (12+)
- 05.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)

ОТР ОТР

- 05.10 15.05 18.45 «Среда обитания». (12+)
- 05.20 00.45 «Морской узел». (12+)
- 05.45 08.50 16.45 01.10 «Медосмотр». (12+)
- 06.05 23.50 «Правда?» (12+)
- 07.00 17.50 «Большая страна: в деталях». (12+)
- 07.05 «ПОСЛЕДНЯЯ ВСТРЕЧА».** (12+)
- 09.00 «Моя школа online». (6+)
- 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 Новости
- 12.05 13.05 19.00 20.15 «ОТражение»
- 15.15 02.05 «ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА».** (16+)
- 17.05 «Звезда Утренней Зари. Еремея Айпина. Ханты». (6+)
- 18.05 «Культурный обмен». (12+)
- 01.25 «Моя история». (12+)
- 03.40 «Домашние животные»

НТВ НТВ



18.10 «ПЁС». (16+)

- 05.10 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА».** (16+)
- 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД».** (16+)
- 09.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
- 13.50 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 Основано на реальных событиях. (16+)
- 17.10 ДНК. (16+)
- 18.10 «ПЁС».** (16+) Налетчики на машине «Скорой помощи» грабят ювелирный салон, застрелив полицейского.
- 19.00 Сегодня
- 19.40 «ПЁС».** (16+)
- 21.00 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА».** (16+) На совещании с адмиралами полковник Старыгин высказывает предположение, что Городецкий похитил компромат и скрылся.
- 23.00 Сегодня
- 23.15 «ЖИВОЙ».** (16+)
- 01.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 03.10 Их нравы. (0+)
- 03.40 «КОДЕКС ЧЕСТИ».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
- 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 12.50 14.45 16.30 «Доктор 24». (12+)
- 13.20 15.35 17.25 «Погода». (12+)
- 13.30 21.30 23.15 05.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 14.50 17.15 «The City». (12+)
- 16.35 04.30 «ГОСТ». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 19.25 22.30 «Спорная территория». (12+)
- 20.30 00.15 «Рейд». (16+)
- 21.15 23.45 03.35 «Московский патруль». (16+)
- 00.40 «Ночная смена». (16+)
- 01.30 «Книга на ночь». (12+)
- 03.15 «Сеть». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



10.35 «И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ»

- 06.30 Письма из провинции
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.35 «Другие Романовы»
- 08.05 «Неизвестная планета Земля»
- 08.50 XX век
- 09.35 Цвет времени
- 09.50 Мой серебряный шар
- 10.35 «И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ»** СССР, 1983 г. Драма.
- 12.20 «Красивая планета»
- 12.35 Academia
- 13.20 Белая студия
- 14.05 Спектакль «Перед заходом солнца»
- 17.20 Исторические концерты
- 18.00 Уроки рисования с Сергеем Андриякой
- 18.25 «Кубанские казаки». А любовь девичья не проходит, нет!
- 19.10 Открытый музей
- 19.30 «Другие Романовы»
- 19.55 «Неизвестная планета Земля»
- 20.45 Мой серебряный шар
- 21.30 «И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ»**
- 23.10 «Красивая планета»
- 23.25 «Возвращение»
- 23.50 «Путешествие из Дома на набережной»
- 00.30 XX век
- 01.15 Исторические концерты
- 01.55 «Владислав Старевич. Повелитель марионеток»
- 02.35 Pro memoria

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Самое яркое». (16+)
- 06.00 «Мультфильмы». (6+)
- 07.30 «ЛУЧШИЕ ВРАГИ».** (16+)
- 09.30 «Вкусно 360». (12+)
- 11.30 «Самое вкусное». (12+)
- 12.00 «Новости 360»
- 12.30 «ЖУРОВ-2».** (16+)
- 15.30 «Чудо-Люда». (12+)
- 16.00 «Все просто!» (16+)
- 16.35 «Самое яркое». (16+)
- 18.00 «ОХОТА НА БЕРИЮ».** (16+)
- 20.00 «Новости 360»
- 20.30 «Самое яркое». (16+)
- 22.30 «ВЫЗОВ»** Россия, 2006 г. Криминал. В ролях: Дмитрий Назаров, Алексей Шутов, Сергей Дорогов, Кирилл Жандаров, Борис Тенин, Настя Задорожная.
- 00.00 «Самое яркое». (16+)

СТС СТС



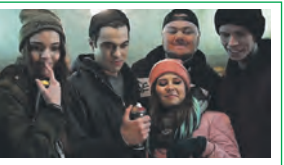



22.30 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 06.40 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)
- 07.05 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН».** (16+)
- 08.00 «РОДСТВЕННИЧКИ».** (16+)
- 09.00 «БЭТМЕН ПРОТИВ СУПЕРМЕНА. НА ЗАРЕ СПРАВЕДЛИВОСТИ».** (16+)
- 11.55 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ».** (16+)
- 16.00 «ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 19.00 «РОДСТВЕННИЧКИ».** (16+)
- 20.00 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ. ИСПЫТАНИЕ ОГНЁМ».** (16+) США, 2015 г. Фантастический боевик. В ролях: Дилан О'Брайен, Кая Скоделарио, Ки Хон Ли. После того как Томасу Минхо и другим глэйдерам удалось выбраться из лабиринта, их отвезли на базу ПОРОКА.
- 22.30 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ».** (16+)
- 00.25 «КОМАНДА Б».** (16+)
- 01.15 «СТАВКА НА ЛЮБОВЬ».** (12+)
- 02.50 «КЕНГУРУ ДЖЕКПОТ».** (12+)
- 04.10 «Кенгуру Джекет. Новые приключения». (0+)
- 05.20 «Чудо-мельница». (0+)
- 05.35 «Два богатыря». (0+)
- 05.45 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 03.25 04.55 «Раскрытая тайны звёзд». (12+)
- 06.45 «Песни нашего кино». (12+)
- 07.20 14.40 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА».** (12+)
- 09.45 «Это было смешно». (12+)
- 10.15 02.40 04.10 «Тайны кино». (12+)
- 11.05 20.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ».** (12+)
- 12.55 23.10 «УКОЛ ЗОНТИКОМ».** (12+)
- 17.15 Звёзды советского экрана
- 17.50 00.50 «МИСС ФРАЙНИ ФИШЕР».** (16+)
- 21.40 «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ».** (12+)

REN	THT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)	 16.30 «ФИЗРУК». (16+)	 18.30 «ГРИММ». (16+)	 09.30 Дорожные войны 2.0. (16+)	 00.30 «ОБЕЩАНИЕ». (16+)	 09.25 «Тест на отцовство». (16+)	
05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 15.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+) 21.45 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «СПАРТАК: КРОВЬ И ПЕСОК». (18+)	07.00 ТНТ. Gold. (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.15 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.30 Бородина против Бузовой. (16+) 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+) 13.30 «САШАТАНЯ». (16+) 16.30 «ФИЗРУК». (16+) 18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 20.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+) 21.00 Однажды в России. (16+) 22.00 «МИР! ДРУЖБА! ЖВАЧКА!» (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.00 «Stand Up». (16+) 03.40 «Открытый микрофон». (16+) 04.55 «Открытый микрофон. Дайджест». (16+) 05.45 «Открытый микрофон». (16+) 06.35 ТНТ. Best. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 08.30 Рисуем сказки. (0+) 08.45 «Мультфильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (16+) 11.30 Гадалка. (16+) 14.00 «Очевидцы». (16+) 15.00 Мистические истории. (16+) 16.00 Гадалка. (16+) 17.00 Знаки судьбы. (16+) 17.30 «Слепая». (16+) 18.30 «ГРИММ». (16+) Новое убийство выглядит как бандитские разборки. Детективы ищут свидетеля, который успел позвонить в Службу спасения, а тем временем Нику начинает грозить опасность... 21.15 «КОСТИ». (12+) Обнаружены тела двух близнецов-подростков, пропавших 5 лет назад. Бут и Бреннан выходят на след безжалостного серийного убийцы... 23.00 «ЧЕРНОЕ Море». (16+) 01.30 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)	06.00 «ИВАН ПОДУШКИН. ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА». (12+) Россия, 2006 г. Комедия. 08.00 Дорожные войны. (16+) 09.00 Остановите Витю! (16+) 09.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 10.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 11.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 12.00 +100500. (16+) 14.00 «МОЛОДЁЖКА». (12+) 17.00 Утилизатор. (12+) 18.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 19.00 Невероятные истории. Дайджест. (16+) 20.30 Решала. (16+) 22.30 Опасные связи. (16+) 00.00 +100500. (18+) 01.30 Опасные связи. (18+) 02.30 «СВЕТОФОР». (16+) 05.00 Анекдоты. Лучшее. (16+)	06.00 Баскетбол. (0+) 08.00, 11.15, 14.05, 22.00 Все на Матч! (12+) 08.20 «Мундиаль. Наши соперники.» (12+) 08.40 Футбол. Чемпионат мира-2018. (0+) 10.45 Спецрепортаж. (12+) 11.55, 14.00, 16.15, 21.55 Новости 12.00 Теннис. Пр.тр. 14.35 «Одержимые». (12+) 15.05 Смешанные единоборства. (16+) 16.20, 04.05 Футбол. Российская Премьер-лига. Сезон 2018-2019. (0+) 18.15 Все на футбол! 18.45 «Русские легионеры». (12+) 19.15 Футбол. Кубок Англии. Сезон 2017-2018. Финал. (0+) 22.30 Профессиональный бокс. (16+) 23.30 Больше, чем футбол. 90-е. (12+) 00.30 «ОБЕЩАНИЕ». (16+) 02.25 «ВЫШИБАЛА». (16+)	06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+) 07.20 «По делам несовершеннолетних». (16+) 08.20 «Давай разведёмся!» (16+) 09.25 «Тест на отцовство». (16+) 11.30 «Реальная мистика». (16+) 12.30 «Понять. Простить». (16+) 14.20 01.30 «Порча». (16+) 14.50 «МОЯ ЧУЖАЯ ДОЧКА». (16+) 19.00 «ВЫБИРАЯ СУДЬБУ». (16+) 23.30 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+) 01.55 «Понять. Простить». (16+) 03.25 «Реальная мистика». (16+) 04.15 «Тест на отцовство». (16+) 05.55 «Домашняя кухня». (16+) 06.20 «6 кадров». (16+)	

ПОХУДЕЙКА

Помните игру из детства, когда до цели нужно было назвать точное количество шагов – от гигантских до крошечных «муравьиных»?

Мы предлагаем внести элемент этой игры в сегодняшние будни. Цель, к которой будем двигаться, – подтянутые красивые ягодичи.

«Муравьиные» шажочки

Условно назовем эти упражнения так, потому что они выполняются практически на месте. Но по эффективности не уступят своим большим собратьям.

ПРИСЕДАНИЯ

Обязательно следите, чтобы ноги были на ширине плеч, колени при приседаниях не выходили за носки стоп, спина оставалась прямой. Руки можно держать перед собой или на талии. Для разнообразия можно делать небольшой шаг в сторону (сначала вправо, потом влево) и присед.

Выполняйте в течение 30-60 секунд в 2-3 подхода.

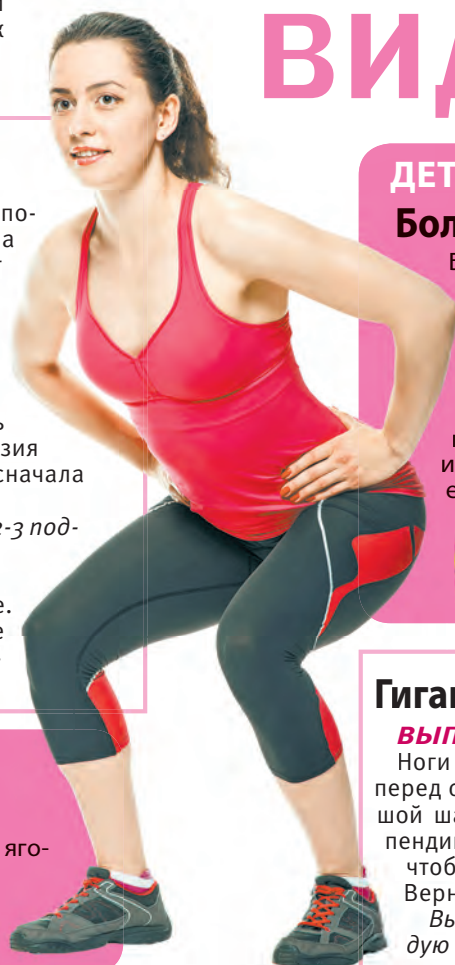
НОЖНИЦЫ

Исходное положение – лежа на спине. Прямые ноги поднять на 30-40 см выше пола. Выполняйте энергичные перекрестные движения в течение 30-60 секунд.

КСТАТИ

Ах, эта мода!

В 1880-е годы было модно иметь большие ягодичи, в связи с чем появился турнюр. Это конструкция, которая крепились сзади под платьем и придавала соответствующим местам пышность.



Улучшаем вид сзади

ДЕТАЛИ

Больше всех

Большая ягодичная мышца – самая крупная мышца в теле человека. Благодаря ей мы держим туловище прямо и быстрее прыгаем и бегаем.



– Ты похудела! Ну так, на глаз.
– Лучше бы на бедра...

Черепашьи шаги

Исходное положение – сидя на полу, руки вытянуты вперед. Идем на ягодичах вперед до конца комнаты, потом пятимся назад. Кстати, можно выполнять это упражнение, сидя на стуле, перемещаясь на ягодичах вперед и назад.

Выполните по 3-5 подходов в каждую сторону. Если выполняете упражнение на стуле – длительность 1-2 минуты.

Гигантские шаги

ВЫПАДЫ

Ноги на ширине плеч, руки на талии или перед собой, спина прямая. Сделайте большой шаг вперед: бедро должно быть перпендикулярно голени и параллельно полу – чтобы образовался угол в 90 градусов. Вернитесь в исходное положение.

Выполняйте по 15-20 выпадов на каждую ногу в 2-3 подхода.

СОВЕТ

Для большего эффекта от упражнения, можно взять в руки утяжелители (гантели, бутылки с водой и т.п.).

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

Мышцы любят разнообразие

На наши вопросы отвечает тренер Алёна КЛИМОВА.

– Сколько раз в неделю нужно заниматься для лучшего результата?

– Количество тренировок в неделю – дело сугубо индивидуальное. Тем, кто только начал заниматься, двух-трех раз в неделю будет достаточно. Важно давать разную нагрузку (количество повторений, вес и т.п.), чтобы мышцы не привыкали к тренировочному процессу.

– Что делать, если мышцы не успевают восстановиться к следующему занятию и болят?

– Эту боль называют запоздалой, так как она появляется на следующий день после тренировок. Как правило, в течение дня она проходит. Но если вы сильно перенапряглись на тренировке и боль не прошла к следующей, лучше устроить легкую кардионагрузку (активно походить, потанцевать, прокрутить эллиптический тренажер и т.д.) минут на 30-40. Благодаря этому мышцы быстрее восстановятся. Кстати, хороший полноценный сон также способствует восстановлению мышц.

Татьяна МИХАЛЁВА

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns for TV 1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО, and SONY CHANNEL. Lists programs like 'ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА-2', 'ТАЁЖНЫЙ РОМАН', 'ХОЛОСТЯК'.

Table with columns for ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, and РОДНОЕ КИНО. Lists programs like 'ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА', 'ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА', 'ДЕЛА СУДЕБНЫЕ'.

Table with columns for СУПЕР, ФЕНИКС+КИНО, CTC LOVE, and TV 21 ВЕК. Lists programs like 'РОДИТЕЛИ (субтитры)', 'КАК ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ', 'ЕРАЛАШ'.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with columns for МИР, ПЯТНИЦА, Ю, and ПОБЕДА. Lists programs like 'ЗАКОН И ПОРЯДОК. ОТДЕЛ ОПЕРАТИВНЫХ РАССЛЕДОВАНИЙ', 'ОРЕЛ И РЕШКА', 'ПАПА ПОПАЛ'.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

Table with columns for 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, and NATIONAL GEOGRAPHIC. Lists programs like 'ИСТОРИЯ: ФРАНЦУЗЫ В РОССИИ', 'НЕВЕРОЯТНЫЕ ИЗОБРЕТЕНИЯ', 'КАК ПОБЕЖДАТЬ ВО ВСЕМ'.

УВЛЕЧЕНИЯ

Table with columns for УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!, ANIMAL PLANET, Discovery, DISCOVERY CHANNEL, TLC, and TLC. Lists programs like 'БАНЯ - ЖЕНСКОГО РОДА', 'ПЛАНЕТА ОХОТНИКА', 'ЧТО ДАЛЬШЕ?'.

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	EUROSPORT II	EUROSPORT 1
06.00 Гандбол. Суперлига Париматч - Чемпионат России. Женщины. (0+)	00.00 Автогонки. Формула E-2017-2018. Сантьяго. (12+)	01.00, 01.30 Автогонки. WTCR-2018. Хунгароринг. (12+)
07.20, 00.20 Баскетбол. Чемпионат Европы-2021. Мужчины. Отборочный турнир. Трансляция из Перми. (0+)	02.30, 03.15, 04.00 Снукер. China Open-2018. Пекин. (6+)	06.00 Автогонки. Формула E-2018. Пунта-дель-Эсте. (12+)
09.30, 20.45 Хоккей. Чемпионат мира-2019. Трансляция из Словакии. (0+)	07.00, 07.30 Автогонки. WTCR-2018. Нюрбургринг. (12+)	08.30 Мотогонки. «Большой Ор»-2018. (12+)
11.25 Ген победы. (12+)	09.30 Теннис. Player's Cut. Рафаэль Надаль. (6+)	13.30, 21.00, 21.30 Олимпийские игры. Foul Play (субтитры). (12+)
11.55, 14.00, 16.15, 22.35 Новости. (0+)	14.00, 14.30, 15.00 «Живые легенды» (субтитры). (12+)	15.30, 16.00, 16.30, 20.00, 20.30, 22.00 Олимпийские игры. Тележурнал (субтитры). (12+)
12.00, 22.40 Волейбол. Лига Наций. Мужчины. Трансляция из Уфы. (0+)	17.30 Теннис. Медведев - Надаль. US Open. Финал (субтитры). (6+)	23.00 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)
13.40, 02.30 Спорт в помощь. (12+)		
14.05 Смешанные единоборства. ACA 101. Трансляция из Польши. (16+)		
16.20 Драмы большого спорта. (12+)		
16.50 Бокс. Первенство России среди юниоров. Финалы. Трансляция из Нальчика. (0+)		
20.20 Неизведанная хоккейная Россия. (12+)		
02.50 Шахматы. Благотворительный турнир «Сборная России». (0+)		

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00 Золотая лихорадка. (16+)	12.20 Русские хиты - чемпионы среды. (16+)
06.10, 11.35, 16.15 10 самых горячих клипов дня. (16+)	14.00 Золотая дюжина. (16+)
06.45, 08.45, 15.00, 20.00 PRO-новости. (16+)	15.15 Битва фанклубов. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	17.00 #НАМУЗТВ. (16+)
09.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)	19.00 R'n'B чарт. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	20.10 Ани Лорак. Шоу Diva. (16+)
10.30, 00.40 Прогноз по году. (16+)	22.20 TOP 30 - Крутяк недели. (16+)
	01.35 Наше. (16+)
	03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
09.20, 17.00 «Простоквашино». (0+)	05.00 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	05.00 «Ранние пташки». «Даша-путешественница», «Пластинки», «Котики, вперед!» (0+)
10.00, 14.00, 17.35, 22.00 «Фиксики». (0+)	05.25 «Русалочка» (субтитры). (6+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)	05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
11.00 «Лео и Тиг». (0+)	06.10 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)	07.30 «Чик-зарядка». (0+)
11.35, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	06.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+)	07.35 «Маша и Медведь». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	07.30 «Затерянные в стране Оз». (6+)	08.10 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	08.25 «Пёс Пэт». (6+)	08.50 «Царевны». (0+)
13.35 «Маша и Медведь». (0+)	09.00 «Доброе утро с Микки». (0+)	09.20 «Невозможное возможно!» (0+)
14.30 «Смешарики». (0+)	11.15, 19.10 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+)	09.35 «Союзмультфильм» представляет: «Тайна третьей планеты». (0+)
15.00 «Солнечные зайчики». (0+)	11.45, 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	10.25 «Весёлая карусель». (0+)
15.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	12.40 «Финес и Ферб». (6+)	10.30 «Magic English». (0+)
18.00 «Хейдробл». (0+)	14.15 «Утиные истории». (6+)	10.50 «Приключения Ам Няма». (0+)
18.05 «Робокар Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)	15.10 «Отель Трансильвания». (12+)	11.00 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
18.10 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	16.10 «Рапунцель: Новая история». (6+)	11.40 «Роботы-поезда». (0+)
18.25 «Малышарики». (0+)	17.10 «Город героев: Новая история». (6+)	12.10 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)	18.10 «Травити Фолз». (12+)	12.40 «Металлионы». (6+)
19.55 «Кошечки-собачки». (0+)	19.30 «Большое путешествие». (0+)	13.05 «Гормити». (6+)
20.30 «Маша и Медведь». «Машины песенки». (0+)	23.00 «Стражи Галактики: Новая Миссия». (12+)	13.25 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	00.00 «ДЖЕССИ». (6+)	13.30 «Простоквашино». (0+)
21.30 «Джинглики». (0+)	01.45 «ХАННА МОНТАНА». (6+)	14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)	03.10 «Псевдокот». (12+)	14.10 «Вперёд, Астробой!» (0+)
		14.45 «Как устроен город». (0+)
		14.55 «Гризли и лемминги». (6+)
		15.40 «ТриО!» (0+)
		16.00 «Бурёнка Даша». (0+)
		16.10 «Сказочный патруль». (0+)
		17.00 «Йоко». (0+)
		18.10 «Щенячий патруль». (0+)
		19.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
		19.55 «Оранжевая корова». (0+)
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
		22.00 «Ниндзяго». (6+)
		22.30 «Фьюжн Макс». (6+)
		23.15 «Ералаш». (6+)
		01.00 «Лунн Тонз шоу». (6+)
		02.20 «ТриО!» (0+)
		02.25 «Юж спешит на помощь». (0+)
		03.15 «Букварий». (0+)
		03.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
		04.55 «Лапы, морды и хвосты». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	15.00
05.00, 23.50 День Патриарха. (0+)	«КАНИКУЛЫ КРОША». (0+)
05.15 Новый Завет вслух. (0+)	16.35, 17.55 «БАЯЗЕТ». (0+)
05.30 Вся Россия. (0+)	Сериал. Россия, 2003 г.
05.45 Встреча (субтитры). (12+)	20.00, 03.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
06.45, 17.40, 21.30, 00.35 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)	22.00, 02.00 Реакция. (12+)
07.15 В поисках Бога. (12+)	22.35, 02.30 Паломничество Россия-Кипр-Святая Земля. (12+)
07.50, 19.00, 01.05 Завет. (6+)	Фильм рассказывает о возрождении существовавшей в России стародавней традиции посещения святынь острова Кипр паломниками, направляющимися на Святую Землю.
08.55 Помяник. (12+)	00.05 Иоанн Богослов. Цикл: Апостолы. (12+)
11.00 «ПОВЕСТЬ О НАСТОЯЩЕМ ЧЕЛОВЕКЕ». (0+)	04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника. Специальный выпуск (субтитры). (0+)	
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	

Православный календарь

20 мая
Седмица 5-я по Пасхе. Глас 4. Отдание праздника Преполовления Пятидесятницы. Воспоминание явления на небе Креста Господня в Иерусалиме. Мч. Акакия сотника.



Прпп. Иоанна Зедазнийского и учеников его: Авива, еп. Некресского, Антония Марткопского, Давида Гареджийского, Зенона Икалтского, Фаддея Степанциндского, Исе, еп. Цицканского, Иосифа, еп. Алавердского, Исидора Самтавийского, Михаила Улумбийского, Пирра Бретского, Стефана Хирского, Шио Мгвимского (Груз.) Прп. Нила Сорского. Обретение мощей Нила Мироточивого, Афонского. Собор преподобных отец Русского на Афоне Свято-Пантелеимонова монастыря. Любечской и Жировицкой икон Божией Матери.

Постный день. Разрешается рыба.
«Покров и Промысл Божий объемлет всех людей, а открывается только очистившим себя от грехов». Св. Исаак Сирин

СТРАНА СОВЕТОВ

У современной хозяйки каждая минутка на счету! Поэтому мы собрали для вас 10 гениальных лайфхаков, которые помогут не только сэкономить время, но и сделать рутинные кухонные дела приятными и необременительными.

- РАЗДЕЛОЧНЫЕ ДОСКИ, КОТОРЫЕ КЛАДУТСЯ ПОВЕРХ МОЙКИ**
На маленькой кухне всегда не хватает рабочих поверхностей. Чтобы увеличить их количество, приобретите разделочные доски, которые кладутся поверх мойки.
- ПРОЗРАЧНЫЕ КУБИКИ ЛЬДА**
Чтобы получить прозрачные кубики льда, как из ресторана, замораживайте предварительно воду, прокипяченную дважды.
- ЭКСПРЕСС-ТЕСТ СВЕЖЕСТИ ЯИЦ**
Чтобы быстро проверить свежесть яиц, опустите их в емкость с водой. Свежие яйца будут лежать на дне или касаться дна одним своим концом. Испорченные яйца будут плавать на поверхности.
- БОЛЬШЕ ЛИМОННОГО СОКА**
Если лимон покатают по столу, равномерно нажимая на него ладонью, можно будет выдавить намного больше лимонного сока.
- БЫСТРО ПОЧИСТИТЬ ИМБИРЬ**
Имбирь имеет довольно причудливую форму, поэтому чистить его ножом сложно, да и мякоти срезается при чистке больше, чем необходимо. Если заменить нож обычной ложкой, всех этих неприятностей удастся избежать.
- ПРЕДОТВРАТИТЬ ВЫЛИВАНИЕ ЗАКИПАЮЩЕЙ ВОДЫ НА ПЛИТУ**
Если вам не хочется стоять возле плиты в ожидании, когда закипит бульон или вода в кастрюльке, наполненной доверху, используйте простой прием: положите деревянную ложку поверх кастрюли (получится «мостик» от одного до другого края). Закипая, вода будет «натекать» на преграду, и «побег» будет предотвращен.
- БЫСТРО ОЧИСТИТЬ АПЕЛЬСИН**
Отрежьте «доньшко» и «макушку» апельсина, захватывая немного мякоти. Затем сделайте боковой надрез, перпендикулярный верхнему и нижнему срезу. Потяните за края разреза: у вас получится аккуратная апельсиновая полоска из долек.

10 гениальных лайфхаков



Люблю прогуляться в 3 часа ночи. Особенно дома. Особенно до кухни.

ДЛЯ КУХНИ

- БЫСТРО РАЗРЕЗАТЬ НЕСКОЛЬКО ЧЕРРИ**
Возьмите две одинаковые по размеру плоские тарелки (пластиковые крышки), выложите на одну из них черри и прижмите сверху второй. Придерживая верхнюю тарелку, ведите ножом между тарелками так, чтобы порезать сразу все томаты.
- НАРЕЗАТЬ ЛУК БЕЗ СЛЁЗ**
При нарезании лука образуются ферменты, которые и вызывают раздражение слезных желез ваших глаз. Для того чтобы не лить слезы при резке лука, придумано немало способов. Один из них – положить луковичку в морозилку на 10 минут или в холодильник на полчаса. Охлаждение лука замедлит выделение раздражителя. Кстати, для этого еще помещают луковичку в микроволновку и затем нарезать. Помогает также обработка лезвия ножа ломтиком лимона.
- ЗАЩИТИТЬ ПЛИТУ ОТ БРЫЗГ МАСЛА**
Если вам предстоит обжаривание чего-либо на сильном огне, то появление масляных брызг на поверхности плиты неизбежно. Чтобы защитить плиту от загрязнения и не тратить потом время на ее чистку, постелите вокруг конфорок листы фольги для запекания. После приготовления фольгу можно выбросить, а плита будет сиять чистой как ни в чем не бывало.

Светлана СИДОРЧУК

1 ПЕРВЫЙ



16.00 Мужское / Женское. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 Телеканал «Доброе утро»
- 09.55 Модный приговор. (6+)
- 10.55 Жить здорово! (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 На самом деле. (16+)
- 19.40 Пусть говорят. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 **«КАТЯ И БЛЭК».** (16+) Савчук докладывает о результатах своего расследования: он уверен, что ему удалось установить личность неизвестного. Однако помимо его поисков у оперативников есть и текущие дела - им поручено расследовать серию нападения на женщин в лифтах.
- 22.25 Премьера сезона. «Док-ток» (16+)
- 23.25 Вечерний Ургант. (16+)
- 00.00 **«САДОВОЕ КОЛЬЦО».** (16+)
- 01.00 Время покажет. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Время покажет. (16+)
- 03.25 Мужское / Женское. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 Известия
- 05.25 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4».** (16+)
- 09.00 Известия
- 09.25 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4».** (16+)
- 13.00 Известия
- 13.25 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4».** (16+)
- 17.30 Известия
- 17.45 **«СПЕЦОТРЯД ШТОРМ».** (16+)
- 19.45 **«СЛЕД».** (16+)
- 23.10 **«СВОИ-2».** (16+) Россия, 2020 г. Детектив.
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск
- 00.30 **«СЛЕД».** (16+)
- 01.15 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)
- 03.25 Известия
- 03.40 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



18.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
- 12.40 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.50 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (12+) В РУВД врывается молодой человек и признаётся в двойном убийстве. В квартире раскаявшегося преступника - Павла Басалая - оперативники обнаруживают страшную картину недавнего побоища.
- 17.00 Вести
- 17.15 «60 минут». (12+)
- 18.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **«РАЗБИТОЕ ЗЕРКАЛО».** (12+) Мирон приходит к Виктору с требованием разыскать Олега. Они оба боятся его и не понимают, почему Олег до сих пор не начал им мстить. Даша и Павел ищут Настю. Поиски сблизят их, Даша обретает друга и даже больше...
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.00 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (12+)

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.00 «Сегодня утром». (12+)
- 08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
- 08.15 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 08.35 «Из всех орудий». (0+)
- 10.00 14.00 Военные новости
- 10.15 **13.15 14.05 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ».** (16+)
- 15.50 **«БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ».** (12+)
- 18.50 «Битва коалиций». (12+)
- 19.40 Легенды телевидения. (12+)
- 20.25 «Код доступа». (12+)
- 21.30 «Открытый эфир». (12+)
- 23.05 «Между тем». (12+)
- 23.40 **«ТАСС УПОЛНОМOCHEH ЗАЯВИТЬ...»** (12+)
- 04.30 **«ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ».** (12+)

ТВУ ТВЦ



22.00 События

- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 **«БЕССОННАЯ НОЧЬ».** (16+)
- 10.35 «Александра Завьялова. Затворница». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 **«ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО».** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 **«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+) «Естественный отбор». (12+)
- 16.55 События
- 17.50 **«СИНИЧКА-2».** (16+) На подмосковной дороге происходит необычное ДТП. Девушка, неожиданно выбежавшая из леса на проезжую часть, попадает под колеса автомобиля.
- 22.00 События
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Актёрские судьбы. Великие скандалисты». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38. (16+)
- 00.45 «90-е. Ликвидация шайтанов». (16+)
- 01.30 «Дикие деньги». (16+)
- 02.15 Линия защиты. (16+)
- 02.40 «Советские мафии». (16+)
- 03.20 **«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)
- 04.50 «Мой герой». (12+)
- 05.30 «Осторожно, мошенники!» (16+)

ОТР ОТР

- 05.10 15.05 18.45 «Среда обитания». (12+)
- 05.20 00.45 «Морской узел». (12+)
- 05.45 08.50 16.45 01.10 «Медосмотр». (12+)
- 06.05 23.50 «Правда?» (12+)
- 07.00 17.50 «Большая страна: в деталях». (12+)
- 07.05 **22.05 «ПОСЛЕДНЯЯ ВСТРЕЧА».** (12+)
- 09.00 «Моя школа online». (6+)
- 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 Новости
- 12.05 13.05 19.00 20.15 «ОТражение»
- 15.15 **02.05 «ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА».** (16+)
- 17.05 «Ингерманландские финны. Выбор судьбы?» (6+)
- 18.05 «Моя история». (12+)
- 01.25 «От прав к возможностям». (12+)
- 01.40 «Дом». (12+)

НТВ НТВ



19.00 Сегодня

- 05.10 **«МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА».** (16+)
- 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 **«МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД».** (16+)
- 09.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
- 13.50 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 Основано на реальных событиях. (16+)
- 17.10 ДНК. (16+)
- 18.10 **«ПЁС».** (16+) После длительного отсутствия в город возвращается Кощей - легендарный киллер эпохи бандитских войн.
- 19.00 Сегодня
- 19.40 **«ПЁС».** (16+)
- 21.00 **«АДМИРАЛЫ РАЙОНА».** (16+) Евсеев и Колыванов встречаются с Белозеровым - человеком из Горизбиркома, который готов за определенную сумму обеспечить победу Евсеева на выборах.
- 23.00 Сегодня
- 23.15 **«ЖИВОЙ».** (16+)
- 01.05 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 03.15 Их нравы. (0+)
- 03.40 **«КОДЕКС ЧЕСТИ».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
- 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 12.50 14.45 16.30 «Доктор 24». (12+)
- 13.20 15.35 17.25 «Погода». (12+)
- 13.30 23.15 05.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 14.50 17.15 «The City». (12+)
- 16.35 04.30 «ГОСТ». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 19.25 22.30 «Спорная территория». (12+)
- 20.30 00.15 «Рейд». (16+)
- 21.15 23.45 03.35 «Московский патруль». (16+)
- 00.40 «Ночная смена». (16+)
- 01.30 «Книга на ночь». (12+)
- 03.15 «Сеть». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



10.35 «ДЕЛО «ПЁСТРЫХ»

- 06.30 Письма из провинции
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.35 «Другие Романовы»
- 08.05 «Неизвестная планета Земля»
- 08.50 XX век
- 09.35 Цвет времени
- 09.50 Мой серебряный шар
- 10.35 **«ДЕЛО «ПЁСТРЫХ»** СССР, 1958 г. Детектив. В ролях: Андрей Абрикосов, Всеволод Сафонов. По рекомендации райкома партии бывший фронт-овой разведчик Сергей Коршунов идет работать в Московский уголовный розыск...
- 12.15 «Красивая планета»
- 12.35 Academia
- 13.20 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 14.05 Спектакль «Пристань»
- 17.20 Исторические концерты
- 18.00 Уроки рисования с Сергеем Андриякой
- 18.25 «Любовь и голуби». Что характерно! Любили друг друга!»
- 19.10 Открытый музей
- 19.30 «Другие Романовы»
- 19.55 «Неизвестная планета Земля»
- 20.45 Мой серебряный шар
- 21.30 **«ДЕЛО «ПЁСТРЫХ»**
- 23.10 «Красивая планета»
- 23.25 «Возвращение»
- 23.55 «Технологии счастья»
- 00.35 XX век
- 01.15 Исторические концерты
- 02.00 «Дом на Гульваре»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Самое яркое». (16+)
- 06.00 «Мультфильмы». (6+)
- 07.30 **«ВЫЗОВ»**
- 09.30 «Вкусно 360». (12+)
- 11.30 «Самое вкусное». (12+)
- 12.00 «Новости 360»
- 12.30 **«ЖУРОВ-2».** (16+)
- 15.30 «Чудо-Люда». (12+)
- 16.00 «Все просто!» (16+)
- 16.35 «Самое яркое». (16+)
- 18.00 **«ОХОТА НА БЕРИЮ».** (16+) Россия, 2008 г. Детектив. В ролях: Вячеслав Гришечкин, Александр Баринов, Егор Баринов, Дмитрий Жулин. События фильма начинаются в тот день, когда со Сталиным случился удар.
- 20.00 «Новости 360»
- 20.30 «Самое яркое». (16+)
- 22.30 **«ВЫЗОВ»**
- 00.00 «Самое яркое». (16+)

СТС СТС



22.50 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ТАНГО И КЭШ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 06.40 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)
- 07.05 **«ОТЕЛ».** (16+)
- 08.00 **«РОДСТВЕННИЧКИ».** (16+)
- 09.00 «Уральские пельмешки». (16+)
- 09.55 **«НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ».** (16+)
- 11.55 **«ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ».** (16+)
- 16.00 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 19.00 **«РОДСТВЕННИЧКИ».** (16+)
- 20.00 **«БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ. ЛЕКАРСТВО ОТ СМЕРТИ».** (16+) США, 2018 г. Фантастический боевик. В ролях: Дилан О'Брайен, Ли Гихон, Кая Скоделарио. Томас возглавляет отряд выживших глэйдеров, чтобы выполнить последнюю и самую опасную миссию.
- 22.50 **ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ТАНГО И КЭШ».** (16+)
- 00.40 **«КОМАНДА Б».** (16+)
- 01.30 **«БИТВА ПРЕПОДОВ».** (16+)
- 03.00 «Слава Богу, ты пришел!» (18+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)
- 04.50 «Сказка о мёртвой царевне и семи богатырях». (0+)
- 05.20 «Сказка о рыбаке и рыбке». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)
- 06.00 03.50 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
- 06.45 10.30 03.05 04.40 «Тайны кино». (12+)
- 07.35 **14.50 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА».** (12+)
- 10.00 «Это было смешно». (12+)
- 11.20 **20.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ».** (12+) СССР, 1989 г. Детектив. В ролях: Георгий Мартынюк, Леонид Каневский, Эльза Леждей, Виктор Костромин.
- 12.55 **«ПОБЕГ».** (12+)
- 17.20 05.25 Звёзды советского экрана
- 17.55 **01.15 «МИСС ФРАЙНИ ФИШЕР».** (16+)
- 21.45 **«ТАНЯ».** (12+)
- 23.45 **«БЕГЛЕЦЫ».** (12+)

REN	THT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 <p>20.00 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (16+)</p>	 <p>18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p>	 <p>23.00 «12 РАУНДОВ: БЛОКИРОВКА». (16+)</p>	 <p>02.50 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА». (16+)</p>	 <p>22.35 «ЛИГА МЕЧТЫ». (12+)</p>	 <p>07.05 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p>	
<p>05.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>20.00 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ!». (16+)</p> <p>22.15 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «СПАРТАК: КРОВЬ И ПЕСОК». (18+)</p>	<p>07.00 ТНТ. Gold. (16+)</p> <p>09.00 Дом-2. Lite. (16+)</p> <p>10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)</p> <p>11.30 Бородина против Бузовой. (16+)</p> <p>12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)</p> <p>13.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>16.30 «ФИЗРУК». (16+)</p> <p>18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>20.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)</p> <p>Новый сезон!</p> <p>21.00 Студия Союз. (16+)</p> <p>22.00 «МИР! ДРУЖБА! ЖВАЧКА!». (16+)</p> <p>23.00 Дом-2. Город любви. (16+)</p> <p>00.00 Дом-2. После заката. (16+)</p> <p>01.00 «Stand Up». (16+)</p> <p>01.50 ТНТ-Club. (16+)</p> <p>01.55 «Stand Up». (16+)</p> <p>03.40 «Открытый микрофон. Дайджест». (16+)</p> <p>04.30 Открытый микрофон. (16+)</p> <p>06.10 ТНТ. Best. (16+)</p>	<p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.20 «Слепая». (16+)</p> <p>11.30 Гадалка. (16+)</p> <p>14.00 «Очевидцы». (16+)</p> <p>15.00 Мистические истории. (16+)</p> <p>16.00 Гадалка. (16+)</p> <p>17.00 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>17.30 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «ГРИММ». (16+)</p> <p>Снова появляется охотник за монетами. Он убивает частного детектива и, пробравшись в дом капитана Ренарда, расправляется с экономкой. Самого капитана бросает раненым, не добившись от него информации о монетах...</p> <p>21.15 «КОСТИ». (12+)</p> <p>На крыше федерального здания обнаружено распотрошенное, обгоревшее тело мужчины...</p> <p>23.00 «12 РАУНДОВ: БЛОКИРОВКА». (16+)</p> <p>01.00 «БАШНЯ. НОВЫЕ ЛЮДИ». (16+)</p> <p>05.30 Странные явления. (16+)</p>	<p>06.00 «ИВАН ПОДУШКИН. ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА». (12+)</p> <p>08.00 Дорожные войны. (16+)</p> <p>09.00 Остановите Витю! (16+)</p> <p>09.30 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>10.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>11.30 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>12.00 +100500. (16+)</p> <p>14.00 «МОЛОДЁЖКА». (12+)</p> <p>17.00 Утилизатор. (12+)</p> <p>18.00 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>19.00 Невероятные истории. Дайджест. (16+)</p> <p>20.30 Решала. (16+)</p> <p>22.30 Опасные связи. (16+)</p> <p>00.00 +100500. (18+)</p> <p>01.30 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>02.50 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА». (16+)</p> <p>04.20 «ИВАН ПОДУШКИН. ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА». (12+)</p>	<p>06.00 Баскетбол. (0+)</p> <p>08.00, 11.35, 19.25, 22.05 Все на Матч! (12+)</p> <p>08.20 Футбол. Чемпионат мира-2018. (0+)</p> <p>11.55, 14.00, 17.25, 19.20 Новости</p> <p>12.00 Теннис. Пр.тр.</p> <p>14.05 Волейбол. Россия - США. Лига наций-2019. Мужчины. «Финал 6-ти». Трансляция из США. (0+)</p> <p>16.40 Реальный спорт</p> <p>17.30, 04.10 Футбол. «Локомотив» (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Чемпионат России. Сезон 2016-2017. (0+)</p> <p>19.45 Футбол. «Манчестер Сити» - «Уотфорд». Кубок Англии. Сезон 2018-2019. Финал. (0+)</p> <p>22.35 «ЛИГА МЕЧТЫ». (12+)</p> <p>00.40 Десять великих побед. (0+)</p> <p>02.10 «МЕЧТА». (16+)</p>	<p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>07.05 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>08.05 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>09.10 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>11.15 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>12.15 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>14.05 «Порча». (16+)</p> <p>14.35 «ВЫБИРАЯ СУДЬБУ». (16+)</p> <p>19.00 «ЛЮБОВЬ ПО КОНТРАКТУ». (16+)</p> <p>23.30 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)</p> <p>01.30 «Порча». (16+)</p> <p>01.55 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>03.25 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>04.10 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>05.50 «Домашняя кухня». (16+)</p> <p>06.15 «6 кадров». (16+)</p>	

ЦВЕТОВОДСТВО

Санхеция – яркое и незабываемое растение. При благоприятных условиях этот цветок наряжается в броскую полосатую листву.

Причем листья-наяды довольно большие – могут достигать 30-35 сантиметров в длину. Если вы решили завести санхецию дома – она вас порадует быстрым ростом. И через несколько лет может достигнуть в высоту 1-1,5 метра. Но чтобы санхеция всегда радовала вас, росла и не болела, для нее надо создать ряд условий.

Освещение

Предпочитает хороший яркий свет. И как большинство других комнатных растений, санхеция не любит прямых солнечных лучей.

Температурный режим

Очень теплолюбива. Летом желательна температура в пределах 18-25 градусов. Зимой перенесет стойко, 15 градусов тепла выдержит. Но очень плохо переносит температурные перепады и сквозняки.

Удобрение

С приходом весны и до наступления осени санхецию подкармливают каждые две недели удобрениями для цветущих или декоративно-лиственных растений. Кстати, хорошее настроение подарят цветку внекорневые подкормки.

– Милый, я забыла в ресторане твои цветы.
– Ну не возвращаться же, я тоже по счету забыл заплатить.

Полив и влажность

Здесь тоже никаких сложностей. Полив предпочитает регулярный. Летом чаще, зимой – реже. Категорически нельзя допускать пересыхания земляного кома. Это в лучшем случае чревато опадением листвы и болезнью растения. В худшем – его гибелью. Санхеция любит повышенную влажность. Можно баловать цветок частым опрыскиванием из пульверизатора, а само растение можно даже разместить на поддоне с влажной галькой. Словом, санхеция будет крайне признательна получать побольше влаги от всех возможных и доступных для нее источников. Кстати, если влажности будет для растения недостаточно, оно не будет цвести.



Её величество

санхеция

Как растение обновить

Если санхеция потеряла декоративность и сбросила нижние листья, растение можно, так сказать, омолодить – обрезать на треть длины. Санхецию легко сформировать в виде деревца или куста.

Пересадка

Повторимся, при должном несложном уходе санхеция растет быстро. Поэтому первые два-три года цветок обязательно нужно пересаживать в горшок большей емкости. На дно горшка обязательно выкладывается дренаж. Почва предпочтительнее легкая и питательная. Кстати, вполне подойдет готовая почвосмесь для азалий.

КСТАТИ

Букет для императрицы

Букеты для императриц всегда отличались особым шиком и роскошью. Так, однажды английский монарх Георг III в знак особого уважения преподнес российской императрице Екатерине II букет из более чем 200 видов в то время особо экзотических и очень редких растений, среди которых были пеларгонии, драцены, японские аукубы, стрелитция... Оранжевые растения были отправлены с эскортом военных кораблей. С тех пор прошло уже больше двух веков. Многие из этих растений разводят дома наши цветоводы, и они не кажутся экзотическими.

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
<p>06.10 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)</p> <p>08.15 «ДРАКУЛА». (16+)</p> <p>10.45 «ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ». (12+)</p> <p>12.20 «РЕАЛЬНЫЕ УПЫРИ». (16+)</p> <p>13.50 «ВИЗАНТИЯ». (16+)</p> <p>15.50 «РОБИН ГУД: ПРИНЦ ВОРОВ». (12+)</p> <p>18.20 «ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)</p> <p>20.10 «ГОДИЛЛА». (12+) США, Япония, 1998 г. В ролях: Мэттью Бродерик, Жан Рено, Мария Питилло</p> <p>22.30 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)</p> <p>00.00 «НЕВИДИМКА». (16+)</p> <p>01.50 «ВЕТРЕННАЯ РЕКА». (18+)</p> <p>04.00 «1+1». (16+)</p>	<p>07.00 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>08.55 «СУПЕРБОБРОВЫ». (12+)</p> <p>10.40 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)</p> <p>12.10 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)</p> <p>13.45, 14.30 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)</p> <p>15.20 «Чудесный колокольчик». Мультфильм. (6+)</p> <p>15.40 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)</p> <p>17.25 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРИМ». (6+)</p> <p>19.00 «СТАТСКИЙ СОВЕТНИК». (16+)</p> <p>21.20 «РЖЕВСКИЙ ПРОТИВ НАПОЛЕОНА». (16+)</p> <p>22.45 «ГИТЛЕР КАПУТ!» (16+)</p> <p>00.30 «ПРИЗРАК». (6+)</p> <p>02.35 «ГЕРОЙ». (12+)</p> <p>03.55 «ПАСАЖИРКА». (16+)</p>	<p>05.30 «ТЕМА». (16+)</p> <p>07.20 «СВАТЫ». (16+)</p> <p>11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)</p> <p>13.05 Ко дню рождения Софи-ко Чиарели. «ИЩИТЕ ЖЕНШИНУ». (12+)</p> <p>16.00 Ко дню рождения Любови Полищук. «ТАЙНА ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (12+)</p> <p>17.50 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)</p> <p>19.15 «СВАТЫ». (16+)</p> <p>23.00 «НЕВЕРоятные приключения итальянцев в России». (12+)</p> <p>01.00 «ТРАКТИР НА ПЯТИЦОК». (12+)</p> <p>02.35 «УКРОЩЕНИЕ ОГНЯ». (6+)</p>	<p>06.00, 05.35 Голливуд за кадром. (16+)</p> <p>06.25, 14.10, 18.10 Проект подиум. (16+)</p> <p>07.10, 16.15 Правила моей пекарни. (16+)</p> <p>08.00, 14.55, 18.55 Правила моей кухни. (16+)</p> <p>09.20, 17.05 Холостяк. Райские каникулы. (16+)</p> <p>10.25 «МАСКА ЗОРРО». (16+)</p> <p>12.40, 13.25, 20.00, 20.45, 00.00, 00.45 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)</p> <p>21.30, 03.05 «ДУБЛЬ ДВА». (16+)</p> <p>22.20, 02.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)</p> <p>2 сезон. Серил. США, 2018 г.</p> <p>23.05, 23.30, 01.30, 01.55 «ЮНАЯ». (16+)</p> <p>03.50 «БЛИЗОСТЬ». (16+)</p>

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
<p>00.00 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)</p> <p>01.45 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)</p> <p>03.10 «ВЛАСТЬ УБИЙЦ». (16+)</p> <p>04.50 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)</p> <p>06.45 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)</p> <p>08.10 «РЕКРУТ». (16+)</p> <p>10.00 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)</p> <p>11.50 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)</p> <p>13.35 «ШАХМАТНЫЕ РЫЦАРИ». (12+)</p> <p>15.20 «ДЕТЕКТИВ ДИ И ТАЙНА ПРИЗРАЧНОГО ПЛАМЕНИ». (16+)</p> <p>17.20 «ПРИРОЖДЕННЫЙ ГОНЩИК». (16+)</p> <p>18.55 «ЗАЩИТНИК». (16+)</p> <p>20.30 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)</p> <p>22.10 «СЕМЬЯНИН». (12+)</p>	<p>00.25 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)</p> <p>01.50 «НОВЕНЬКИЙ». (12+)</p> <p>02.20 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (16+)</p> <p>05.45 «КОРОБОЧКА». (16+)</p> <p>06.00 «СЛОНЫ МОГУТ ИГРАТЬ В ФУТБОЛ». (16+)</p> <p>07.50 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)</p> <p>10.05 «ПАТЕНТ». (16+)</p> <p>11.50 «ДУРАК». (16+)</p> <p>14.00 «КУРЬЕР ИЗ РАЯ». (12+)</p> <p>15.50 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+)</p> <p>17.35 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+)</p> <p>19.00 «ВЛЮБИТЬ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)</p> <p>21.00 «ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ». (16+)</p> <p>22.35 «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (16+)</p>	<p>05.10 «ЛЕТО. ОДНОКЛАССНИКИ. ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>06.45 «ЗАЖИ ЭТИМ ЛЕТОМ». (16+)</p> <p>08.30 «ДОМ С СПАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ». (16+)</p> <p>10.10 «ДОМ С СПАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)</p> <p>11.50 «МОНАШКИ В БЕГАХ». (16+)</p> <p>13.45 «ШАХМАТНЫЙ ПОЛДЕНЬ». (12+)</p> <p>15.55 «КОМАНДА МЕТЧЫ». (16+)</p> <p>17.45 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)</p> <p>19.30 «ОХОТНИК ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)</p> <p>21.35 «НЕСМОТРЯ НИ НА ЧТО». (16+)</p> <p>23.45 «ЗАМУЖ НА ДВА ДНЯ». (12+)</p>	<p>01.45, 03.30, 04.50 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)</p> <p>06.30 «ЦАРЬ». (18+)</p> <p>08.50 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (6+)</p> <p>11.30 «ВА-БАНК II, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)</p> <p>13.10, 14.30 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». (12+)</p> <p>15.50 «ПОКА СТОЯТ ГОРЬ». (16+)</p> <p>17.25 «МОЯ МОРЯЧКА». (12+)</p> <p>19.00, 20.15 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)</p> <p>Комедия, мюзикл, СССР, 1981 г.</p> <p>21.35 «АНКОР, ЕЩЕ АНКОР!» (12+)</p> <p>Драма, мелодрама, комедия, Россия, 1992 г.</p> <p>23.30 «ГЛАВНЫЙ КОНСТРУКТОР». (12+)</p>

СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
<p>06.00, 16.00 «РОДИТЕЛИ» (субтитры). (12+)</p> <p>07.00, 08.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)</p> <p>07.55, 19.25 Прогноз погоды. (0+)</p> <p>10.00 «ДРУЗЬЯ». (16+)</p> <p>12.00 «ДЖУНГЛИ». (6+)</p> <p>13.30 «ГРАНД» (субтитры). (16+)</p> <p>18.00, 19.30 «ДЕФОЧОНКИ». (16+)</p> <p>21.00 «ИП ПИРОГОВА». (16+)</p> <p>22.00 «ЛЮБОВЬ НАПРОКАТ». (12+)</p> <p>00.00 «КОРОЧЕ». (16+)</p> <p>01.00 «ОСТРОВ» (субтитры). (16+)</p>	<p>08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)</p> <p>12.00, 20.00, 04.00 «НАПАРНИЦЫ». (16+)</p> <p>13.00, 21.00, 05.00 «АДМИРАЛ». (16+)</p> <p>14.00, 22.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)</p> <p>15.00, 23.00, 07.00 «ПРИМАДОННА». (16+)</p> <p>Серил. Мелодрама, Россия, 2005 г.</p> <p>06.00 «ПЛАЦЕНТА». (16+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+)</p> <p>08.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ» (субтитры). (0+)</p> <p>11.55 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)</p> <p>15.00 «КАДЕТСТВО». (0+)</p> <p>18.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)</p> <p>Серил. Комедия, Россия, 2007 г. В ролях: Андрей Леонов, Мария Семкина, Александр Олешко</p> <p>23.00 «Даешь молодежь!» (16+)</p> <p>01.20 6 кадров. (16+)</p> <p>03.30 «РАНЕТКИ». (16+)</p> <p>05.05 Ералаш. (0+)</p>	<p>10.00, 18.00, 02.00 «ДЖО». (16+)</p> <p>10.50, 18.50, 02.50 «НЕБО. САМОЛЕТ. ДЕВУШКА». (16+)</p> <p>Драма, мелодрама, Россия, 2002 г.</p> <p>12.25, 20.25, 04.25 «МЕЖДУ АНГЕЛОМ И БЕСОМ». (12+)</p> <p>Мелодрама, комедия, Франция, 1995 г.</p> <p>14.20, 22.20, 06.20 «ОПЕРАЦИЯ «КОЛИБРИ»». (16+)</p> <p>Триллер, драма, Канада, Бельгия, 2018 г.</p> <p>16.15, 00.15, 08.15 «СТРАСТЬ». (16+)</p> <p>Драма, Швеция, 1969 г.</p>

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
<p>10.10 Паштет. (12+)</p> <p>10.25 Флористика. (12+)</p> <p>10.40 Школа ландшафтного дизайна. (12+)</p> <p>11.15 Квас. (12+)</p> <p>11.30 Частный сектор. (12+)</p> <p>12.00 Сельский туризм. (12+)</p> <p>12.30 Свечной заводик. (12+)</p> <p>12.50 Урожай на столе. (12+)</p> <p>13.20 Осторожно - злая собака. (12+)</p> <p>13.50 Фитокосметика. (12+)</p> <p>14.10 Детская мастерская. (12+)</p> <p>14.25 Кухня народов СССР. (12+)</p> <p>14.40 Выший сорт. (12+)</p> <p>15.00 Фитоаптека. (12+)</p> <p>15.30 Готовим на природе. (12+)</p> <p>15.45 Клуба на крыше. (12+)</p> <p>16.00 Сравнительный анализ. (12+)</p> <p>16.30 Инструменты. (12+)</p> <p>16.45 50 оттенков желе. (12+)</p> <p>17.00, 21.00 Дачные радости. (12+)</p> <p>17.30 Дачные хитрости. (12+)</p> <p>17.45 Мультиварка. (12+)</p> <p>18.05 Чужеземцы. (12+)</p> <p>18.20 Сельсовет. (12+)</p> <p>18.35 Умный дом. (12+)</p> <p>19.05 Семейный обед. (12+)</p> <p>19.40 Секреты стиля. (12+)</p> <p>20.10 Домашняя косметика! (12+)</p> <p>20.30 Сельские профессии. (12+)</p> <p>21.25 Альтернативный сад. (12+)</p> <p>22.00 Вершки-корешки. (12+)</p> <p>22.20 Цветик-семицветик. (12+)</p>	<p>06.30, 10.30, 22.40 На охотничьей тропе с Сергеем Астаховым. (16+)</p> <p>07.00, 14.50, 19.05, 23.10 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)</p> <p>07.30, 11.30, 15.25, 19.40, 23.45 Спиннинг сегодня. (16+)</p> <p>08.00, 15.55 Охотничьи собаки. (16+)</p> <p>08.30 Охота в Беларуси. (16+)</p> <p>09.00 Вкусные рецепты рыболова. (12+)</p> <p>09.30 Фидерная ловля в Нижнем Прикамье. (16+)</p> <p>10.00 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)</p> <p>11.00 Рыболовная школа для взрослых. (12+)</p> <p>12.00, 20.10 Планета охотника. (16+)</p> <p>12.30 Энциклопедия охоты. (16+)</p> <p>13.05 Фишермания. (12+)</p> <p>13.35 Сезон охоты. (16+)</p> <p>14.05 Рыбалка в России. (16+)</p> <p>14.35 Давай зарубимся! (12+)</p> <p>16.25 Секреты «трудных» водоёмов. (12+)</p> <p>17.00 Охота в Удмуртии. (16+)</p> <p>17.30 Практическая школа нахлыста. (12+)</p> <p>18.00 На рыбалку с охотой. (12+)</p> <p>18.35 Горная охота на охотского снежного барана. (16+)</p> <p>20.40 Хватка Хищника. (16+)</p> <p>21.05 Рождение клинка. (16+)</p> <p>21.40 Мир рыболова. (12+)</p> <p>22.10 Рыбалка 360. (6+)</p>	<p>00.00, 13.30 Что дальше? (6+)</p> <p>00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)</p> <p>01.30, 11.00, 19.30 Табата-лайт. (12+)</p> <p>02.00, 11.30, 20.00 Pilates Intensive. (12+)</p> <p>02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)</p> <p>03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+)</p> <p>03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+)</p> <p>04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)</p> <p>04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагинным. (12+)</p> <p>04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)</p> <p>04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+)</p> <p>05.00, 07.00, 09.00 YogaУтро. (6+)</p> <p>05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)</p> <p>Забудьте про инъекции и дорогостоящие процедуры косметологов. Авторский курс самомассажа «Скульптурное лицо» от Виктории Цепляевой раскроет секреты омоложения и профессионального ухода в домашних условиях.</p> <p>12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)</p> <p>14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+)</p> <p>15.00, 22.30 Pilates изнутри. (6+)</p> <p>16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)</p> <p>16.30 Кундалини-йога для начинающих. (12+)</p> <p>18.00 YogaВечер. (6+)</p>

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	ПОБЕДА
<p>06.00, 05.45 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ОТДЕЛ ОПЕРАТИВНЫХ РАССЛЕДОВАНИЙ». (16+)</p> <p>08.40 «КУЛИНАР-2». (16+)</p> <p>10.00 Новости</p> <p>10.10 «КУЛИНАР-2». (16+)</p> <p>13.00 Новости</p> <p>13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</p> <p>14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)</p> <p>15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)</p> <p>16.00 Новости</p> <p>16.20 Приговор? (16+)</p> <p>17.20 Ток-шоу «Отцы и дети». (12+)</p> <p>18.20 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)</p> <p>19.00 Новости</p> <p>19.20 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)</p> <p>20.40 Телеигра «Игра в кино». (12+)</p> <p>21.25 Всемирные игры разума. (12+)</p> <p>22.00 «КУЛИНАР-2». (16+)</p> <p>23.45 Новости</p> <p>00.00 «КУЛИНАР-2». (16+)</p> <p>00.25 «НЕИСПРАВИМЫЕ». (16+)</p> <p>03.25 Наше кино. История большой любви. (12+)</p> <p>04.05 «ВЕСНА». (12+)</p>	<p>05.00 Орел и решка. Юбилейный. (16+)</p> <p>05.45 Орел и решка. Переагрузка. (16+)</p> <p>07.30 Утро Пятницы. (16+)</p> <p>08.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)</p> <p>11.10 На ножах. (16+)</p> <p>13.10 Орел и решка. Чудеса света. (16+)</p> <p>14.00 Орел и решка. Переагрузка. (16+)</p> <p>15.00 Орел и решка. Америка. (16+)</p> <p>16.00 Орел и решка. Ивлеева VS Бедняков. (16+)</p> <p>19.00 Кондитер-4. (16+)</p> <p>Легендарный мастер и гений кондитерского искусства возвращается! Ведущий самого сладкого шоу страны устраивает грандиозную битву среди кондитеров России.</p> <p>20.20 Мир наизнанку. Китай. (16+)</p> <p>21.20 Мир наизнанку. Непал. (16+)</p> <p>22.20 Орел и решка. Безумные выходные. (16+)</p> <p>23.20 «ДОКТОР ХАУС». (16+)</p> <p>02.05 Пятница News. (16+)</p> <p>02.35 Еда, я люблю тебя! (16+)</p> <p>04.25 Орел и решка. Рай и Ад-2. (16+)</p>	<p>05.00 Папа попал. (12+)</p> <p>09.00 Фитоутро. (12+)</p> <p>09.15 Мастершеф. (12+)</p> <p>13.10 Взвешенные и счастливые. (16+)</p> <p>15.25 Моя свекровь - монстр. (16+)</p> <p>17.30 Мама дорогая. (12+)</p> <p>Реальти, в котором будущая свекровь на неделю поселится в семье невесты, а потенциальная теща - дома у жениха. Их цель - познакомиться с «родственниками», их бытом и привычками, найти весь возможный компромат и прощупать все «подводные камни», чтобы раз и навсегда расставить точки над «и» и понять - будут ли их дети счастливы в браке?</p> <p>20.15 Мастершеф. (12+)</p> <p>00.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)</p> <p>Серил. США, Канада, 2009 г.</p> <p>02.15 Я стесняюсь своего тела. (16+)</p> <p>03.50 На 10 лет моложе. (12+)</p> <p>04.10 Europa plus чарт. (16+)</p>	<p>04.30 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (16+)</p> <p>06.10 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ!». (16+)</p> <p>09.40 Неизвестная война. «От Балкан до Венны». (16+)</p> <p>10.30 «РЕПОРТАЖ С ЛИНИИ ОГНЯ». (12+)</p> <p>Киноповесть, СССР, 1984 г. В ролях: Игорь Ливанов, Елена Кондратьева, Анатолий Грачев, Анатолий Кузнецов, Виктор Корешков</p> <p>11.50 «ЕДИНИЧКА». (16+)</p> <p>Драма, Россия, 2015 г. В ролях: Андрей Мерзликин, Илья Коробко, Анна Прус, Арина Борисова</p> <p>13.40 «БИТВА ЗА МОСКВУ». Фильм 2. (12+)</p> <p>16.50 Неизвестная война. «Союзники». (16+)</p> <p>17.40 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ!». (16+)</p> <p>21.20 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (16+)</p> <p>23.10 Неизвестная война. «Битва за Берлин». (16+)</p> <p>00.00 «ХОЛОДНОЕ ТАНГО». (18+)</p> <p>01.40 «ПРОВЕРКА НА ДОРОГАХ». (16+)</p> <p>03.20 «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (12+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
<p>00.00 Историада: Предательство в спецслужбах. (16+)</p> <p>01.00 История одной фотографии. (16+)</p> <p>01.25 300 лет Полтавской битве. (12+)</p> <p>02.00 «КОРОЛЬ, БЕЛКА И УЖ». (16+)</p> <p>04.00 «ЖЕНА СТАЛИНА». (16+)</p> <p>06.30 Герои Великой войны. (12+)</p> <p>06.50 Подлинная история Русской революции. (12+)</p> <p>07.55 Палаццо Веккьо. Искусство и власть. (12+)</p> <p>09.00 Прекрасная вещица. Пристрастие к фарфору. (12+)</p> <p>10.15 Художники. Сила кисти. (12+)</p> <p>11.25 На пути к Великой Победе. (12+)</p> <p>11.55, 12.55 Древние цивилизации. (12+)</p> <p>13.55 Историограф. (12+)</p> <p>14.45 Расшифрованные сокровища. (16+)</p> <p>15.55 Журнал путешественника: Иоганн Вольфганг Гете. (12+)</p> <p>17.05 Другой Наполеон. (12+)</p> <p>18.15 Семь дней истории. (12+)</p> <p>18.30 «ТУТ». (16+)</p> <p>19.25 О тайнах отечественной дипломатии. (12+)</p> <p>20.00 Историада: Россия-Польша. Войны исторической памяти. (12+)</p> <p>21.00 Тайны китайской колесницы. Машина, создавшая Китай. (12+)</p> <p>22.10 Огненная дуга. (12+)</p> <p>23.20 Третья столица. (12+)</p>	<p>06.10, 06.35 Невероятные изобретения. (12+)</p> <p>07.00 Творцы XX столетия. (12+)</p> <p>Сезон: 1. Великобритания, 2015 г.</p> <p>07.55 Живые мертвецы Помпеев. (12+)</p> <p>Италия, 2018 г.</p> <p>08.50, 09.40, 10.35, 11.25, 12.20, 13.15 Разгадка тайны пирамид. (12+)</p> <p>Сезон: 1. Франция, 2019 г.</p> <p>14.05, 14.55, 15.45, 16.30, 17.20 Музейные тайны. (12+)</p> <p>Сезон: 5. США, 2013 г.</p> <p>18.05 Расшифрованные сокровища. (12+)</p> <p>Сезон: 2. Великобритания, 2014 г.</p> <p>19.00 Поля сражений. (12+)</p> <p>Сезон: 2. Франция, 2019 г.</p> <p>20.10 Музейные тайны. (12+)</p> <p>Сезон: 11. США, 2016 г.</p> <p>21.00 Поля сражений. (12+)</p> <p>Сезон: 1. Франция, 2015 г.</p> <p>22.05 Затерянный город гладиаторов. (12+)</p> <p>Австрия, 2015 г.</p> <p>23.00 Забытые королевства Южной Америки. (12+)</p> <p>Сезон: 1. Великобритания, 2013 г.</p> <p>00.05 Музейные тайны. (12+)</p> <p>00.50, 02.00 Поля сражений. (12+)</p> <p>03.00 Затерянный город гладиаторов. (12+)</p> <p>03.50, 04.35 Музейные тайны. (12+)</p> <p>05.20 Невероятные изобретения. (12+)</p>	<p>06.00 Как побеждать во всем. (16+)</p> <p>06.25, 07.20 Дикий туец: Север против юга. (16+)</p> <p>08.15 Осушить океан. (16+)</p> <p>09.05 Дикий туец. (16+)</p> <p>10.00, 10.50 Внутри невероятной механики. (16+)</p> <p>11.40, 02.05 Авто - SOS. (16+)</p> <p>12.30 Космос: возможные миры. (16+)</p> <p>13.25 Инстинкт выживания. (16+)</p> <p>14.15 Суперсооружения Третьего рейха. (16+)</p> <p>15.05, 15.55 Расследования авиакатастроф. (16+)</p> <p>16.45 Международный аэропорт Дубай. (16+)</p> <p>17.40 Поймать контрабандиста. (16+)</p> <p>18.30 Дикий туец. (16+)</p> <p>19.20 Инстинкт выживания. (16+)</p> <p>20.15 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)</p> <p>21.05, 02.50 Расследования авиакатастроф. (16+)</p> <p>22.00, 01.20, 03.35 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)</p> <p>22.50 Тюремные трудности: За решеткой. (16+)</p> <p>23.40, 00.30 Поймать контрабандиста. (16+)</p> <p>04.20 Международный аэропорт Дубай. (16+)</p> <p>05.05, 05.35, 05.55 Научные глупости. (16+)</p>

ANIMAL PLANET	Discovery DISCOVERY CHANNEL	TLC
<p>06.00 Аэропорт для животных. (12+)</p> <p>06.25 Аквариумный бизнес. (12+)</p> <p>07.10 Рыба или смерть. (16+)</p> <p>08.00 Правосудие Техаса. (16+)</p> <p>08.50 Невероятные бассейны. (12+)</p> <p>09.40 Смертельные острова. (16+)</p> <p>10.30, 11.20, 12.10 Зоопарк Сан-Диего. (12+)</p> <p>13.00 Охота на крупную рыбу. (12+)</p> <p>13.50 Невероятные бассейны. (12+)</p> <p>14.40</</p>		

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Гандбол. Суперлига Париматч - Чемпионат России. Женщины. (0+)
 - 07.30 Смешанные единоборства. АСА 101. Трансляция из Польши. (16+)
 - 09.30, 00.00 Хоккей. Чемпионат мира-2019. Трансляция из Словакии. (0+)
 - 11.25 1+1. (12+)
 - 11.55, 14.25, 18.05, 20.50 Новости. (0+)
 - 12.00 Неизвестный спорт. (12+)
 - 12.55 Прыжки в воду. «Мировая серия». Трансляция из Казани. (0+)
 - 14.30 Игры королей. (12+)
 - 14.50 Бокс. Чемпионат России. Мужчины. Финалы. Трансляция из Самары. (0+)
 - 18.10 «Ride The Planet». Грузия. Рача. (12+)
 - 18.40 Волейбол. Лига Наций. Мужчины. Россия - США. Трансляция из Уфы. (0+)
 - 20.55 Профессиональный бокс. Трансляция из Москвы. (16+)
 - 21.55 Гандбол. Чемпионат России. Женщины. Финал. (0+)
 - 23.45 Страна. Live. (12+)
 - 03.30 Бокс. (0+)
- EUROSPORT 1**
- 00.00 Автогонки. Формула E-2018. Пунта-дель-Эсте. (12+)
 - 01.00, 01.30 Автогонки. WTCR-2018. Нюрбургринг. (12+)
 - 02.30, 03.15, 04.00 Снукер. China Championship-2018. (6+)
 - 06.00 Автогонки. Формула E-2017-2018. Рим. (12+)
 - 07.00, 07.30 Автогонки. WTCR-2018. Словакия. (12+)
 - 08.30 Мотогонки. «24 часа Ле-Мана»-2019. (12+)
 - 09.30, 20.00, 22.30 Теннис. Player's Cut. Рафаэль Надаль. (6+)
 - 12.30 Снукер. Селби - Аллен. English Open-2019. 1/2 финала. (6+)
 - 13.30 Снукер. Селби - Гилберт. English Open-2019. Финал. (6+)
 - 15.00, 16.30 Велоспорт. Классика «Джирод'Италия». (12+)
 - 18.00, 19.00 Велоспорт. «Вуэльта»-2018. (12+)
 - 23.00 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Сделано в 90-х. (16+)
 - 06.10, 11.35, 16.15 10 самых горячих клипов дня. (16+)
 - 06.45, 08.45, 15.00, 20.00 PRO-новости. (16+)
 - 07.00 Каждое утро. (16+)
 - 09.00 Русский чарт. (16+)
 - 10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
 - 10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
 - 12.20 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
 - 14.00 R'n'B чарт. (16+)
 - 15.15 Битва фанклубов. (16+)
 - 17.00 Лайкер. (16+)
 - Интерактивный non-stop. Оценивай клип через мобильное приложение МУЗ-ТВ.
 - 19.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
 - 20.10 Премия МУЗ-ТВ-2018. Трансформация. Лучшие выступления. (16+)
 - 22.00 10 sexu. (16+)
 - 23.00 Наше. (16+)
 - 00.25 Караокинг. (16+)
 - 02.30 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

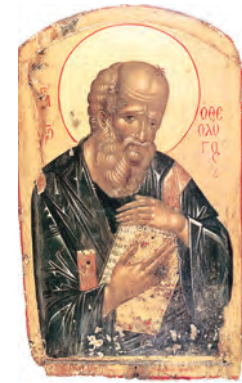
- МУЛЬТ**
- 09.20, 17.00 «Простоквашино». (0+)
 - 10.00, 14.00, 17.30, 22.00 «Фиксики». (0+)
 - 10.30, 20.05 «Лунтик и его друзья». (0+)
 - 11.00, 19.20 «Лео и Тиг». (0+)
 - 11.35, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
 - 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
 - 13.35 «Маша и Медведь». «Машины песенки». (0+)
 - 14.30 «Смешарики». (0+)
 - 15.00 «Солнечные зайчики». (0+)
 - 15.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
 - 18.00 «Хейрдораблз». (0+)
 - 18.05 «Робокар Поли. Уроки безопасности с Эмбер». (0+)
 - 18.10 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
 - 18.25 «Мальшарик». (0+)
 - 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
 - 20.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 20.30 «Маша и Медведь». (0+)
 - 20.55 «Машины сказки». (0+)
 - 21.30 «Джинглики». (0+)
 - 22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)
- КАНАЛ DISNEY**
- 05.00 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
 - 05.25 «Русалочка» (субтитры). (6+)
 - 05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+)
 - 06.10 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
 - 06.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
 - 07.30 «Затерянные в стране Оз». (6+)
 - 08.25 «Пёс Пэт». (6+)
 - 09.00 «Доброе утро с Микки». (0+)
 - 11.15, 19.10 «Кунг-фу Панда: Лапки судьбы». (6+)
 - 11.45, 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
 - 12.40 «Финес и Ферб». (6+)
 - 14.15 «Утиные истории». (6+)
 - 15.10 «Отель Трансильвания». (12+)
 - 16.10 «Рапунцель: Новая история». (6+)
 - 17.10 «Город героев: Новая история». (6+)
 - 18.10 «Гравити Фолз». (12+)
 - 19.30 «Реальная белка-2». (6+)
 - 23.00 «Стражи Галактики: Новая Миссия». (12+)
 - 00.00 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ ПЛЭЙС». (6+)
 - 01.45 «ДЖЕССИ». (6+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 «Ранние пташки». «Даша-путешественница», «Пластинки», «Котики, вперед!» (0+)
 - 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
 - 07.35 «Маша и Медведь». (0+)
 - 08.10 «Новые приключения пчёлки Майи». (0+)
 - 08.50 «Царевны». (0+)
 - 09.20 «Весёлая ферма». (0+)
 - 09.35 «Союзмультфильм» представляет: «Золушка». (0+)
 - 09.55 «Кошкин дом». (0+)
 - 10.25 «Весёлая карусель». (0+)
 - 10.30 «Служба спасения домашнего задания». (6+)
 - 10.50 «Приключения Ам Няма». (0+)
 - 11.00 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
 - 11.40 «Роботы-поезда». (0+)
 - 12.10 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
 - 12.40 «Металионы». (6+)
 - 13.05 «Гормити». (6+)
 - 13.25 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
 - 13.30 «Простоквашино». (0+)
 - 14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
 - 14.10 «Вперёд, Астробой!» (0+)
 - 14.45 «Как устроен город». (0+)
 - 14.55 «Гризли и лемминги». (6+)
 - 15.40 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
 - 16.05 «Бурёнка Даша». (0+)
 - 16.10 «Сказочный патруль». (0+)
 - 17.00 «Йоко». (0+)
 - 18.10 «Щенячий патруль». (0+)
 - 19.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
 - 19.55 «Оранжевая корова». (0+)
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 22.00 «Ниндзяго». (6+)
 - 22.30 «Фьюжн Макс». (6+)
 - 23.15 «Ералаш». (6+)
 - 01.00 «Луни Тюнз шоу». (6+)
 - 02.20 «ТриО!» (0+)
 - 02.25 «Юху спешит на помощь». (0+)
 - 03.15 «Букварий». (0+)
 - 03.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
 - 04.55 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
- УНИКУМ**
- 07.13, 08.45 «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)
 - 07.30, 09.39, 14.45 Мультфильмы. (6+)
 - 07.40, 09.00, 09.49, 22.39 Мультфильмы. (0+)
 - 08.33 «Мальши и летающие звери». (0+)
 - 10.00, 19.01 «Макс Стил». (12+)
 - 10.29, 19.30 «Октонавты». (6+)
 - 12.00, 15.46, 20.00, 23.38 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
 - 12.23, 20.24 А вы знаете!? (6+)
 - 12.25 Вот, что я думаю. (6+)
 - 12.30, 16.08, 18.00, 21.42 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
 - 12.45, 16.24, 18.15, 21.57 Проще простого! (6+)
 - 13.00, 16.41, 18.30, 22.12 Микроистория. (6+)
 - 13.14, 18.44, 22.26 Тайны сказок. (6+)
 - 13.32, 20.30 «Домики». (0+)
 - 13.45, 17.00, 20.43 «Новые приключения кота Леопольда». (0+)
 - 14.02 Кулинарные детки. (6+)
 - 17.16, 21.00 Детские сладости. (6+)
- О!**
- 07.00, 20.20 «Доктор Малышкина». (0+)
 - 07.05 «Бинг». (0+)
 - 08.00, 10.20, 14.00, 17.30 «Жужжалка». (0+)
 - 08.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)
 - 10.00 «Букварий». (0+)
 - 10.25 О! Музыка! (0+)
 - 10.55, 23.05 «Весёлый алфавит». (0+)
 - 11.00, 23.10 «Три кота». (0+)
 - 12.30, 15.55, 21.20 «Мой музей». (0+)
 - 12.35 «Лялик едет в Окидо». (0+)
 - 14.05 «Алиса знает, что делать!» (6+)
 - 16.00 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
 - 16.25 «Фиксики». (0+)
 - 17.35 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
 - 19.00 «ТриО!» (0+)
 - 19.20 «Если бы я был...» (0+)
 - 19.35 «Пег + Кат». (0+)
 - 20.25 «Казупс!» (0+)
 - 21.25 «Летающие звери», «Мальши и летающие звери». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00, 00.20 День Патриарха. (0+)
 - 05.15 Новый Завет вслух. (0+)
 - 05.30 Знак равенства. (16+)
 - 05.45 «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (12+)
 - 06.45, 17.40, 21.30, 00.35 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
 - 07.15 Архимандрит Антонин (Капустин). Цикл: Русские праведники. (12+)
 - 07.50, 20.00, 01.05 Завет. (6+)
 - 08.55 Реакция. (12+)
 - 09.25 Иоанн Богослов. Цикл: Апостолы. (12+)
 - 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
 - 13.00 Прямая линия. Ответ священника. Специальный выпуск (субтитры). (0+)
 - 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 15.05 «КАНИКУЛЫ КРОША». (0+)
 - 16.35 «БАЯЗЕТ». (0+)
 - 18.00 Всенощное бдение. Прямая трансляция. (0+)
 - 21.00, 03.10 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
 - 22.00, 02.40 Святитель Николай. Цикл: Праздники. (12+)
 - 22.30 Поманник. (12+)
 - 02.00 Прямая линия жизни. (0+)
 - 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

21 мая
Седмица 5-я по Пасхе. Глас 4. Апостола
и евангелиста Иоанна Богослова.



Прп. Арсения Великого. Прп. Пимена постника и Арсения трудолюбивого, Печерских. Мч. Никифора.

Поста нет.

«Искоренять зло и грех не твое дело, а Бога, ибо без Иисуса невозможно спастись».

Св. Макарий Великий

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3x3 цифры не повторялись.

1

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

2

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

1

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

3

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

4

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

3

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

5

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

6

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

5

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

СУДОКУ

Ответы

1

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

7 ПЕРВЫЙ



21.30 «Голос». Лучшее. (12+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.55 Модный приговор. (6+)
10.55 Жить здорово! (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.45 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
19.40 Поле чудес. (16+)
21.00 Время
21.30 «Голос». Лучшее. (12+)
23.20 Вечерний Ургант. (16+)
00.10 «Билл Уаймен. Самый тихий из Роллингов». (16+)
Полнометражный документальный фильм, дающий уникальный шанс увидеть изнутри взлеты и падения в жизни и карьере Билла Уаймена - одного из основателей The Rolling Stones и лидеров возрождения рок-н-ролла.
01.45 Мужское / Женское. (16+)
03.15 Модный приговор. (6+)
04.00 Наедине со всеми. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 Известия
05.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4». (16+)
09.00 Известия
09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4». (16+)
13.00 Известия
13.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4». (16+)
17.45 «СПЕЦОТЯД «ШТОРМ». (16+)
Россия, 2013 г. Боевик. В ролях: Владислав Резник, Кирилл Капица. В Приморск приезжает торговец оружием Конов, чтобы купить у местного торговца большую партию оружия.
19.45 «СЛЕД». (16+)
23.45 «Светская хроника». (16+)
00.45 «СЛЕД». (16+)
01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

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
14.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
В Петербург возвращается старая подруга Маши Альбина, много лет прожившая за границей. Вернуться на родину ей пришлось по скорбному поводу: скончалась свекровь. Швецова, сопровождающая её на кладбище, внезапно с ужасом обнаруживает среди близлежащих могил гранитную плиту.
17.00 Вести
17.15 «60 минут». (16+)
18.30 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «Дом культуры и смеха». (16+)
В новом выпуске юмористического шоу «Дом культуры и смеха» артисты и звёзды продолжат развлекать страну.
23.10 Шоу Елены Степаненко. (12+)
00.15 «СВАТЫ». (12+)
02.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.05 «Финансовые битвы Второй мировой». (12+)
07.10 08.20 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (6+)
08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
09.05 10.05 13.20 «КРЕМЬЕНЬ. ОСВОБОЖДЕНИЕ». (16+)
10.00 14.00 Военные новости
14.05 «НЕСЛУЖЕБНОЕ ЗАДАНИЕ». (12+)
16.10 «ВЗРЫВ НА РАССВЕТЕ». (12+)
18.40 21.30 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (12+)
22.40 «Оружие Победы». (6+)
23.10 «Десять фотографий». (6+)
00.00 «ЭТО БЫЛО В РАЗВЕДКЕ». (6+)
01.45 «ПРИКАЗ: ОГОНЬ НЕ ОТКРЫВАТЬ». (12+)

ТВU ТВЦ



08.55 «ЗАМКНУТЫЙ КРУГ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Николай Гринько. Главный папа СССР». (12+)
08.55 «ЗАМКНУТЫЙ КРУГ». (12+)
11.30 События
11.50 «ЗАМКНУТЫЙ КРУГ». (12+)
13.15 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ: КАМЕННЫЙ ГОСТЬ». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ: КАМЕННЫЙ ГОСТЬ». (12+)
15.50 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ: ПАУК». (12+)
17.50 События
18.10 «ВЗРОСЛАЯ ДОЧЬ, ИЛИ ТЕСТ НА...» (16+)
20.00 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ТАЙНЫ ОГНЕННЫХ РУН». (12+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.10 «Приют комедиантов». (12+)
00.50 «Чарующий акцент». (12+)
01.35 «Актёрские судьбы. Великие скандалисты». (12+)
02.15 «В центре событий» с Анной Прохоровой. (16+)
03.15 Петровка, 38. (16+)
03.30 «ВЗРОСЛАЯ ДОЧЬ, ИЛИ ТЕСТ НА...» (16+)
05.05 «Смех с доставкой на дом». (12+)

OTR OTR

- 05.10 15.05 «Среда обитания»
05.20 00.45 «Морской узел»
05.45 08.45 16.45 «Медосмотр». (12+)
06.05 00.05 «За дело!» (12+)
06.45 «От прав к возможностям». (12+)
07.00 22.05 «Имею право!»
07.15 22.30 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ИВАН ДА МАРЬЯ». (16+)
09.00 «Моя школа online». (6+)
12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 Новости
12.05 13.05 19.00 20.15 «ОТражение»
15.15 «ДВЕ ЗИМЫ И ТРИ ЛЕТА». (16+)
17.05 «В поисках Родины». (6+)
18.05 «Служу Отчизне!» (12+)
18.30 «Пособники и предатели». (12+)
01.15 Концерт Нонны Гришаевой и Александра Олешко. (12+)

НТВ НТВ



22.55 ЧП. Расследование. (16+)

- 05.10 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
09.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
Банда Богдана Шувалова врывается в НИИ химических реагентов и пытается похитить яд «Белый туман».
10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
13.00 Сегодня
13.20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
13.50 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 Следствие вели... (16+)
17.15 Жди меня. (12+)
18.10 «ПЁС». (16+)
Из тюрьмы совершает побег Олег Духов, которому до окончания срока осталось несколько дней.
19.00 Сегодня
19.40 «ПЁС». (16+)
22.55 ЧП. Расследование. (16+)
23.30 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)
00.00 «Крутая история» с Татьяной Митковой. (12+)
00.45 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
01.45 Квартирный вопрос. (0+)
02.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
12.50 14.45 16.30 «Доктор 24». (12+)
13.20 15.35 «Погода». (12+)
13.30 23.15 05.30 «Специальный репортаж». (12+)
14.50 17.25 «The City». (12+)
16.35 04.30 «ГОСТ». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.25 22.30 «Спорная территория». (12+)
20.30 00.15 «Рейд». (16+)
21.15 23.45 03.35 «Московский патруль». (16+)
00.40 «Ночная смена». (16+)
01.30 «Книга на ночь». (12+)
03.15 «Сеть». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



10.35 «СТАРШАЯ СЕСТРА»

- 06.30 Письма из провинции
07.00 Легенды мирового кино
07.35 «Другие Романовы»
08.05 «Неизвестная планета Земля»
08.50 00.35 XX век
09.40 «Дороги старых мастеров»
09.50 Мой серебряный шар
10.35 «СТАРШАЯ СЕСТРА»
12.15 Цвет времени
12.35 Academia
13.20 Энигма
14.05 Спектакль «Оскар и Розовая Дама»
16.20 «Красивая планета»
16.35 «Дом на Гульваре»
17.30 Концерт в Екатерининском дворце. Место встречи Симфонического оркестра Силезской филармонии, Даниэль Орен, Дали Гуцериева
18.00 Уроки рисования с Сергеем Андриякой
18.25 «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещён». Без сюрпризов не можете?!»
19.10 Цвет времени
19.30 «Другие Романовы»
19.55 «Искатели»
20.45 Мой серебряный шар
21.30 «СТАРШАЯ СЕСТРА»
23.10 «Красивая планета»
23.25 «Возвращение»
23.55 «Подземные дворцы для вождя и синицы»
01.20 «Искатели»
02.05 «Пер Гюнт». «Про Фому и про Ерему»
02.45 «Красивая планета»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Самое яркое». (16+)
06.00 «Мультфильмы». (6+)
07.30 «ВЫЗОВ»
09.30 «Вкусно 360». (12+)
10.30 «Дача 360». (12+)
12.00 «Новости 360»
12.30 «ЖУРОВ-2». (16+)
Россия, 2010 г. Детектив. В ролях: Андрей Панин, Елена Сафонова, Олеся Судзиловская. Главный герой фильма - немолодой, честный, преданный своему делу работник прокуратуры.
15.30 «Чудо-Люда». (12+)
16.00 «Все просто!» (16+)
16.35 «Самое яркое». (16+)
18.00 «ОХОТА НА БЕРИЮ». (16+)
20.00 «Новости 360»
20.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 «ВЫЗОВ»
00.00 «Самое яркое». (16+)

СТС СТС



21.00 «ВОСХОЖДЕНИЕ ЮПИТЕРА». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.40 «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)
07.05 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
08.00 «РОДСТВЕННИЧКИ». (16+)
09.00 «ТАНГО И КЭШ». (16+)
США, 1989 г. Комедийный боевик. В ролях: Сильвестр Сталлоне, Курт Рассел, Тери Хэтчер, Рэй Танго и Гэйб Кэш - двое полицейских из отдела по борьбе с наркотиками Лос-Анджелеса.
11.00 «Уральские пельмени». (16+)
13.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 «ВОСХОЖДЕНИЕ ЮПИТЕРА». (16+)
США - Австралия, 2015 г. Фантастический боевик. В ролях: Ченнинг Татум, Мила Кунис, Шон Бин. Обыкновенной уборщице Юпитер Джонс снятся вещище сны. Неожиданное появление космического посланника Кейна меняет жизнь Юпитера...
23.30 «Светлые новости». (16+)
23.55 «КОВБОИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ». (16+)
01.50 «ФЛОТ МАКХЕЙЛА». (0+)
03.35 «ЧЕЛОВЕК В ЖЕЛЕЗНОЙ МАСКЕ». (0+)
05.35 «Василёк». (0+)
05.45 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 04.10 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
06.45 03.25 04.55 «Тайны кино». (12+)
07.40 14.30 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
10.20 21.30 «ЗНАХАРЬ». (16+)
Польша, 1981 г. Драма. В ролях: Ежи Биньчицкий, Анна Дымна. С гениальным хирургом Рафалом Вильчуром происходит трагедия, изменившая всю его жизнь.
12.50 «БЕГЛЕЦЫ». (12+)
17.20 Звёзды советского экрана. (12+)
17.55 01.30 «МИСС ФРАЙНИ ФИШЕР». (16+)
20.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
23.50 «ПОБЕГ». (12+)

REN	THT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 <p>22.00 «ПУНКТ НАЗНАЧЕНИЯ-2». (16+)</p>	 <p>01.25 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (16+)</p>	 <p>19.30 «СМЕРТНЫЙ ПРИГОВОР». (16+)</p>	 <p>13.30 «ЗВЁЗДНЫЙ ПУТЬ». (16+)</p>	 <p>23.10 «ЛЕВША». (16+)</p>	 <p>14.05 «Порча». (16+)</p>	
<p>05.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>06.00 09.00 15.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества». (16+)</p> <p>14.00 04.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>20.00 21.00 Документальный спецпроект. (16+)</p> <p>22.00 «ПУНКТ НАЗНАЧЕНИЯ-2». (16+)</p> <p>23.50 «СПАРТАК: КРОВЬ И ПЕСОК». (18+)</p> <p>02.30 «УЛИЧНЫЙ БОЕЦ». (16+)</p>	<p>07.00 THT. Gold. (16+)</p> <p>09.00 Дом-2. Lite. (16+)</p> <p>10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)</p> <p>11.30 Бородина против Бузовой. (16+)</p> <p>12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)</p> <p>13.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>16.30 «ФИЗРУК». (16+)</p> <p>18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>20.00 «Comedy Woman. Дайджест». (16+)</p> <p>21.00 Комеди Клуб. (16+)</p> <p>22.00 Comedy Баттл. (16+)</p> <p>23.00 Дом-2. Город любви. (16+)</p> <p>00.00 Дом-2. После заката. (16+)</p> <p>01.00 «Такое кино!» (16+)</p> <p>Телегид для тех, кто хочет сходить в кино, но не знает, какой фильм выбрать.</p> <p>01.25 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (16+)</p> <p>03.10 «Stand Up». (16+)</p> <p>04.55 Открытый микрофон. (16+)</p> <p>06.35 THT. Best. (16+)</p>	<p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.20 «Слепая». (16+)</p> <p>11.30 Новый день. (12+)</p> <p>12.00 Гадалка. (16+)</p> <p>14.00 «Очевидцы». (16+)</p> <p>15.00 Мистические истории. (16+)</p> <p>16.00 Гадалка. (16+)</p> <p>17.00 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>17.30 «Слепая». (16+)</p> <p>19.30 «СМЕРТНЫЙ ПРИГОВОР». (16+)</p> <p>США, 2007 г. Боевик. В ролях: Кевин Бейкон, Гаррет Хедлунд, Келли Престон. Ник - старший менеджер крупной компании, любящий муж и заботливый отец. Но его жизнь круто меняется, когда на его глазах убивают старшего сына.</p> <p>21.45 «В АДУ». (16+)</p> <p>США, 2003 г. Боевик. В ролях: Жан-Клод Ван Дамм, Лоуренс Тейлор. Здесь сложно выжить, а остаться человеком почти невозможно.</p> <p>23.45 «КОБРА». (16+)</p> <p>01.30 Места Силы. (16+)</p>	<p>06.00 «ИВАН ПОДУШКИН. ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА». (12+)</p> <p>07.45 Дорожные войны. (16+)</p> <p>09.00 Остановите Витю! (16+)</p> <p>09.30 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>10.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>11.30 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>12.00 +100500. (16+)</p> <p>13.30 «ЗВЁЗДНЫЙ ПУТЬ». (16+)</p> <p>16.00 «СТАРТРЕК: ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)</p> <p>18.40 «ТРИ ИКСА-2: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (16+)</p> <p>20.30 «РЕВОЛЬВЕР». (16+)</p> <p>23.00 «ОСОБО ОПАСНЫ». (18+)</p> <p>02.00 +100500. (18+)</p> <p>02.50 «НОЧЬ СТРАХА». (16+)</p> <p>04.30 «ИВАН ПОДУШКИН. ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА». (12+)</p>	<p>06.00 Баскетбол. (0+)</p> <p>08.05, 11.25, 14.05, 22.35 Все на Матч! (12+)</p> <p>08.25 «Лучшая игра с мячом. Легенды прошлого». (12+)</p> <p>09.20 Баскетбол. Чемпионат мира-1998. (0+)</p> <p>11.55, 14.00, 17.50, 20.55, 22.30 Новости</p> <p>12.00 Теннис. Пр.тр.</p> <p>15.00 «Футбольная Испания». (12+)</p> <p>15.30 «Русские легионеры». (12+)</p> <p>16.00, 04.10 Футбол. Сезон 2015-2016. (0+)</p> <p>17.55 Все на футбол!</p> <p>21.00 «Милан» - «Ливерпуль» 2007 / «Интер» - «Бавария» 2010. Избранное. (0+)</p> <p>21.30 «Идеальная команда». (12+)</p> <p>23.10 «ЛЕВША». (16+)</p> <p>01.30 Профессиональный бокс. (16+)</p> <p>02.40 «Боевая профессия». (16+)</p> <p>03.10 «Я стану легендой». (12+)</p>	<p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>07.05 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>08.05 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>09.10 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>11.15 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>12.15 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>14.05 «Порча». (16+)</p> <p>14.40 «ЛЮБОВЬ ПО КОНТРАКТУ». (16+)</p> <p>19.00 «ГОД СОБАКИ». (16+)</p> <p>Украина, 2018 г.</p> <p>23.10 «МОЖЕТЕ ЗВАТЬ МЕНЯ ПАПЕЙ». (16+)</p> <p>01.15 «Порча». (16+)</p> <p>01.45 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>03.10 «Реальная мистика». (16+)</p> <p>04.00 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>04.50 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>05.40 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p>	

№2

ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

ДОМАШНИЙ ПОВАР^{СВ}

КОМПЛЕКСНЫЕ ОБЕДЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ






12+ РЕКЛАМА

12+

Домашний повар^{СВ} ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

НОМЕР УЖЕ В ПРОДАЖЕ!
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ВНИМАНИЕ! Приобрести ранее вышедшие номера* Спецвыпуска «ДОМАШНИЙ ПОВАР» можно также:

• на сайте www.avanta.ru в разделе «Серии издательства «Кардос»» или по телефону **8-800-100-67-14** (будние дни с 9.00 до 18.00, звонок по России бесплатный). Доставка по всей России. ООО «АВИКС» (Юр. адрес: 105082, г. Москва, Набережная Рубцовская, д. 3, стр. 3, пом. 1, комната 25. ОГРН 1177746345622)

• по телефону в Москве **8-495-507-51-56** (будние дни с 11.00 до 18.00). Самовывоз из редакции.

* при их наличии на складе

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000

TV 1000 РУССКОЕ КИНО

ДОМ КИНО

SONY CHANNEL

06.10 «СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ». (16+)
08.40 «Гномео и Джульетта». Мультфильм. (12+)
10.25 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
12.00 «НЕВИДИМКА». (16+)
13.45 «ГОДЗИЛЛА». (12+)
16.05 «СОЦИАЛЬНАЯ СЕТЬ». (16+)
18.10 «1+1». (16+)
20.10 «МАММА МΙΑ!». (16+)
22.05 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)
США, 2010 г.
23.55 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ-2: ГАВАНСКИЕ НОЧИ». (16+)
01.25 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)
03.10 «РЕЗНЯ». (16+)
04.35 «Шрэк». Мультфильм. (6+)

07.00 «ГИТЛЕР КАПУТ!» (16+)
08.45 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+)
10.15 «РЖЕВСКИЙ ПРОТИВ НАПОЛЕОНА». (16+)
11.55 «ХОРОШИЙ МАЛЬЧИК». (12+)
13.35 «ПРИЗРАК». (6+)
15.30 «ДУХLESS-2». (16+)
17.20, 18.15, 19.10, 20.05 «ТУРЕЦКИЙ ГАМБИТ». (12+)
21.05 «НЕПРОЩЕННЫЙ». (16+)
Россия, 2018 г.
23.00 «УЧЕНИК». (18+)
01.00 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
02.30 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)
03.55 «ПРОИГРАННОЕ МЕСТО». (16+)
05.30 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)

05.40 «ХОД КОНЕМ». (12+)
07.20 «СВАТЫ». (16+)
11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
13.00 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
15.40 «ГАРАЖ». (12+)
СССР, 1979 г.
17.30 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (6+)
СССР, 1973 г.
Комедия Леонида Гайдая по мотивам пьесы Михаила Булгакова «Иван Васильевич».
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «МИМИНО». (12+)
00.45 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+)
03.05 «РАСПЛЕДОВАНИЕ». (12+)
04.20 «АУ-У!» (12+)

06.00, 09.25, 16.45 Холостяк. Райские каникулы. (16+)
06.55, 13.55, 18.00 Проект подиум. (16+)
07.35, 15.40 Правила моей пекарни. (16+)
08.25, 14.40, 18.45 Правила моей кухни. (16+)
10.20, 01.40 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». (16+)
12.25, 13.10 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
20.00 «МИСТИЧЕСКАЯ ПИЦЦА». (16+)
США, 1988 г.
21.45 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
23.40 «РАЗРИСОВАННАЯ ВУАЛЬ». (16+)
03.45 «ПОСЛЕДНИЙ ШАНС ХАРВИ». (16+)
05.15 Мебельная фабрика Эллен Дедженерес. (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

КИНОКОМЕДИЯ

РОДНОЕ КИНО

01.45 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИМЖАЛОВ». (12+)
03.40 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
05.25 «ДЕТЕКТИВ ДИ И ТАЙНА ПРИЗРАЧНОГО ПЛАМЕНИ». (16+)
07.20 «ПРИРОЖДЕННЫЙ ГОНЧИК». (16+)
08.50 «ЗАЩИТНЕГ». (16+)
10.25 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)
12.05 «СЕМЬЯНИН». (12+)
14.00 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
15.20 «РЕКРУТ». (16+)
17.05 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
18.50 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
20.30 «ОПРОМЕЧИВЫЙ». (16+)
22.00 «ДЕВЯТЬ». (16+)
23.50 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (18+)

00.20 «СЛОНЫ МОГУТ ИГРАТЬ В ФУТБОЛ!». (16+)
02.10 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ!». (16+)
04.10 «СУДЬБА НА ЗАМЕНУ». (16+)
04.30 «ПАТЕНТ». (16+)
06.00 «ДУРАК». (16+)
08.00 «КУРЬЕР ИЗ РАЯ». (12+)
09.40 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+)
11.35 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+)
13.00 «ВЛЮБИТЬ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)
15.05 «ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ». (16+)
16.35 «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (16+)
18.25 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2017 г.

01.50 «МАЛЬЧИШНИК В НОВОМ ОРЛЕАНЕ». (16+)
03.35 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)
05.45 «СУПЕРПЕРЦЫ». (16+)
08.00 «УЕДЕМ К ЧЕРТОВОЙ БАБУШКЕ». (12+)
09.50 «БЕЗ ТЕРМОЗОВ». (16+)
11.35 «ХОЛОП». (12+)
13.40 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)
15.55 «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ». (16+)
17.30 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)
19.30 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)
21.05 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ ПО-ФРАНЦУЗСКИ». (18+)
Комедия, Франция, 2017 г.
22.40 «РЭД-2». (12+)
Боевик, комедия, США, Франция, 2013 г.

00.50 «ГЛАВНЫЙ КОНСТРУКТОР». (12+)
02.10, 03.35, 04.55 «СЕННАДАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)
06.15 «Я БУДУ ЖДАТЬ». (12+)
07.50 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?» (12+)
09.50 «ДЕЛАЙ - РА-3». (16+)
11.25 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ». (12+)
13.05 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». (12+)
14.40 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (6+)
16.20, 17.40 «НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (12+)
19.00 «КАЛАЧИ». (16+)
20.35 «СЕГОДНЯ - НОВЫЙ АТТРАКЦИОН». (6+)
Комедия, СССР, 1966 г.
22.25 «СИРОТА КАЗАНСКАЯ». (6+)

СУПЕР

ФЕНИКС+КИНО

СТС LOVE

TV 21 ВЕК

06.00, 16.00 «РОДИТЕЛИ» (субтитры). (12+)
07.00, 08.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
07.55, 19.25 Прогноз погоды. (0+)
10.00 «ДРУЗЬЯ». (16+)
12.00 «В СПОРТЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ». (16+)
14.00 «ГРАНД» (субтитры). (16+)
18.00, 19.30 «ДЕФОЧОНКИ». (16+)
21.00 «ЛЕГОК НА ПОМИНЕ». (12+)
22.30 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
00.00 «ВСЁ ВОЗМОЖНО, БЭБИ!». (16+)

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)
Сериал. Россия, 2006 г.
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «АТЪЯНИН ДЕНЬ». (12+)
12.00, 20.00, 04.00 «НАПАРНИЦЫ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «АДМИРАЛ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ПЛАЦЕНТА». (16+)
Сериал. Психологический триллер, Россия, 2009 г.
15.00, 23.00, 07.00 «ПРИМАДОННА». (16+)

06.00 Ералаш. (6+)
08.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ» (субтитры). (0+)
11.50 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
15.00 «КАДЕТСТВО». (0+)
18.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
23.00 Даёшь молодёжь! (16+)
01.20 6 кадров. (16+)
03.30 «РАНЕТКИ». (16+)
Сериал. Драма, Россия, 2008-2010 гг. В ролях: Наталья Мильниченко, Евгения Огурцова, Елена Третьякова
05.05 Ералаш. (0+)

10.00, 18.00, 02.00 «ДЖО». (16+)
10.55, 18.55, 02.55 «ПУТЕШЕСТВИЕ ГЕКТОРА В ПОИСКАХ СЧАСТЬЯ». (12+)
12.55, 20.55, 04.55 «НЕПРИКАСАЕМЫЕ». (16+)
Криминальная драма, Франция, Бельгия, 2011 г.
14.40, 22.40, 06.40 «ДЖУЛЬЕТТА». (18+)
Драма, детектив, Испания, 2016 г.
16.20, 00.20, 08.20 «ЭЙФОРИЯ». (16+)
Драма, детектив, Великобритания, Швеция, 2017 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

ОХОТА И РЫБАЛКА

ЖИВИ!

09.45 Фитокосметика. (12+)
10.10 Детская мастерская. (12+)
10.15 Кухня народов СССР. (12+)
10.35 Высший сорт. (12+)
10.50 Фитопатка. (12+)
11.20 Квас. (12+)
11.35 Клуб на крыше. (12+)
11.50 Сравнительный анализ. (12+)
12.20 Инструменты. (12+)
12.40 50 оттенков желе. (12+)
12.55, 17.05, 20.55 Дачные радости. (12+)
13.20 Дачные хитрости. (12+)
13.40 Мультиварка. (12+)
14.00 Чужеземцы. (12+)
14.15 Сельсовет. (12+)
14.30 Умный дом. (12+)
15.00 Семейный обед. (12+)
15.30 Готовим в природе. (12+)
15.45 Секреты стиля. (12+)
16.15 Домашняя косметика! (12+)
16.35 Сельские профессии. (12+)
17.35 Альтернативный сад. (12+)
18.10 Цветик-семицветик. (12+)
18.25 Дети на даче. (12+)
18.55 Сад своими руками. (12+)
19.25 Цветники. (12+)
19.55 Да здравствует мыло душистое! (12+)
20.10 Ремонт без правил. (12+)
20.40 Какая дичь! (12+)
21.30 Идеальный сад. (12+)
22.00 Вершки-корешки. (12+)
22.20 Дом, милый дом! (12+)

06.00 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
06.30, 18.35, 22.35 На охотничьей тропе с Сергеем Астаховым. (16+)
07.00 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
07.25, 11.25, 15.35, 19.35, 23.40 Спиннинг сегодня. (16+)
08.00, 16.05 Планета охотника. (16+)
08.30 Энциклопедия охоты. (16+)
09.00 Фишермания. (12+)
09.30 Сезон охоты. (16+)
10.00 Рыбалка в России. (16+)
10.30 Давай зарубимся! (12+)
10.50, 13.55, 19.05, 23.05 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)
11.50, 20.10 Охотничьи собаки. (16+)
12.25 Секреты «трудных» водоёмов. (12+)
12.55 Охота в Удмуртии. (16+)
13.25 Практическая школа нахлыста. (12+)
14.30 Горная охота на охотского снежного барана. (16+)
15.00 На рыбалку с охотой. (12+)
16.35 Хватка Хищника. (16+)
17.05 Рождение клинка. (16+)
17.35 Мир рыбакова. (12+)
18.05 Рыбалка 360. (6+)
20.40 Поймать лосося. (16+)
21.05 Охота в Новом Свете. (16+)
21.35 Камский спиннинг. (16+)
22.05 Охота и рыбалка в. (12+)

00.00, 13.30 Что дальше? (6+)
00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 11.00, 19.30 Табата-лайт. (12+)
02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 ЙогаУтро. (6+)
05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
Мы подготовили для вас эффективный комплекс, направленный на проработку различных групп мышц. Теперь вам больше не придется тратить время на поиск и подбор упражнений для проблемных зон.
14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
16.30 Кундалини-йога для начинающих. (12+)
18.00 ЙогаВечер. (6+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

ПЯТНИЦА

Ю

ПОБЕДА

06.00 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ОПЕРАТИВНЫХ РАССЛЕДОВАНИЙ». (16+)
09.30 «КУЛИНАР-2». (16+)
10.00 Новости
10.10 В гостях у цифры
10.20 «КУЛИНАР-2». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.20 Приговор! (16+)
17.20 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
18.20 Всемирные игры разума. (12+)
19.00 Новости
19.15 «Слабое звено». (12+)
20.15 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.55 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
22.45 «ТАНКЕР «ТАНГО». (16+)
01.10 Ночной экспресс. (12+)
02.00 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (12+)
03.30 «НАСРЕДДИН В БУХАРЕ». (0+)
04.15 «ПОДКИДЫШ». (0+)

05.00 Орел и решка. Юбилейный. (16+)
05.45 Орел и решка. Перегрузка-3. (16+)
07.30 Утро Пятницы. (16+)
08.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
11.00 На ножах. (16+)
13.05 Орел и решка. Чудеса света. (16+)
«Орел и решка» отправляется в путешествие по самым удивительным местам нашей планеты - чудесам света. Алина Астровская и Антон Зайцев узнают о самых необычных местах мира и обязательно найдут там приключения!
13.55 Орел и решка. Перегрузка. (16+)
14.50 Орел и решка. Америка. (16+)
20.20 «ПАРОХОМЕР. ИСТОРИЯ ОДНОГО УБИЙЦЫ». (16+)
Германия, Франция, Испания, США, 2006 г.
23.00 «БАГРОВЫЙ ПИК». (16+)
Канада, США, 2015 г.
01.05 Пятница News. (16+)
01.40 «ДРЕВНИЕ». (16+)
04.10 Орел и решка. Рай и Ад-2. (16+)

05.00 Папа подал. (12+)
09.00 Фитотур. (12+)
09.15 Мастершеф. (12+)
Легендарное кулинарное реалити. В проекте 20 повара-любителей соревнуются в гастрономическом поединке за крупный денежный приз и обучение в престижной кулинарной академии.
13.05 Взвешенные и счастливые. (16+)
15.25 Моя свекровь - монстр. (16+)
17.30 Угадай мой возраст. (16+)
Двум участникам предстоит решить только одну задачу: определить точный возраст шести незнакомцев, которых они раньше никогда не видели!
20.00 Мастершеф. (12+)
00.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
Знаменитый американский телесериал о работе команды лучших следователей ФБР.
02.15 Я стесняюсь своего тела. (16+)
03.50 Свадьба вслепую. (16+)

04.30 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (16+)
06.10 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
09.40 Неизвестная война. «Союзники». (16+)
10.30 «ВТОРЖЕНИЕ». (12+)
12.10 «ЗАВТРА БЫЛА ВОЙНА». (12+)
13.40 «ХОЛОДНОЕ ТАНГО». (18+)
15.30 «О ТЕХ, КОГО ПОМНЮ И ЛЮБЛЮ». (12+)
16.50 Неизвестная война. «Битва за Берлин». (16+)
21.20 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (16+)
23.10 Неизвестная война. «Последнее сражение войны». (16+)
00.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
01.50 «И ТЫ УВИДИШЬ НЕБО». (12+)
02.50 «НЕТ НЕИЗВЕСТНЫХ СОЛДАТ». (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

VIASAT HISTORY

NATIONAL GEOGRAPHIC

00.00 Историю: Парламенты Англии и Франции в XVI-XVII веках: сходства и различия. (12+)
01.00 История одной фотографии. (6+)
01.25 300 лет Полтавской битве. (12+)
02.00 Герои Великой войны. (12+)
02.20 Подлинная история Русской революции. (12+)
03.25 На пути к Великой Победе. (12+)
03.50 Палаццо Векко. Искусство и власть. (12+)
05.00 Прекрасная вещица. Пристрастие к фарфору. (12+)
06.15 Художники. Сила кисти. (12+)
07.20 На пути к Великой Победе: Лекарство от блицкрига. (12+)
07.50, 08.50 Древние цивилизации. (12+)
10.00 Историограф. (12+)
10.55 Расшифрованные сокровища. (16+)
12.00, 13.00, 14.00, 15.00 «ТУТ». (16+)
15.55 Историю: Россия-Польша. Войны исторической памяти. (12+)
17.00 Тайны китайской колесницы. Машина, создавшая Китай. (12+)
18.05 Огненная дуга. (12+)
19.15 Третья столица. (12+)
20.00 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+)
22.05 Рельсовая война. (12+)
22.35 Семь дней истории. (12+)
22.50 Страна Советов. Забытые вожди. (12+)

06.20 Невероятные изобретения. (12+)
06.45 Скрытые следы: Война во Вьетнаме. (12+)
07.45 Королевская семья, британская аристократия и нацисты. (16+)
08.40, 09.35 Творцы XX столетия. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2015 г.
10.25, 11.25 Моя жизнь в гитлеровской Германии. (12+)
Сезон: 1. Франция, 2017 г.
12.25, 13.20, 14.15, 15.15, 16.10, 17.05 Творцы XX столетия. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2015 г.
18.05 Забытые королевства Южной Америки. (12+)
15.00, 04.25 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.40 Поймать контрабандиста. (16+)
18.35 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
19.25 Инстинкт выживания. (16+)
20.15 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
21.05, 03.35 Расследования авиакатастроф. (16+)
22.00, 22.50, 23.40 Скрытые жемчужины Турции. (16+)
00.35 Баку: Скрытые тайны городов. (16+)
01.20, 02.05 Авто - SOS. (16+)
02.50 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
05.10, 05.35, 05.55 Научные глупости. (16+)

06.00 Как побеждать во всем. (16+)
06.25, 07.20 Дикая туеца: Север против юга. (16+)
08.15 Осушить океан. (16+)
09.10 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
10.00, 10.50 Внутри невероятной механики. (16+)
11.40 Авто - SOS. (16+)
12.35 Космос: возможные миры. (16+)
13.25 Инстинкт выживания. (16+)
14.15 Суперсооружения Третьего рейха. (16+)
15.05, 15.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.50, 04.25 Международный аэропорт Дубай. (16+)
17.40 Поймать контрабандиста. (16+)
18.35 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
19.25 Инстинкт выживания. (16+)
20.15 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
21.05, 03.35 Расследования авиакатастроф. (16+)
22.00, 22.50, 23.40 Скрытые жемчужины Турции. (16+)
00.35 Баку: Скрытые тайны городов. (16+)
01.20, 02.05 Авто - SOS. (16+)
02.50 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
05.10, 05.35, 05.55 Научные глупости. (16+)

ANIMAL PLANET

DISCOVERY CHANNEL

TLC

06.00 Аэропорт для животных. (12+)
06.25 Акваармиумный бизнес. (12+)
07.10 Рыба или смерть? (12+)
08.00 Правосудие Техаса. (16+)
08.50 Невероятные бассейны. (12+)
09.40 Неизведанный Индокитай. (12+)
10.30, 11.20, 12.10 Планета мутантов. (12+)
13.00 Охота на крупную рыбу. (12+)
13.50 Невероятные бассейны. (12+)
14.40 Правосудие Техаса. (16+)
16.20, 16.45, 17.15, 17.40, 18.10, 18.35 Удивительный мир животных. (12+)
19.05 Неизведанный Индокитай. (12+)
20.00 Последние жители Аляски. (16+)
21.00 Бристольский зал. (16+)
21.55 Охота на крупную рыбу. (12+)
22.50 Осторожно, опасные животные. (16+)
23.45 В поисках йети. (12+)
00.40 Хищники крупным планом с Джозефом Ламбертом. (16+)
01.30 Зоопарк. (12+)
02.15 Неизведанный Индокитай. (12+)
03.00 Экспедиция Муно. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30 Осторожно, опасные животные. (16+)
05.15 В поисках йети. (12+)

06.00 Золотая лихорадка. (16+)
06.45, 19.15, 19.40 Как это сделано? (12+)
07.10 В погоне за классикой. (12+)
08.00, 13.50, 20.10 Махинаторы. (12+)
08.50, 09.15, 16.30, 16.55 Короли аукционов. (12+)
09.40, 10.05, 21.05, 21.30 Охотники за складами. (16+)
10.30 Разрушители легенд. (16+)
11.20 Неизведанная Европа. (12+)
От гор и морей до знойной пустыни и арктической тундры - мы посетим места, где еще сохранилась дикая природа и удивительное разнообразие жизни.
12.10, 05.15 Золотая лихорадка: заброшенный прииск Дэйва Турина. (16+)
13.00 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
14.40, 15.05 Как это устроено? (12+)
15.35, 00.40 Бесценные авто. (12+)
17.25 Лучший моделист. (12+)
18.20, 01.30 БОЛЬШОЕ и Ричард Хаммонд. (12+)
22.00 Операция «Спасение дома». (16+)
22.55 Аляска: последний рубеж. (16+)
23.50, 04.30 Голье и науганные. (16+)
02.15 Охотник за игрушками: потерянные игрушки. (12+)
03.00 Удивительные фургоны. (12+)
03.45 Реальные дальнобойщики. (12+)

06.00 Мастер макияжа. (12+)
06.25, 06.50 Босс на кухне. (12+)
07.15, 07.40 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
08.05, 08.31 Еда за полчаса. (12+)
08.57, 09.23 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
09.49, 10.15, 20.24, 20.51, 05.13, 05.36 Охотники за крошечными домами. (12+)
10.41 Я вешу 300 кг: что было дальше? (16+)
12.25 В плену ненужных вещей. (12+)
13.18 Адская кошка. (12+)
14.11, 14.37 Еда за полчаса. (12+)
15.04 Виза невесты. Виза жениха. Самоизоляция. (16+)
15.57 Дивы в деле! (16+)
16.50 В плену ненужных вещей. (12+)
17.43 Любовь после тюрьмы. (16+)
18.36 Доктор «Прыщик». (16+)
19.30, 19.57 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
21.18 Толстые и беременные. (16+)
22.11 Мама весом 267 кг - год спустя. (12+)
23.04, 02.27 Доктор «Прыщик». (16+)
23.57, 03.14 Аномалии тела. (18+)
00.50 7 маленьких Джонстонов. (12+)
01.39 Что, если мы поженимся? (12+)
04.02 Игра вслепую. (12+)
04.26, 04.49 Мастера перепродажи. (12+)

СПОРТ

Table with sports events: Гандбол, Футбол, Баскетбол, Волейбол, Бокс, Теннис, etc.

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

Table with children's channels: МУЛЬТ, КАНАЛ DISNEY, МУЗ-ТВ, УНИКУМ, О!, etc.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

Table with religious events: Спас, Божественная литургия, etc.

Православный календарь

22 мая Седмица 5-я по Пасхе. Глас 4. Прор. Исаии. Image of a saint. Postnyy den. Razreshayetsya ryba. Sv. Makariy Velikiy.

МУЗЫКА

Table with music events: МУЗ-ТВ, МУЗ, etc.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 18 ПО 24 МАЯ

Рыбы 19.02 – 20.03. Рыбам неделя принесет немало неожиданного и интересного. Но это не отменяет проблем на работе...

Овен 21.03 – 20.04. Если Овны осмелятся начать какое-либо перспективное дело, смогут неплохо заработать. Смелее вперед!

Телец 21.04 – 21.05. Тельцов ждут новости, требующие тщательного осмысления. От принятых вами решений будет зависеть не только ваше благополучие...

Близнецы 22.05 – 21.06. Судьба приготовила Близнецам приятный сюрприз. Может исполниться ваше заветное желание, или случится заветная встреча...

Скорпион 24.10 – 22.11. Скорпионам многое предстоит успеть. Выполнить задуманное на работе, охватить вниманием близких и друзей и наладить отношения с любимым человеком...

ЦЕПОЧКА. Слова в этом кроссворде вписываются по часовой стрелке, начиная с клетки, на которую показывает серый треугольник. 1. Регулярный доход с имущества или земли...

Стрелец 23.11 – 21.12. Благоприятное стечение обстоятельств в сочетании с предпримчивостью и трудолюбием помогут Стрельцам реализовать все их честолюбивые планы. А вот отношения с любимым человеком огорчат...

1 ПЕРВЫЙ



00.10 «НАРАВНЕ С ПАРНЯМИ». (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 «Эльдар Рязанов. Весь юмор я потратил на кино». (12+)
- 11.15 Видели видео? (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Видели видео? (6+)
- 13.40 Премьера. «На дачу!» с Наташей Барбье. (6+)
- 14.50 «Эльдар Рязанов. Человек-праздник». (16+)
- 16.45 «Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым. (12+)
- 18.15 Сегодня вечером. (16+)
- 21.00 Время
- 21.20 Сегодня вечером. (16+)
- 23.00 Большая игра. (16+)
- 00.10 «НАРАВНЕ С ПАРНЯМИ».** (16+)
Франция, 2018. Комедия. В ролях: Макс Бублиль, Ванесса Гид, Бруно Лоше. Фильм, основанный на реальных событиях, с юмором прослеживает появление женского футбола во Франции.
- 02.25 Мужское / Женское. (16+)
- 03.10 Модный приговор. (6+)
- 03.55 Наедине со всеми. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)
- 09.00 «Моя правда». (16+)
- 10.00 «МАМА-ДЕТЕКТИВ».** (12+)
Россия, 2012 г. Детектив. В ролях: Инга Оболдина, Григорий Зельцер, Кирилл Плетнёв. Лариса Левина - инспектор полиции и прекрасный работник, а также мать двоих сыновей и привлекательная женщина. Ее профессиональный стиль - придавать минимум значения материальным уликам, результатам экспертиз и анализов. Ее главное оружие в поимке преступников - интуиция.
- 14.10 «СЛЕД».** (16+)
- 00.00 Известия. Главное
- 00.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



08.35 «По секрету всему свету»

- 05.00 «Утро России. Суббота»
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.20 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 «100ЯНОВ». (12+)
- 12.35 «Тест». Всероссийский потребительский проект. (12+)
- 13.40 «СЖИГАЯ МОСТЫ».** (12+)
Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Вероника Пляшкевич, Юрий Батурин. Вера замужем и воспитывает дочку Лизу, однако счастливой её жизнь не назовёшь: муж любит выпить и распускать руки.
- 18.00 «Привет, Андрей!»
- 20.00 Вести в субботу
- 21.00 «НЕОТПРАВЛЕННОЕ ПИСЬМО».** (12+)
Россия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Настя Задорожная, Андрей Чадов. Личная жизнь Ольги Захаровой никак не складывается. А ведь ей уже за тридцать! Ей хочется любящего мужа, семью и детей. Вот только ей все время попадают мерзавцы.
- 01.20 «ПРОЕЗДНОЙ БИЛЕТ».** (12+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.05 08.15 «ВАРВАРА-КРАСА, ДЛИННАЯ КОСА»**
- 08.00 13.00 18.00 Новости
- 09.00 «Легенды цирка». (6+)
- 09.30 «Легенды телевидения»
- 10.15 «Загадки века». (12+)
- 11.05 «Улика из прошлого»
- 11.55 «Не факт!» (6+)
- 12.30 «Круиз-контроль». (6+)
- 13.20 «Спецрепортаж». (12+)
- 13.35 «СССР. Знак качества»
- 14.35 «ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ПОСТАМ...»** (0+)
- 16.05 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦОЙ».** (6+)
- 18.10 «Задело!»
- 18.25 «ПРОЕКТ «АЛЬФА».** (12+)
- 20.25 «ФАРТОВЫЙ».** (16+)
- 22.20 «РЫСЬ».** (16+)
- 00.30 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ».** (6+)

ТВУ ТВЦ



09.55 Актерские судьбы. Л. Хитяева и Н. Лебедев». (12+)

- 06.00 «ВПЕРВЫЕ ЗАМУЖЕМ».** (0+)
- 07.35 Православная энциклопедия. (6+)
- 08.00 «Полезная покупка». (16+)
- 08.10 «СЕКРЕТ НЕПРИСТУПНОЙ КРАСАВИЦЫ».** (12+)
- 09.55 «Актерские судьбы. Людмила Хитяева и Николай Лебедев». (12+)
- 10.30 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА».** (16+)
- 11.30 События
- 11.45 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА».** (16+)
- 12.45 «ШРАМ».** (12+)
Россия, 2017 г. Детектив. В ролях: Анна Тараторкина, Александр Пашков.
- 14.30 События
- 14.45 «ШРАМ».** (12+)
- 17.00 «СИНИЧКА-3».** (16+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
- 22.15 «Право знать!» (16+)
- 23.45 События
- 23.55 «90-е. Бомба для «афганцев». (16+)
- 00.35 «Дикие деньги». (16+)
- 01.15 «Удар властью». (16+)
- 02.00 Специальный репортаж. (16+)
- 02.25 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым. (16+)
- 03.30 «Право знать!» (16+)
- 04.45 Петровка, 38. (16+)
- 05.00 «Евгений Дятлов. Мне никто ничего не обещал». (12+)

ОТР ОТР

- 05.05 12.00 «Большая страна»
- 06.00 «Пособники и предатели». (12+)
- 06.30 «Фигура речи». (12+)
- 07.15 «За дело!» (12+)
- 08.00 17.15 «Серые кардиналы России». (12+)
- 08.30 11.05 04.40 «Домашние животные». (12+)
- 09.15 «Активная среда». (12+)
- 09.40 «ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ».** (0+)
- 11.30 «Гамбургский счёт». (12+)
- 13.05 «Дом «Э». (12+)
- 13.30 15.05 «ПОСЛЕДНЯЯ ВСТРЕЧА».** (12+)
- 17.00 «Среда обитания». (12+)
- 17.40 «Звук». (12+)
- 19.15 «Вспомнить всё». (12+)
- 19.40 «Культурный обмен»
- 20.25 03.15 «ПРИШЕЛЬЦЫ В АМЕРИКЕ».** (12+)
- 21.50 Концерт Н. Гришаевой и А. Олешко. (12+)
- 23.10 «СОЛЯРИС».** (12+)

НТВ



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

- 04.50 ЧП. Расследование. (16+)
- 05.15 «ДОМ».** (16+)
- 07.25 Смотр. (0+)
- 08.00 Сегодня
- 08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)
- 08.45 Доктор Свет. (16+)
- 09.25 Едим дома. (0+)
- 10.00 Сегодня
- 10.20 Главная дорога. (16+)
- Шумовая разметка - помощник засыпающему водителю или медвежья услуга пешеходу?
- 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)
- 12.00 Квартирный вопрос. (0+)
- 13.00 НашПотребНадзор. (16+)
- 14.05 Поедем, поедим! (0+)
- 15.00 Своя игра. (0+)
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Следствие вели... (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
- 20.50 Секрет на миллион. (16+)
В новом выпуске в студию к Лере Кудрявцевой придут известные артисты, потомственные дрессировщики Эдгард и Аскольд Запашные.
- 22.40 «Международная пиорама» с Тиграном Кеосаяном. (16+)
- 23.25 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
- 01.05 Дачный ответ. (0+)
- 01.55 «АЗ ВОЗДАМ».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 06.15 09.15 13.15 17.15 19.15 23.10 «Доктор 24». (12+)
- 06.30 22.25 «The City». (12+)
- 07.10 07.35 11.10 11.35 15.10 15.35 23.35 02.10 02.35 05.15 05.35 «ГОСТ». (12+)
- 08.15 10.10 16.35 01.15 01.35 04.10 04.35 «Спорная территория». (12+)
- 08.35 12.25 13.30 17.25 21.30 00.25 03.15 03.35 «Специальный репортаж». (12+)
- 09.25 «Москва Раевского». (12+)
- 10.45 20.25 «Сеть». (12+)
- 14.25 19.25 «Фанимани». (12+)
- 18.25 «Москва с акцентом». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



11.00 «РОМАН О ВЛЮБЛЕННЫХ»

- 06.30 Библейский сюжет
- 07.00 «Мультфильмы»
- 07.45 «ВАШИ ПРАВА?»**
- 09.25 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфиоровым
- 09.55 «Передвижники»
- 10.20 «Острова»
- 11.00 «РОМАН О ВЛЮБЛЕННЫХ»**
- 13.10 Пятое измерение
- 13.40 «Земля людей»
- 14.05 «Королевство кенгуру на острове Роттнест»
- 15.00 Международный фестиваль цирка в Монте-Карло
- 17.00 «СЫН»**
СССР, 1955 г. Социальная драма. В ролях: Леонид Харитонов, Петр Константинов. Девятиклассник Андрей в пьяном виде совершил хулиганский поступок и провел ночь в милиции. После этого, не желая слушать справедливые упреки отца, он уходит из дома, бросает школу и бесцельно скитается по Москве до тех пор, пока случай не приводит его на стройку.
- 18.30 «Репортажи из будущего»
- 19.10 Линия жизни
- 20.05 «ПОСЛЕДНИЙ ИМПЕРАТОР»**
- 22.40 Клуб 37
- 23.40 «ВАШИ ПРАВА?»**
- 01.20 «Королевство кенгуру на острове Роттнест»
- 02.10 «Искатели»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Самое яркое». (16+)
- 07.00 «Мультфильмы». (6+)
- 08.00 «Будни»
- 09.05 «Вкусно 360». (12+)
- 11.05 «Дача 360». (12+)
- 12.00 «Новости 360»
- 12.30 «Чудо-Люда». (12+)
- 14.00 «Самое яркое». (16+)
- 14.20 «ОХОТА НА БЕРИЮ».** (16+)
- 20.00 «Новости 360»
- 20.30 «Самое яркое». (16+)
- 22.00 «ОСТОРОЖНО! ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ».** (16+)
Великобритания, США, 1997 г. Мелодрама. В ролях: Гвинет Пэлтроу, Джон Ханна, Джон Линч, Джинн Трипплхорн, Зара Тернер.
- 23.55 «ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ».** (18+)
- 02.05 «Самое яркое». (16+)

СТС СТС



21.00 «АРМАГЕДДОН». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.20 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 06.35 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Том и Джерри». (0+)
- 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 08.25 «Шоу «Уральских пельменей»». (16+)
- 09.00 «ПроСТО кухня». (12+)
- 10.00 «Шоу «Уральских пельменей»». (16+)
- 10.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ СУПЕРМЕНА».** (12+)
- 13.55 «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ. ИСПЫТАНИЕ ОГНЕМ».** (16+)
- 16.20 «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ. ЛЕКАРСТВО ОТ СМЕРТИ».** (16+)
- 19.10 «Смолфут». (6+)
- 21.00 «АРМАГЕДДОН».** (12+)
США, 1998 г. Фантастический боевик. В ролях: Брюс Уиллис, Билли Боб Торнтон, Бен Аффлек.
- 23.55 «ПЛОХИЕ ПАРНИ».** (18+)
- 01.55 «ЧЕЛОВЕК В ЖЕЛЕЗНОЙ МАСКЕ».** (0+)
- 03.55 «Футбольные звезды». (0+)
- 04.15 «Шайбу! Шайбу!» (0+)
- 04.35 «Матч-реванш». (0+)
- 04.55 «Необыкновенный матч». (0+)
- 05.15 «Метеор на ринге». (0+)
- 05.30 «Айболит и Бармалей». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 «Мультитро». (0+)
- 08.35 «ИГРА ВСЕРЬЕЗ».** (16+)
- 10.35 «ТЕНЬ У ПИРСА».** (12+)
- 12.05 03.05 04.35 «Раскрываем тайны звезд». (12+)
- 13.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ».** (12+)
- 14.45 «ПЕРЕСТУПИТЬ ЧЕРТУ».** (12+)
- 18.00 «РАЗОРВАННЫЙ КРУГ».** (12+)
- 19.35 «ДВОЙНОЙ КАПКАН».** (12+)
- 22.00 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО».** (12+)
- 01.45 «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР».** (12+)
- 03.50 «Тайны кино». (12+)
- 05.20 Звезды советского экрана

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «Шрек-2». Мультфильм. (6+)	07.10 «ХРАНИ МЕНЯ, МОЙ ТАЛИСМАН». (12+)	05.30 «ЖИЗНЬ ПРЕКРАСНА». (12+)	06.00 Голливуд за кадром. (16+)	06.00 «СВАТЫ». (16+)	06.00 Голливуд за кадром. (16+)
08.00 «1+1». (16+)	08.30 «СТАТСКИЙ СОВЕТНИК». (16+)	07.20 «СВАТЫ». (16+)	06.25 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)	11.05 «НОВЫЕ ПОХОЖДЕНИЯ КОТА В САПОГАХ». (6+)	08.15, 09.00, 09.45 Проект подиум. (16+)
10.05 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ-2: ГАВАНСКИЕ НОЧИ». (16+)	10.55, 11.50, 12.50, 13.45 «ТУРЕЦКИЙ ГАМБИТ». (12+)	12.40 Ко дню рождения Ларисы Гузеевой. «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)	10.30, 12.10 Правила моей кухни. (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	07.50 Мультфильмы. (6+)
11.35 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)	14.40 «НЕПРОЩЕННЫЙ». (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	13.15 Мебельная фабрика Эллен ДеДженерес. (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	08.35 Наше кино. История большой любви. (12+)
13.20 «МАММА МΙΑ!» (16+)	16.00 «ЛЕГЕНДА № 17». (12+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	14.00, 14.45 «РИЦОЛИ И АЙЛС». (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	09.05 Ток-шоу «Слабое звено». (12+)
15.20 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)	19.00 «ЛЁД». (12+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	15.30 «МИСТИЧЕСКАЯ ПИЦЦА». (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	10.00 Новости
17.05 «Шрек». Мультфильм. (6+)	Россия, 2018 г. В ролях: Аглия Тарасова, Диана Енакаева, Мария Аронова, Александр Петров	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	17.15, 18.10, 19.05 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	10.10 «ЗИТА И ГИТА». (12+)
18.40 «Шрек-2». Мультфильм. (6+)	20.55 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	20.00 «ЭПОХА НЕВИННОСТИ». (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	13.15 «ТАНЦОР ДИСКО». (12+)
20.10 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)	22.50 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!» (12+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	22.15 «ЖИЗНЬ ПО ДЖЕЙН ОСТИН». (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	16.00 Новости
22.30 «ГОНКА ВЕКА». (16+)	00.40 «ТЕКСТ». (18+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	00.00, 00.45, 01.30, 02.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	19.00 Новости
00.10 «ПРОЩАЙ, ДЕТКА, ПРОЩАЙ!». (16+)	03.05 «СУПЕРБОБРОВЫ». (12+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	03.00, 03.45, 04.30, 05.15 «ДУБЛЬ ДВА». (16+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	19.15 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
02.10 «РЕАЛЬНЫЕ УПЫРИ». (16+)	04.45 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)	15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)		15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	22.00 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
03.50 «ДРАКУЛА». (16+)		15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)		15.25 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (16+)	23.40 «ТАНКЕР «ТАНГО». (0+)

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	РОДНОЕ КИНО
01.35 «ДЕТЕКТИВ ДИ И ТАЙНА ПРИЗРАЧНОГО ПЛАМЕНИ». (16+)	01.25 «МОРФИЙ». (18+)	00.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)	00.05 «ШЛА СОБАКА ПО РОЯЛЮ». (12+)
03.35 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)	03.15 «СЛОНЫ МОГУТ ИГРАТЬ В ФУТБОЛ». (16+)	02.50 «ГИТЛЕР КАПУТ». (16+)	01.25 «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ». (6+)
04.55 «РЕКРУТ». (16+)	05.00 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)	04.35 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)	03.10 «ТРИ ПОЛУГРАЦИИ». (12+)
06.45 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)	06.55 «ПАТЕНТ». (16+)	06.05 «НЕСМОТЯ НИ НА ЧТО». (16+)	05.35, 06.55 «ОТПУСК В СЕНТЯБРЕ». (16+)
08.35 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)	08.35 «ДУРАК». (16+)	08.20 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)	08.20, 09.40 «ПРО КРАСНУЮ ШАПОЧКУ». (6+)
10.15 «ОПРОМЕТЧИВЫЙ». (16+)	10.45 «КУРЬЕР ИЗ РАЯ». (12+)	10.15 «МАЛЬЧИШНИК В НОВОМ ОРЛЕАНЕ». (16+)	11.05, 12.20 «ГЛАВНЫЙ КОНСТРУКТОР». (12+)
11.45 «ДЕВЯТЬ». (16+)	12.20 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+)	11.55 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)	13.40, 15.00 «БЕЗЪЯМЯНАЯ ЗВЕЗДА». (12+)
13.35 «ПРИРОЖДЕННЫЙ ГОНЧИК». (16+)	14.15 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (12+)	13.35 «МОНАШКИ В БЕГАХ». (16+)	16.20 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТАТ». (6+)
15.10 «ЗАЩИТНЕГ». (16+)	15.40 «ВЛЮБИТЬ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)	15.30 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)	19.00 «БРАК ПО-ИТАЛЬЯНСКИ». (6+)
16.45 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)	17.45 «ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ». (16+)	17.15 «ОХОТНИК ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)	19.00 «ТАЙНЫ ИТАЛИИ». (16+)
18.30 «СЕМЬЯНИН». (12+)	19.10 «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (16+)	19.30 «РЭД-2». (12+)	20.55 «А». (16+)
20.30 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ». (16+)	21.00 «УЧИЛКА». (16+)	21.35 «ДОМ СПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ». (16+)	22.50 «МОЯ МОРЯЧКА». (12+)
Драма, США, 2019 г.	23.05 «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)	23.10 «ДОМ СПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)	
22.20 «РОКОВАЯ СТРАСТЬ». (16+)			

СУПЕР	СУПЕР	ФЕНИКС+КИНО	СТС LOVE	СТС LOVE	TV 21 ВЕК
06.00 Мультсериал. (0+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)	06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)	06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)	06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЛЮБОВЬ И МЕСТЬ». (18+)
07.00, 08.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)	10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	07.30 «Три кота». Мультсериал. (0+)	07.30 «Три кота». Мультсериал. (0+)	07.30 «Три кота». Мультсериал. (0+)	11.00, 19.00, 03.00 «ЯГУАР». (12+)
08.25, 15.25 Прогноз погоды. (0+)	12.00, 20.00, 04.00 «НАПАРНИЦЫ». (16+)	10.30 «АЛЕКСАНДР И УЖАСНЫЙ, КОШМАРНЫЙ, НЕХОРОШИЙ, ОЧЕНЬ ПЛОХОЙ ДЕНЬ». (6+)	10.30 «АЛЕКСАНДР И УЖАСНЫЙ, КОШМАРНЫЙ, НЕХОРОШИЙ, ОЧЕНЬ ПЛОХОЙ ДЕНЬ». (6+)	10.30 «АЛЕКСАНДР И УЖАСНЫЙ, КОШМАРНЫЙ, НЕХОРОШИЙ, ОЧЕНЬ ПЛОХОЙ ДЕНЬ». (6+)	12.45, 20.45, 04.45 «ТРИ ЛИЦА». (18+)
11.00 «ДЖУНГЛИ». (6+)	13.00, 21.00, 05.00 «АДМИРАЛ». (16+)	12.10 «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК». (16+)	12.10 «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК». (16+)	12.10 «ВЕЧНЫЙ ОТПУСК». (16+)	14.30, 22.30, 06.30 «ТАНЦУЙ СЕРДЦЕМ». (12+)
12.30 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)	14.00, 22.00, 06.00 «ПЛАЦЕНТА». (16+)	01.00 «КАНИКУЛЫ МАЛЕНЬКОГО НИКОЛЯ». (12+)	01.00 «КАНИКУЛЫ МАЛЕНЬКОГО НИКОЛЯ». (12+)	01.00 «КАНИКУЛЫ МАЛЕНЬКОГО НИКОЛЯ». (12+)	16.20, 00.20, 08.20 «ЧЕРЧИЛЛ». (16+)
14.00, 15.30 «ИП ПИРОВОГА». (16+)	15.00, 23.00, 07.00 «ПРИМАДОННА». (16+)	02.30 «ЗИТА И ГИТА». (12+)	02.30 «ЗИТА И ГИТА». (12+)	02.30 «ЗИТА И ГИТА». (12+)	Биографическая драма, Великобритания, 2017 г.
19.30 «ЛЁГКО НА ПОМИНЕ». (12+)		04.50 Ералаш. (0+)	04.50 Ералаш. (0+)	04.50 Ералаш. (0+)	

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
06.00, 09.50, 13.55, 18.05, 22.20, 02.20 Легендарные братья-пекари. (16+)	06.00, 06.45, 07.30, 08.35, 09.20, 10.05, 10.55, 11.40, 12.30, 13.15, 14.05, 14.50, 15.40, 16.25, 17.10, 18.00, 18.45, 19.35, 20.20, 21.10, 21.55, 22.40, 23.30, 00.15, 01.05, 01.50, 02.35, 03.20, 04.05, 04.50, 05.35 «Радзишевский и К» в поисках рыбачьего счастья. (12+)	00.00, 13.30 Что дальше? (6+)
06.25, 10.15, 14.25, 18.35, 22.45, 02.50 Дачные дела мастеров. (12+)	06.30, 07.15, 09.05, 09.50, 10.40, 11.25, 12.10, 13.00, 13.45, 14.35, 15.20, 16.05, 16.55, 17.40, 18.30, 19.15, 20.05, 20.50, 21.40, 22.25, 23.10, 00.00, 00.45, 01.35, 02.20, 03.05, 03.50, 04.35, 05.20 Рецепты старого Тифлиса. (16+)	00.30, 10.00, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
06.55, 10.50, 23.20 Как поживаете? (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	01.30, 11.00, 19.30 Табата-лайт. (12+)
07.25 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	02.00, 11.30, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
07.55, 12.00, 16.15, 20.05, 00.20, 04.15 Лучки-пучки. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
08.10, 12.20, 16.30, 20.20, 00.35, 04.30 Доктор смузи. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	03.00, 13.00, 21.00 Боди-балет. (12+)
08.25, 12.35, 16.45, 20.40, 00.50, 04.45 Занимательная флористика. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	03.30, 14.00, 21.30 Умный фитнес. (12+)
08.45, 12.50, 17.05, 20.55, 01.05, 05.00 У мангала. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
09.15, 13.20, 17.30, 21.30, 01.35, 05.30 История одной культуры. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиним. (12+)
11.20 Квас. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	04.30, 06.30, 08.30 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
11.35, 15.45, 19.35, 23.50, 03.50 Безопасность. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	04.45, 06.45, 08.45 Худеем вкусно. (6+)
14.55 Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	05.00, 07.00, 09.00 YogaТро. (6+)
15.25 Готовим на природе. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	05.30, 07.30, 09.30, 17.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
Всё, что готовится на природе, получается вкуснее, чем дома. Сегодня мы вместе с ведущим Валерием Татаринцевым приготовим хек на гриле с цитрусово-томатным соусом и крем-суи из спаржи. Готовьте с нами на природе.	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	12.00, 23.30 Первокласный фитнес. (6+)
19.05, 03.20 Агротуризм. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	14.30, 22.00 Дыхание стретчинга. (12+)
22.00 Вершки-корешки. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	В методике стретчинга все движения сочетаются с ритмом дыхания. Ведущие программы дают упражнения на дыхание, чтобы ваша растяжка была наиболее эффективной.
02.05 Особый вкус. (12+)	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	16.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	16.30 Кундалини-йога для начинающих. (12+)
	08.00 На рыбалку с охотой. (12+)	18.00 YogaВечер. (6+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	ПОБЕДА
06.00 Мультфильмы. (6+)	05.00 Орел и решка. Юбилейный. (16+)	05.00 Папа попал. (12+)	04.30 «СЫН ОЦА НАРОДОВ». (16+)
07.20 Секретные материалы. (16+)	05.45 Орел и решка. Перегрузка-3. (16+)	08.00 Беременная в 16. (16+)	06.10 «ПАРШИВЫЕ ОВЦЫ». (18+)
07.50 Мультфильмы. (6+)	08.30 Доктор Бессмертный. (16+)	09.15, 18.55 Беременная в 16. (16+)	09.40 Неизвестная война. «Битва за Берлин». (16+)
08.35 Наше кино. История большой любви. (12+)	Авторское шоу звездного детского доктора Алексея Бессмертного. Известный зрителям «Пятницы» по шоу «Региона+1» педиатр успокоит тревожных мам и объяснит простым и понятным языком все про детское здоровье.	22.00 Ю-Кино. «ОНА - МУЖЧИНА». (16+)	10.30 «БЕЛЫЙ ВЗРЫВ». (12+)
09.05 Ток-шоу «Слабое звено». (12+)	09.00 Региона+1. (16+)	США, Канада, 2006 г. В ролях: Аманда Байнс, Ченнинг Татум, Лаура Рэмси	11.50 «ДЕНЬ КОМАНДИРА ДИВИЗИИ». (12+)
10.00 Новости	10.00 Орел и решка. Перегрузка. (16+)	17-летняя Виола играет в футбол лучше, чем любой мальчишка. Когда футбольные тренировки для девушек отменяются, она решается на отчаянный шаг - выдает себя за брата-близнеца Себастьяна. Живая в образе юности, Виола влюбляется в своего соседа по комнате Дюка, который в свою очередь влюблен в студентку Оливии, а Оливия очарована Виолой, не зная, что она девушка.	13.30 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
10.10 «ЗИТА И ГИТА». (12+)	20.50 «БАГРОВЫЙ ПИК». (16+)	В день решающей игры Виоле остается одно: доказать, что она - настоящий мужчина. По крайней мере, на футбольном поле...	15.20 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)
13.15 «ТАНЦОР ДИСКО». (12+)	Канада, США, 2015 г. В ролях: Миа Васиковская, Джессика Честейн, Том Хиддлстон, Чарли Ханнэм	00.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)	16.50 Неизвестная война. «Последнее сражение войны». (16+)
16.00 Новости	01.35 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+)	04.00 Папа попал. (12+)	17.40 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
16.15 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)	03.35 Бедняков+1. (16+)		Сериал. Боевик, Россия, 2007 г. В ролях: Татьяна Арнтгольц, Владимир Стержаков, Борис Щербаков
19.00 Новости	04.20 Орел и решка. Рай и Ад-2. (16+)		21.20 «СЫН ОЦА НАРОДОВ». (16+)
19.15 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)			23.10 Неизвестная война. «Неизвестный солдат». (16+)
22.00 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)			00.00 «СОБИБОР». (16+)
23.40 «ТАНКЕР «ТАНГО». (0+)			02.00 «ЖАЖДА». (12+)
Криминальный фильм, приключения, Россия, 2006 г. В ролях: Денис Никифоров, Екатерина Гусева			03.10 «ОРЛЕНОК». (12+)
01.45 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)			
03.15 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (12+)			
04.40 Мультфильмы. (6+)			

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00 Историю. (12+)	06.05 Невероятные изобретения. (12+)	06.00 Широкий взгляд с Кэлом Пенном. (16+)
01.00 История одной фотографии. (6+)	Сезон: 1. Великобритания, 2015 г.	06.30 Игры разума: Сила убеждения. (16+)
01.25 Библиотеки России. (6+)	06.25 Запретная история. (12+)	07.20 Враждебная планета. (16+)
02.00 Прекрасная вещь. Пристрастие к фарфору. (12+)	Сезон: 2. Великобритания, 2014 г.	08.15 Пропащие города Амазонии: Легенда становится реальностью. (16+)
03.20 На пути к Великой Победе. (12+)	07.15, 08.05 Запретная история. (12+)	09.10 Линии Наски: Раскрытые тайны. (16+)
03.55, 04.55 Древние цивилизации. (12+)	Сезон: 4. Великобритания, 2017 г.	09.55 Затерянные сокровища змеиных царей майя. (16+)
06.00 Историограф. (12+)	08.50, 09.45 Невидимые города Италии. (12+)	10.50, 11.40, 12.30 Китай с высоты птичьего полета. (16+)
06.50 Расшифрованные сокровища. (16+)	Сезон: 1. Великобритания, 2016 г.	13.25, 14.15 Авто - SOS. (16+)
07.50 Журнал путешественника: Иоганн Вольфганг Гете. (12+)	10.40, 11.45 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)	15.05, 15.55, 16.50, 17.40 Расследования авиакатастроф. (16+)
09.00 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)	Сезон: 1. Великобритания, 2015 г.	18.35, 19.25 Истории спасения. (16+)
10.05 Другой Наполеон. (12+)	12.50, 13.55, 15.00, 16.10 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)	20.15, 21.10, 22.00 Земля под рентгеном. (16+)
11.15 Живая История. (12+)	Сезон: 1. Великобритания, 2014 г.	22.50 Десятка худших природных катастроф. (16+)
11.55 Историю. (12+)	17.15 Забытые королевства Южной Америки. (12+)	В течение двух часов 10 крупнейших мировых экспертов, в рамках специального проекта National Geographic, представят вам десять самых крупных из зафиксированных на данный момент природных катастроф.
13.00 Тайны китайской колесницы. Машина, создавшая Китай. (12+)	Сезон: 1. Великобритания, 2013 г.	00.30, 01.20, 02.05 Злоключение за границей. (16+)
14.05 Огненная дуга. (12+)	18.20, 19.10 Коварная Земля. (12+)	02.50, 03.35, 04.20 Земля под рентгеном. (16+)
15.10 Третья столица. (12+)	Сезон: 1. Великобритания, 2016 г.	05.10, 05.35 Научные глупости. (16+)
15.50 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+)	20.00, 21.00 Критская операция. (12+)	05.55 Инстинкт выживания. (16+)
18.05 Рельсовая война. (12+)	Сезон: 1. Великобритания, 2020 г.	
18.40 Семь дней истории. (12+)	22.00, 22.50 Загадки Египта. (12+)	
18.50 Страна Советов. Забытые вожди. (12+)	Сезон: 1. Великобритания, 2018 г.	
20.00 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+)	23.45, 00.30 Могилы викингов. (12+)	
22.05 История Отечества в портретах. (12+)	Сезон: 1. Великобритания, 2017 г.	
22.15 Империя: воля и мир. (12+)	01.20, 02.25 История христианства. (12+)	
23.25 На пути к Великой Победе: Польский поход. 1939. (12+)	Сезон: 1. Великобритания, 2014 г.	
	03.30, 04.15, 04.55 Музейные тайны. (12+)	
	Сезон: 5. США, 2013 г.	

ANIMAL PLANET	Discovery	Discovery Channel	TLC	TLC
06.00 Аэропорт для животных. (12+)	06.00 Махинаторы. (12+)	06.00 Мастер макияжа. (12+)	06.00 Мастер макияжа. (12+)	06.00 Мастер макияжа. (12+)
06.25 Аквариумный бизнес. (12+)	07.10, 07.35, 06.45 Как это сделано? (16+)	06.25, 06.50 Босс на кухне. (12+)	06.25, 06.50 Босс на кухне. (12+)	06.25, 06.50 Босс на кухне. (12+)
07.10 Океанариум. (12+)	08.00 Аляска: последний рубеж. (16+)	07.15, 07.40, 08.05, 08.31 Игра вслепую. (12+)	07.15, 07.40, 08.0	

1 ПЕРВЫЙ



15.35 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (0+)

- 05.20** «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 06.00 Новости
- 06.10** «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 07.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 07.45 Часовой. (12+)
- 08.10 Здоровье. (16+)
- 09.20 «Ураза-Байрам». Трансляция из Уфимской соборной мечети
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 Жизнь других. (12+)
- 11.15 Видели видео? (6+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Видели видео? (6+)
- 13.40 Премьера. «На дачу!» с Ларисой Гузеевой. (6+)
- 14.50 «Теория заговора». (16+)
- 15.35** «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (0+)
СССР, 1954. Комедия.
- 17.30 Премьера. Концерт «Звезды «Русского радио». (12+)
- 19.30 Лучше всех! (0+)
- 21.00 Время
- 22.00 «Что? Где? Когда?» Летняя серия игр
- 23.10 «Бродский не поэт». (16+)
- 01.00 Мужское / Женское. (16+)
- 02.30 Модный приговор. (6+)
- 03.15 Наедине со всеми. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00** «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 08.00 Светская хроника. (16+)
- 09.00 «Моя правда». (16+)
- 10.05** «ОТПУСК». (16+)
Россия, 2012 г. Криминальный. В ролях: Денис Рожков, Денис Синявский, Елена Купрашевич. Иван, капитан полиции, в свой выходной день, который, к слову, не часто ему выпадает, отправился с женой Светой в кино. Хан, Анна и Сергей тоже решили провести день вместе.
- 12.00** «ВЫСОКИЕ СТАВКИ». (16+)
- 23.20** «ХОЛОСТЯК». (16+)
- 02.50** «ОТПУСК». (16+)
- 04.10** «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4». (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ



07.05 Когда все дома с Тимуром Кизяковым

- 04.35** «ЖЕНА ШТИРЛИЦА». (12+)
- 06.20 Устами младенца
- 07.05 Когда все дома с Тимуром Кизяковым
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 Вести
- 09.00 Праздник Ураза-Байрам. Прямая трансляция из Московской Соборной мечети
- 09.55 «По секрету всему свету»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 «100ЯНОВ». (12+)
- 13.30** «РАДУГА ЖИЗНИ». (12+)
Россия, 2019 г. Мелодрама. В ролях: Ольга Михайлова, Степан Бекетов. Молодая скромная учительница Наталья на улице случайно знакомится с бизнесменом Андреем. Неужели терпеливая золушка дождалась принца и теперь впереди - безоблачная семейная жизнь?
- 17.30 «Танцы со Звёздами». Новый сезон. (12+)
Финал феерического танцевального шоу!
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.30** «КАМИННЫЙ ГОСТЬ». (12+)
- 03.10** «ЖЕНА ШТИРЛИЦА». (12+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.50** «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (12+)
- 09.00 «Новости недели»
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка». (6+)
- 10.45 «Скрытые угрозы». (12+)
- 11.30 «Секретные материалы»
- 12.20 «Код доступа»
- 13.10 «Специальный репортаж». (12+)
- 13.30 «Война в Корее». (12+)
- 18.00 Главное
- 19.20 «Легенды советского сыска». (16+)
- 22.45 05.40 «Сделано в СССР». (6+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45** «ГЕНЕРАЛ». (12+)
- 01.40** «ФАРТОВЫЙ». (16+)
- 03.10** «ПО ДАННЫМ УГОЛВОННОГО РОЗЫСКА...» (0+)

ТВУ ТВЦ



11.45 «В ПОЛОСЕ ПРИБОЯ». (0+)

- 05.50** «БЕССОННАЯ НОЧЬ». (16+)
- 07.20 «Фактор жизни». (12+)
- 07.45 «Полезная покупка». (16+)
- 08.10 «10 самых...» (16+)
- 08.40** «РЕСТАВРАТОР». (12+)
- 10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)
- 11.30 События
- 11.45** «В ПОЛОСЕ ПРИБОЯ». (0+)
- 13.40 «Смех с доставкой на дом». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.05 Хроники московского быта. (12+)
- 16.00 «Прощание». (16+)
- 16.55 «Мужчины Натальи Гундаревой». (16+)
- 17.45** «СИНИЧКА-4». (16+)
- 21.45** «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (12+)
Россия, 2016 г. Детектив. В ролях: Ольга Лерман, Всеволод Болдин. Провинциалка Вера, оставшись без денег и жилья, приезжает в Москву и устраивается сиделкой в богатый дом.
- 00.25 События
- 00.40** «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (12+)
- 01.35 Петровка, 38. (16+)
- 01.45** «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ТАЙНЫ ОГНЕННЫХ РУН». (12+)
- 03.15** «РЕСТАВРАТОР». (12+)
- 04.50 «Александра Завьялова. Затворница». (12+)
- 05.30 Московская неделя. (12+)

ОТР ОТР

- 05.05 12.00 «Большая страна»
- 06.00 «Вспомнить всё». (12+)
- 06.30 «Большая наука России»
- 07.00 «За строчкой архивной...» (12+)
- 07.30 «Служу Отчизне!» (12+)
- 08.00 17.30 00.25 «Книжные аллеи». (6+)
- 08.30 18.00 «Гамбургский счёт». (12+)
- 09.00 04.10 «За дело!» (12+)
- 09.40** «ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ». (0+)
- 11.05 «Домашние животные»
- 11.30 17.00 «Имею право!»
- 13.05** 15.05 «ПОСЛЕДНЯЯ ВСТРЕЧА». (12+)
- 16.45 «Среда обитания». (12+)
- 18.25 «Активная среда». (12+)
- 19.00 01.00 «ОТражение»
- 19.45 «Моя история». (12+)
- 20.15** «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (12+)
- 21.45** «ОДНОФРАМИЛЕЦ». (0+)
- 23.55 «Фигура речи». (12+)

НТВ



19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой

- 04.55** «САМАЯ ОБЯТЕЛЬНО И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
- 06.15 Центральное телевидение. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.20 У нас выигрывают! (12+)
- 10.00 Сегодня
- 10.20 Первая передача. (16+)
- 11.00 Чудо техники. (12+)
- 11.55 Дачный ответ. (0+)
- 13.00 НашПотребНадзор. (16+)
Какие диеты помогут не располнеть на самоизоляции и чем опасны самые популярные из них, а также как худеют российские знаменитости - расскажет Олег Солнцев в новом выпуске «НашПотребНадзора».
- 14.10 Однажды... (16+)
- 15.00 Своя игра. (0+)
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Следствие вели... (16+)
1987 год. В подмосковном пансионате ЧП: исчезла молодая женщина. Случайный прохожий видел, как ей угрожал какой-то незнакомец.
- 18.00 Новые русские сенсации. (16+)
- 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
- 20.10 Звезды сошлись. (16+)
- 21.45 Ты не поверишь! (16+)
- 23.00 Основано на реальных событиях. (16+)
- 01.45** «ДОМ». (16+)
- 03.45** «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 06.15 09.15 13.15 17.15 19.15 23.10 «Доктор 24». (12+)
- 06.30 «Москва с акцентом». (12+)
- 07.10 07.35 11.10 11.35 15.10 15.35 23.35 02.10 02.35 05.15 05.35 «ГОСТ». (12+)
- 08.15 10.10 16.35 01.15 01.35 04.10 04.35 «Спорная территория». (12+)
- 08.30 14.25 18.25 «The City». (12+)
- 09.25 22.25 «Фанимани». (12+)
- 10.45 20.25 «Сеть». (12+)
- 12.25 13.30 19.25 21.30 00.25 03.15 03.35 «Специальный репортаж». (12+)
- 17.25 «Москва Раевского». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



15.10 «МАНИЯ ВЕЛИЧИЯ»

- 06.30 «Тараканище». «Сказка о царе Салтане»
- 07.45** «СЫН»
- 09.15 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфиоровым
- 09.45 «Передвижники»
- 10.15** «НЕВЕРОЯТНОЕ ПАРИ, ИЛИ ИСТИННОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ, БЛАГОПОЛУЧНО ЗАВЕРШИВШЕЕСЯ СТО ЛЕТ НАЗАД»
- 11.30 Письма из провинции
- 12.00 Диалоги о животных
- 12.40 «Другие Романовы»
- 13.10 День славянской письменности и культуры
- 14.20 «Забывтое ремесло»
- 14.40 Дом ученых
- 15.10** «МАНИЯ ВЕЛИЧИЯ»
Франция-Испания-Италия-ФРГ, 1971 г. Комедия.
- 16.55 «Искатели»
- 17.40 Романтика романа
- 18.40 «По-настоящему играть...»
- 19.20** «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ»
- 21.30 «Архивные тайны»
- 22.00 Шедевры мирового музыкального театра
- 23.50** «НЕВЕРОЯТНОЕ ПАРИ, ИЛИ ИСТИННОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ, БЛАГОПОЛУЧНО ЗАВЕРШИВШЕЕСЯ СТО ЛЕТ НАЗАД»
- 01.10 Диалоги о животных
- 01.50 «Искатели»
- 02.40 «Дарю тебе звезду». «Дочь великана»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Самое яркое». (16+)
- 07.00 «Мультфильмы». (6+)
- 09.05 «Вкусно 360». (12+)
- 11.05 «Дача 360». (12+)
- 12.00 «Новости 360»
- 12.30 «Дача 360». (12+)
- 13.00 «Доктор ЗОЖ». (12+)
- 14.00 «Самое яркое». (16+)
- 14.20** «ОХОТА НА БЕРИЮ». (16+)
- 16.35** «ГАЛИНА». (16+)
Россия, 2008 г. Мелодрама. В ролях: Людмила Нильская, Елена Плаксина, Валерий Косенков.
- 20.00 «Новости 360»
- 20.30 «Самое яркое». (16+)
- 22.00** «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (12+)
- 00.15** «УЛЫБКА БОГА, ИЛИ ЧИСТО ОДЕССКАЯ ИСТОРИЯ». (12+)
- 02.30 «Самое яркое». (16+)

СТС СТС



21.00 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.20 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 06.35 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 07.50 «Светлые новости». (16+)
- 08.20 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 «Рогов дома». (16+)
- 10.00 «Рождественские истории». (6+)
- 10.10 «Angry Birds в кино». (6+)
- 12.00 «Детки-предки». (12+)
- 13.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 13.20** «КОВБОИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ». (16+)
- 15.40** «АРМАГЕДДОН». (12+)
- 18.30** «ВОСХОЖДЕНИЕ ЮПИТЕРА». (16+)
- 21.00** «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 23.40 «Стендап Андеграунд». (18+)
- 00.30** «ПЛОХИЕ ПАРНИ-2». (18+)
- 02.55** «ФЛОТ МАКХЕЙЛА». (0+)
- 04.35 «Котёнок по имени Гав». (0+)
- 05.20 «Как Маша поссорилась с подушкой». (0+)
- 05.30 «Маша больше не лентяйка». (0+)
- 05.35 «Маша и волшебное варенье». (0+)
- 05.45 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 «Мультитро». (0+)
- 07.35** 13.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
- 09.10** «РАЗОРВАННЫЙ КРУГ». (12+)
- 10.45** 00.30 «ТАМОЖНЯ». (12+)
- 12.05 03.15 04.45 «Раскрываемые тайны звёзд». (12+)
- 14.40** «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (12+)
- 17.05** «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (12+)
- 21.00** «ИГРА ВСЕРЬЁЗ». (16+)
- 23.00** «ТЕНЬ У ПИРСА». (12+)
- 01.50** «ПЕРЕХВАТ». (12+)
- 04.00 «Тайны кино». (12+)
- 05.30 Звёзды советского экрана

REN	TNT	ТВ-3	Че!	Матч!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 <p>05.00 14.30 «ИГРА ПРЕСТОЛОВ». (16+)</p>	 <p>19.00 «Солдатки». (16+)</p>	 <p>17.15 «НЕУДЕРЖИМЫЙ». (16+)</p>	 <p>20.00 Улётное видео. (16+)</p>	 <p>01.20 РЕАЛЬНЫЙ СПОРТ. (12+)</p>	 <p>23.05 «Звёзды говорят». (16+)</p>	
<p>05.00 «ИГРА ПРЕСТОЛОВ». (16+) США, 2017 г. Фэнтези. В ролях: Питер Динклейдж, Николай Костер-Вальда, Лена Хиди, Эмилия Кларк, Кит Харингтон, Эйдан Гиллен, Лиа Каннингем. Кульминация легендарного сериала. Зима окончательно пришла в Вестерос. А вместе с ней - Дейнерис. В сопровождении драконов и множества союзников она возвращается на родной континент. Серсея слабеет, но продолжает держаться за Железный Трон. Джон Сноу собирает войска для финальной битвы с мертвецами.</p> <p>23.00 Добров в эфире. (16+) 00.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 03.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</p>	<p>07.00 TNT. Gold. (16+) 08.00 «Народный ремонт». (16+) 09.00 «САШАТАНЯ». (16+) 11.00 Перезагрузка. (16+) 12.00 Однажды в России. (16+) 13.35 «ВЫПУСКНОЙ». (16+) 15.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+) 17.20 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ-2». (16+) 19.00 «Солдатки». (16+) 20.30 «Холостяк». (16+) 22.00 «Stand Up». (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.00 «Такое кино!» (16+) 01.25 TNT Music. (16+) 01.50 «Stand Up». (16+) 04.30 Открытый микрофон. (16+) 06.10 TNT. Best. (16+)</p>	<p>06.00 «Мультфильмы». (0+) 08.30 Рисуем сказки. (0+) 08.45 «Мультфильмы». (0+) 09.30 Новый день. (12+) 10.00 «Мультфильмы». (0+) 10.15 «ГРИММ». (16+) 13.15 «КОБРА». (16+) 15.00 «РАЗРУШИТЕЛЬ». (16+) 17.15 «НЕУДЕРЖИМЫЙ». (16+) США, 2012 г. Боевик. В ролях: Сильвестр Сталлоне, Сон Ган, Сара Шахи. Киллер из Нового Орлеана объединяется с молодым полицейским, расследуя дело, которое выводит их с мрачных задворков Нового Орлеана в светлые коридоры правительственных зданий в Вашингтоне. 19.00 «НАЁМНИК». (16+) США, 2017 г. Боевик. 21.15 «КРАСНЫЙ ДРАКОН». (16+) 23.45 «ГАННИБАЛ». (18+) 02.30 «Городские легенды». (16+)</p>	<p>06.00 «ИВАН ПОДУШКИН. ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА». (12+) 07.50 Улётное видео. Лучшее. (16+) 09.00 «МОЛОДЁЖКА». (12+) 19.00 Улётное видео. Лучшее. (16+) 20.00 Улётное видео. (16+) 22.00 Опасные связи. (16+) 23.00 +100500. (18+) 00.30 «БЛЭЙД». (18+) США, 1998 г. Боевик. В ролях: Уэсли Снайпс, Стивен Дорфф, Крис Кристоферсон, Н'Буш Райт. Блэйд – наполовину вампир. Его мать получила смертельный укус, когда была беременна. Мальчик вырос и задался целью отомстить нечисти за свою мать... 02.45 «ПАРАНОРМАЛЬНОЕ ЯВЛЕНИЕ: МЕТКА ДЬЯВОЛА». (16+) 04.00 Улётное видео. (16+) 04.20 «ИВАН ПОДУШКИН. ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА». (12+)</p>	<p>06.00 Баскетбол. (0+) 08.00, 13.20, 19.00, 22.15 Все на Матч! (12+) 08.30 «Матч-реванш». (0+) 08.50, 04.10 Футбол. Чемпионат России. Сезон 2012-2013. (0+) 10.45 «Дома легионеров». (12+) 11.15 Скачки. Тройная Корона Гонконга. Пр.тр. 12.45, 18.55, 20.55, 22.10 Новости 12.50 «Одержимые». (12+) 14.00 Теннис. Пр.тр. 15.55 «После футбола» с Черданцевым 16.55 Футбол. Кубок Белоруссии. Финал. Пр.тр. 19.55 «Идеальная команда». (12+) 21.00 КиберЛига Pro Series. Финал. Пр.тр. 22.45 Волейбол. Лига наций-2019. (0+) 01.20 Реальный спорт. (12+) 02.05 Профессиональный бокс. (16+)</p>	<p>06.30 «6 кадров». (16+) 07.25 «ДОМ НА ХОЛОДНОМ КЛЮЧЕ». (16+) 11.15 «ГОД СОБАКИ». (16+) Украина, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Дана Абызова, Константин Октябрьский. Александра окончила юридический институт. Выйдя замуж, она решила отказаться от карьеры ради мужа. 15.10 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+) Султан Сулейман принимает сложное решение, причинившее ему немалую боль, и пытается начать жизнь заново. 23.05 «Звёзды говорят». (16+) 00.10 «МОЯ НОВАЯ ЖИЗНЬ». (16+) 03.20 «МОЖЕТЕ ЗВАТЬ МЕНЯ ПАПОЙ». (16+) 05.00 «Звёзды говорят». (16+) 05.50 «Домашняя кухня». (16+) 06.15 «6 кадров». (16+)</p>	

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

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.

Какие люди! – майор Быков раскинул руки в приветственном жесте и поспешил навстречу вошедшей.

– Примете в свою теплую компанию? – женщина ответила радостной улыбкой и позволила Быкову себя обнять.

– Верочка, дожидаться не могли твоего возвращения, – искренне ответил майор, – цветы вон, и те все завяли.

Быков кивнул в сторону окна, где на подоконнике слабо сражался за жизнь изрядно пожелтевший хлорофитум и доживала свой нелегкий век понурившаяся драцена.

– Вижу-вижу, – покивала головой Вера Гранина, – а что с Ильёй Сергеевичем? Где он?

– Зачах, – громогласно объявил Быков.

Пропавшие тигрята

Верочка недоуменно посмотрела на майора.

– Да не переживай, гриппует просто. Но, когда поправится, сюда больше не вернется. Они с Ритой уезжают в ее родной город. Илье там работу предложили, на повышение идет.

Ясно, – кивнула головой Вера, – так, ну что, рассказывай, что у нас тут, как наши преступнички поживают?

– Прекрасно! – бодро отозвался майор. – Вот, например, сегодня у тебя первый рабочий день, и сразу «вкусненькое» дельце – кража в зоопарке.

– И что же там украли, сторожа? – не сдержалась от смешка Вера.

– Нет, все прозаичнее, – улыбнулся Быков, – украли двух белых тигрят. Жутко дорогих, судя по стенаниям директора. Зоопарк какой-то необычный, там редкие животные. Уход, содержание – все на высоте. И охрана на высоте, что удивительно.

Верочка прохаживалась между клеток и вольеров, с удовольствием разглядывая обитателей зоопарка. Коати она, например, видела впервые. И геренука тоже. А как хорош был грозный казуар! Вера задержалась и у клетки с шиншиллами: Ангорские и Голубой Бриллиант были чудо как хороши. Почти у каждой клетки, благо зоопарк был закрыт, суетились работницы. Худенькая женщина в цветастом платке чистила вольер у лис, что-то увлеченно рассказывая питомцам; молодой парень в веснушках менял воду у енотов; а шиншилл круп-

ный дядечка с красной шеей умильно подкармливал капустными листьями и резаной морковью. У аквариума же с каламоихтом калабарским Вера задержалась надолго. Вот это чудо-юдо Юрочке точно понравится. Он любитель аквариумной живности. А тут еще и обожаемый им черный нож водную гладь рассекает.

– Надо с сыном сюда прийти, – пообещала себе Вера.

Если мы вообще откроемся, – посетовал директор зоопарка, устроивший Вере эту экскурсию, – я вот в этом не уверен. Происшествие-то не рядовое.

Мужчина был подавлен и не обращал внимания ни на что вокруг.

– А вы не думаете, что украсть тигрят мог кто-то из своих? – поинтересовалась Вера. – У вас, смотрю, большой штат.

Большой, – согласился директор, – но и зоопарк необычный, сами видите. А по поводу кражи тигрят сотрудниками... Не знаю, честно. Не хотелось бы думать, что такое возможно. У нас, конечно, есть пара новых работников, но всех я тщательно отбираю сам.

– Я бы поговорила с одним из тех, кто сейчас на смене, есть у меня кое-какие подозрения, – серьезно сказала Вера и обернулась еще раз взглянуть на оставленные позади клетки и вольеры.

Любовь АНИНА



Кого Вера подозревает в преступлении и почему?

Ответ читайте в след. номере «Телека».

Ответ на загадку в № 19: в комнате с коллекциями и на ключах не обнаружено никаких отпечатков пальцев, грабитель их стер. Но зачем это делать братьям, живущим в доме вместе? Их отпечатки как раз ни у кого вопросов бы не вызвали. Значит, вор господин Лыжин.

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ЗАВОД ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
 Ремонт окон, жалюзи, ПВХ, АИ, дерево
 • ОТДЕЛКА пенсионерам – скидка до 35%
 • УТЕПЛЕНИЕ 8 (495) 740-76-09
 • КРЫШИ 8 (495) 941-96-29
 • ШКАФЫ

СПЕЦСЕТКИ, АНТИКОШКА, АНТИПЫЛЬ, АЛЮМИНИЕВАЯ, СЕТКИ: ДВЕРНЫЕ, ОКОННЫЕ, БАЛКОННЫЕ (РАЗДВИЖНЫЕ). КОМПЛЕКСНЫЕ РЕШЕНИЯ ДЛЯ БЕСЕДОК
МОСКИТНЫЕ СЕТКИ 1990 руб. за кв.м
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ 1190 руб. за кв.м
РЕМОНТ ОКОН
 • ПЛАСТИКОВЫХ, 8 (495) 940-73-96
 • АЛЮМИНИЕВЫХ, 8 (905) 569-22-91
 • ДЕРЕВЯННЫХ без выходных, с 9:00 до 21:00
 ЗАМЕНА МЕХАНИЗМОВ. ОТКОСЫ. ЗАМЕНА БИТЫХ СТЕКЛОПАКЕТОВ

ОКНА ПВХ Завод «СтройБалконСервис» www.balkona.ru
AL PROVEDAL
ЗАВОДСКОЕ БЕЗ ВЫХОДНЫХ
БАЛКОНОВ • ЛОДЖИЙ ОСТЕКЛЕНИЕ
 ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
 ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ
 8-495-782-54-48
 8-495-543-53-97

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

- 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80 Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. Газель. Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. Тел.: 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80
- 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99 Грузовые и легковые перевозки недорого. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. Тел.: 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99
- 8 (499) 390-62-65 Недорогой переезд любой сложности. Дачные и квартирные. Москва, МО и регионы. Любые расстояния и направления. Можно с животными. Автопарк: грузовые, легковые, фермер, каблук, микроавтобус и др. Грузчики-славяне. Вежливо и аккуратно. Без выходных. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (499) 390-62-65
- 8 (903) 522-29-71, 8 (495) 772-03-68 АВТОГРУЗОПЕРЕВОЗКИ. Газель 220 руб./час, 4 м – 300 руб./час. Мебельный фургон 18 куб. – 300 руб./час. Бычок – 350 руб./час. Пропуск центр, МО – 12 руб./км. Офисные, дачные, квартирные переезды. Трезвые грузчики-славяне. Очистка квартир от хлама. Гарантия подачи. Круглосуточно. Тел.: 8 (903) 522-29-71, 8 (495) 772-03-68
- 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58 Доставка, перевозки квартирные, дачные и др. Москва, МО, регионы. Работаю сам – БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ, диспетчеров и т.п. Время – не ограничено. Цельнометаллический фургон Пежо-Боксер (свой, не аренда). Человеческий подход к делу. Без выходных и праздников. Тел.: 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58
- 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ НА ДОМУ
 8 (495) 177-45-78
 8 (901) 519-52-48

8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48
РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ от 300 руб. Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТ-ЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 30%. Без выходных. **ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО.** Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48

8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28
РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%. Без выходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28.

РЕМОНТ ТЕХНИКИ НА ДОМУ от 400 руб. скидка 20%
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
ЭЛЕКТРОПЛИТ
 ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО! 8-495-369-62-35
 ЗВОНИТЕ! МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ!

СРОЧНЫЙ ремонт стиральных машин и кондиционеров любой сложности. Любая работа – 500 руб. Выезд, диагностика – БЕСПЛАТНО. Гарантия до 3-х л. Скидки пенсионерам! Тел.: 8 (495) 545-15-79

8 (499) 703-41-94 Ремонт: Телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: стиральных и посудомоечных машин! Электро и газовых плит! Тел.: 8 (499) 703-41-94

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

В КОЛЛЕКЦИЮ ДОРОГО Награды, Ведомственные Знаки, Значки, Медали, Монеты, Грамоты, Банкноты, Подстаканники, Портсигары, Подсвечники, Статуэтки Фарфор, Касли, Сервизы, Столовое серебро, Иконы, Игрушки СССР и ГДР, Открытки, Часы, Архивы, Военную Форму ВОВ, Кортики. ОПЛАТА СРАЗУ 8 (985) 179-79-30 ВЛАДИМИР

8 (926) 705-30-59 Куплю чугунные, бронзовые, фарфоровые статуэтки ЛФЗ, Гарднера, Кузнецова, самовар, подстаканники, картины, монеты, значки, фото, архивы, документы, мундир, открытки, старые детские и елочные игрушки, патефон, часы, иконы, янтарь и др. старинные вещи. Тел.: 8 (926) 705-30-59

8 (916) 155-34-82 Елочные игрушки, куклы, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытки, посуду, подстаканники, радиоаппаратуру, серебро, статуэтки и пластинки из меди, бронзы, дерева, камня, чугуна, фарфора; фотоаппараты, самовары, иконы. Янтарь. Весь Китай до 1965 года. Тел.: 8 (916) 155-34-82

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

АКЦИЯ!!! Стерилизация кошки 2,5 тыс. руб. Кастрация кота 1 тыс. руб. Стрижка кошек 1 тыс. руб. Возможен выезд на дом. Лицензия. Тел.: 8 (495) 585-79-76, 8 (985) 109-109-9

8 (495) 585-40-56 Покупаем дорого антиквариат, книги, книжные полки, техническую литературу, библиотеки, архивы, фарфор, статуэтки, самовар, бронзу, старинную мебель и игрушки, старые фотографии, модели машин, значки, открытки, картины, иудаики. Выезд. Оценка бесплатно. Тел.: 8 (495) 585-40-56

8 (903) 777-32-88 Куплю советские календарики, пластинки, фантики от конфет и шоколада, жвачку, старые духи, открытки, елочные игрушки, плюшевых медведей, железную дорогу, машинки, детские книги, фарфоровые статуэтки и посуду, фотографии, предметы советского быта, военную форму, самовары. Тел.: 8 (903) 777-32-88

8 (495) 508-53-59 Модели авто, железная дорога, старые фото, военную форму, генеральские вещи, фарфор, хрусталь, подстаканники, самовар, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, патефон, фотоаппараты, хронометр, игрушки и духи СССР, Касли, солдатики, куклы, часы, марки, открытки, документы, значки, этикетки, радиоаппаратуру. Тел.: 8 (495) 508-53-59

МЕБЕЛЬ

8 (968) 089-44-57 Абсолютно любой ремонт и обивка мяг. мебели. Кожаной, корпусной. Большой выбор тканей, кожи, кожзам. Замена различных механизмов, пружин. Нестандартная мебель. Тел.: 8 (968) 089-44-57

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

ЗАМКИ
 ВРЕЗКА
 ЗАМЕНА
 РЕМОНТ
 УСТАНОВКА
 УКРЕПЛЕНИЕ
 ВСКРЫТИЕ
 (495) 740-21-51
 круглосуточно

ЗАМКИ
 БРОНЕЗАЩИТА • ЗАМЕНА
 РЕМОНТ • ГАРАНТИЯ
 (495) 969-11-92

8 (905) 557-77-37 Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плиточка. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам – скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

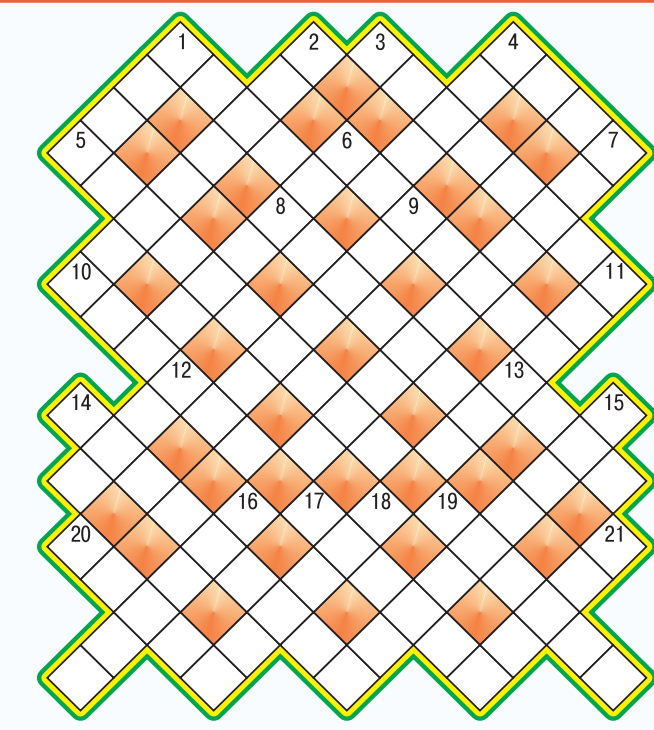
ДЕРЕВЯННОЕ ДОМОСТРОЕНИЕ

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ – ВСЕ РАБОТЫ. Из своего материала или заказчика. Дом под ключ. Крыши, фундаменты, отмостки, сайдинги, внутренняя отделка, печи, заборы, др. Работаем по ВСЕЙ Московской обл. БЕЗ предоплаты. Пенсионерам СКИДКА – 25%. Замеры, консультация – БЕСПЛАТНО. Тел.: 8 (915) 766-56-16

КУПЛЮ

- 8 (903) 125-40-10 Куплю РАДИОДЕТАЛИ новые и б/у, можно на платах, переключатели, реле, пускатели, разъемы, терморелы, реохорды. Значки времен СССР. Тел.: 8 (903) 125-40-10
- 8 (495) 241-19-52 Книги. Выезд от 400 экз. Оплата сразу. Тел.: 8 (495) 241-19-52

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ!
 8 (495) 792-47-73



ДИАГОНАЛЬ

Слева-вниз-направо: 1. «Письменность» радистов.
3. Положение в шахматной партии, когда игроку приходится из двух зол выбрать меньшее.
4. Кукурузный псевдоним.
5. Каждый из тех, кто предстал перед жюри.
6. Видеоноситель - предок DVD-диска.
8. Сказочная мышка.
10. Сыграла Анну Каренину.
13. «Я душу дьяволу отдам за ... с тобой» («Belle» из мюзикла «Нотр-Дам де Пари»).
14. Агрегат, превращающий свинину в фарш.
17. Дорога космического корабля вокруг Земли, и путь Земли вокруг Солнца.
19. Учебный поручень балерины.
20. Кремневое ру-

жье, каковыми Петр I перевооружал русскую армию.
Справа-вниз-налево: 1. «Плесните колдовства в хрустальный ... бокала». **2.** Жареный или запеченный кусок свиного филея без костей, натертый смесью чеснока, мускатного ореха и соли. **4.** Какая расплавленная масса «выплевывается» вулканом? **6.** «Но однажды поутру прискакала ..., увидела усача, закричала сгоряча: «Разве это великан? Это просто таракан!» (К.И. Чуковский). **7.** Глава общи-

ны, избранный в силу возраста и авторитета. **9.** Разгоревшиеся мордасти. **11.** Благодаря арабам этот экзотический фрукт стал широко распространяться по Европе, хотя еще римляне были знакомы с ним, и называли «пунийским яблоком». **12.** Остров, лежащий на пути «к царству славного Салтана». **15.** Каждая в соревновании. **16.** Мимино по национальности. **18.** Вид спорта, для которого нужны байдарка или каноэ. **21.** Мастер кунг-фу из американского мультика.

буян. 15. Частница. 16. Грузия. 17. Панда. 18. Грива. 19. Орбита. 20. Фюзель. 21. Гранат. 12. Нортушка. 10. Лягушка. 13. Ночь. 14. Масорубка. 17. Орбита. 19. Станок. 20. Фюзель. 21. Гранат. 12. Нортушка. 10. Лягушка. 13. Ночь. 14. Масорубка. 17. Орбита. 19. Станок. 20. Фюзель. 21. Гранат. 12.

Я воровато выглянула в окно, лишь немножко отодвинув шторы.

Нет, за все то время, что я так делаю, мужчина ни разу не поднял голову и не посмотрел на окна верхних этажей, но все равно я ощущала себя шпионом или воришкой. Шпиону за новым соседом, вору за вечности секундочки счастья.

Мы встретились взглядами

Это странно – чувствовать себя счастливой, грезя наяву. Я ведь даже не знакома с этим рыжебородым высоким мужчиной в неизменном костюме и галстучке...

Муж мой тоже когда-то носил костюм. И галстук носил. И начищенные до блеска ботинки. Бороду нет, вот бороды у него никогда не было. Усы были, и тоже рыжие.

Я улыбнулась, вспоминая день нашего знакомства. Мне пришлось запрокинуть голову, чтобы поздороваться с парнем, которого на студенческую вечеринку привела подруга Рита.

– Высо-о-окий! – поделилась я впечатлением, когда Ритка спросила, что я думаю о ее новом знакомом.

– Меткое замечание, – прислула Ритка, – ну а поточнее?

Я присмотрелась к Саше, так представила его подруга. Он стоял в проеме балконной двери, облокотившись на косяк. Медленно потягивал минералку из высокого бокала и с интересом разглядывал нашу разношерстную компанию. Мы встретились взглядами. Сашка улыбнулся. Я покраснела.

– Ниче так, – отделалась я от Ритки дежурной фразой и поспешно отошла, сделав вид, что ужасно хочу пить.

Вооружиться бокалом, наполненным лимонадом,

Сашкины музы и мои мечты



Брак означает больше, чем любовь. Самое главное тут – уважение.
Агата Кристи

я и вправду посчитала в такой ситуации за лучшее. Александр продолжал сверлить меня любопытным взглядом, и я чувствовала себя под ним совершенно неуютно.

«Я ничего ей не обещал»

А потом мы с Риткой рассорились раз и навсегда. Александр пошел провожать меня после вечеринки. Подруга об этом узнала, ну и...

– Я ничего ей не обещал, – пожал плечами Саша, когда я сетовала на разлад в отношениях с Ритой, – мы познакомились, когда я играл на площади, она пригласила меня на вечеринку – вот и все.

Саша был музыкантом, как и мы все. Рита увидела его, когда он «набивал руку» в парке, играя на саксофоне. Ну и потеряла голову. Мало того, что красавец, каких поискать, так еще и играет потрясающе. И на чем! На саксе! Набралась смелости и позвала его на нашу тусовку. Надеюсь на взаимную симпатию с его стороны.

Замуж как во сне

Ритка хорошенькая, ребята неизменно падали к

ее ногам. Такая участь была уготована и этому рыжеусому красавчику: покорила, поиграла, придумала повод для расставания. Новым поводом, как правило, был новый парень. Вот только предыдущий об этом не догадывался. Ему в вину вменялись нечуткость, легкомысленность, неумение зарабатывать, бесхребетность, зависимость от родителей... Список у Риты был длинный. А тут не по-



лучилось. Саша выбрал не ее, красавицу, а ее подругу. Вполне себе «заурядную, ничем не выдающуюся коротышку». Это я о себе тоже от Риты узнала. На следующий же день после вечеринки.

– А я еще терзалась муками совести, хотела Сашке от ворот поворот дать, – плакала я.

Но Риточка, фыркнув, повела остреньким плечиком и удалилась, гордая и независимая.

Вот так мы и стали встречаться с Сашкой. До самой свадьбы я на седьмом небе от счастья была. Кажется, мы и не расставались с ним ни на минуту. Ну, то

есть расставались, конечно, но мужчина занимал все мои мысли, так что незримо всегда был рядом. Я и замуж-то как во сне выходила. Казалось, так до конца дней своих и проживу легкокрылой бабочкой. Буду на фортепиано играть, детки у меня пойдут сплошь гении послушные, Саша будет нас всех обожать, хлить и лелеять. А родители исключительно нашему счастью и в семью не лезть.

«Мне нужно вдохновляться»

О том, что у Саши роман с Ритой, я узнала через год после свадьбы. Уже будучи глубоко беременной. Сашка не юлил, не отнеки-

вался. Сознал-ся во всем, прямо глядя мне в глаза:

– Ты потеряла привлекательность, – равнодушно пожал он плечами, – а я мужчина, творческая личность, мне нужно вдохновляться.

Вдохновляла Сашу не только Рита. Об этом, правда, я узнала не сразу. Спустя еще год после рождения ребенка.

Я бы и рада была предаться страданиям и всплакнуть. Да заболел Лёнечка, наш сыночек. Серьезно заболел. Мне стало не до Сашки с его музами. Нужно было лечить, выхаживать, вытаскивать сына. Вместо фортепиано моими инструментами оказались ведро и тряпка. Зарплата в клининговой компании ни в какое сравнение не шла с окладом учителя музыки. На мужа надежды было мало. Он так и продолжал надрываться в парках, перебивался редкими заработками, выступая на вечеринках. И ничего менять в своей жизни не собирался.

Когда же освобождение?

– Мама, а мы скоро домой? – спрашивал меня сыночек во время очередного курса реабилитации.

– Скоро, милый, – улыбалась я.

Мой маленький борец за два года проделал невозможный путь. Ему все еще требовалась реабилитация, она еще долго будет ему нужна, но вопреки прогнозам Лёнечка уже сам ходил. Сам! Говорил и даже читал первые слова.

За все это время я так и не нашла в себе внутреннего резерва для развода. Просто не чувствовала сил растрчивать себя еще и на это. Но в этот раз мы с Лёнечкой ехали домой в отличном настроении. И я поняла, что вот теперь, вот сейчас я готова освободиться. Что я снова хочу быть счастливой. А с Сашкой этого точно не случится. Я была готова к разводу.

... – Твой муж в больнице, ночью на него напали и сильно избили, он в коме.

Это мне Рита позвонила. Я настолько удивлена была, увидев входящий вызов, что даже не сразу сообразила, о чем она говорит.

...Саша дома. Он не ходит и почти не говорит. И его родители, вот что удивительно, теперь действительно не лезут в нашу семью. Совсем.

А я смотрю из окна на нового соседа и мечтаю, что когда-нибудь и у меня будет немножечко женского счастья. Ведь будет, будет же. Я так хочу в это верить.

ЕЛЕНА

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



Всё вокруг макарон
Макаронные – популярное блюдо, которое любят и взрослые и дети. В Италии их принято называть «паста». В переводе это означает «тесто для макарон». Паста различается внешним видом, размерами и даже расцветкой. Макароны имеют собственный праздник. 25 октября ежегодно в мире отмечают «День пасты». В Италии День рождения макарон празднуют 24 ноября. Люди устраивают в честь торжества фестиваль, во время которого все желающие могут попробовать вкусные блюда. Однажды в качестве развлечения гостям во время праздника показали фильм, главными героями которого были макароны.



Кошки, давайте жить дружно!
Биологически домашние кошки ближе к человеку, чем собаки. У нас похожим образом работает мозг, за эмоции отвечают одни и те же его участки. Как и люди, кошки бывают правшами и левшами. При этом замечено, что кошки чаще копают ямку правой лапой, а коты – левой. За пренебрежительное отношение к мурлыкающей братии можно дорого поплатиться. Например, в Испании во времена Инквизиции кошки были признаны ведьминскими животными, поэтому их уничтожали. В результате в Европе расплодилось огромное количество крыс, которые разносили по континенту чуму. Так что с кошками лучше дружить!



Зонт не для слабаков
4 мая 1715 года в Париже произошло знаменательное событие. Впервые был изготовлен складной зонт. До этого устройство, защищающее аристократических модниц от солнца, было на редкость громоздким. Его ручка делалась из дорогих пород дерева, спицы – из китового уса, само покрытие зонта шилось из тончайшего шелка или атласа, украшалось кружевами и лентами. Родиной зонтика можно считать Египет или Китай, где он являлся привилегией царей и вельмож. Изобретение датируется XI веком до нашей эры. Первоначально он применялся исключительно в качестве защиты от солнца. Длина ручки была около 1,5 м, а весил аксессуар более 2 кг.



Загадочное озеро Восток
Подо льдами Антарктиды находится более ста озер, и каждое из них хранит свои тайны. Но, пожалуй, самым знаменитым и загадочным считается озеро Восток (названо в честь российской научной станции, расположенной неподалеку). Над зеркалом этого озера 4 километра льда. Но температура воды в нем достигает +10 °С. Ученые предполагают, что это озеро питается теплыми термальными источниками. Кроме того, есть предположение, что в водоеме обитают живые организмы, которые миллионы лет существуют в подобной изоляции.

Светлана СИДОРЧУК

