

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№14
(335)**

ТВ-программа с 11 по 17 апреля 2022 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36
КАНАЛОВ
ТВ

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
БЛАГОВЕЩЕНИЕ
БОГОРОДИЦЫ**

стр. 8

**КАКИЕ
САЛАТЫ
ПОСАДИТЬ НА ДАЧЕ**

стр. 17

**ДМИТРИЙ
МИЛЛЕР**

**СМОТРИТЕ И ЧИТАЙТЕ
ТОЛЬКО ЧТО-ТО ДОБРОЕ**

стр. 3

**ПОДНИМАЕМ
САМООЦЕНКУ
ЛЮБИМОМУ
ЧЕЛОВЕКУ**

стр. 4

**КОНСЕРВЫ
ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ?
ЕСТЬ ИДЕИ!**

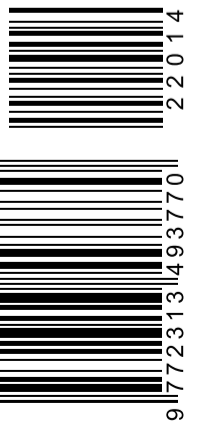
стр. 9

**ПИР НА
ВЕСЬ МИР
ИЗ КРАБОВЫХ
ПАЛОЧЕК**

стр. 7

Фото: Вадим Тараканов/ТАСС

ISSN 2313-4933



12+

Владимир Епифанцев берётся за расследование

На телеканале НТВ – премьера многосерийного остросюжетного детектива «Чингачгук». Так неформально зовут бывшего конного полицейского, а ныне участкового Илью Чугунова (в этой роли блистает Владимир Епифанцев). Всего его считают странным: живет отшельником, ни с кем не общается, а его любимый друг – конь по кличке Фома, который когда-то спас ему жизнь.

Однажды в городе происходит цепочка убийств. Чингачгук понимает, что тут действует маньяк, но руководство не поддерживает эту версию. И тогда Чугунов самостоятельно берётся за расследование. Съёмки сериала по большей части проходили в Старой Руссе. Как говорит режиссер картины Станислав Мареев, там очень интересные локации и аутентичная русская природа. К примеру, одну из сцен – купание коня – снимали на прекрасном озере Ильмень. Погода стояла жаркая, и между дублями Владимир Епифанцев делал заплывы. Кстати, зрители могут и не заметить, что коня Фому играют два «актера»: сначала – конь по кличке Запад, а затем – Покерс.

Фото телеканала НТВ



Владимир Маркони рассказал о шоу «Талант»

На телеканале «Пятница!» – премьера шоу «Талант», в котором наши доморощенные таланты, ставшие популярными благодаря соцсетям, поборются за миллион рублей и звание лучшего. Ведущими шоу стали Клава Кока и Роман Каграманов, а в звездном жюри – Ольга Бузова, Владимир Маркони и Карина Кросс.

Среди участников шоу – разнообразные таланты: повелитель мыльных пузырей, мастер баланса, король сладкой ваты и многие другие. Самому юному участнику – 18 лет, а самому возрастному 85. Члены жюри будут оценивать участников, но победителя выберут зрители путем голосования на сайте телеканала «Пятница!».

– Я рад быть в жюри такого крутого шоу, – рассказывает Владимир Маркони. – Стараюсь подбадривать участников шутками и своим легким подходом, но при этом я – за объективность и иногда готов сказать, что мне что-то не понравилось. Это, конечно, самая некомфортная часть шоу – сказать кому-то, что «не в этот раз». Чудовищное чувство – но это соревнование, и тут уж никуда не деться!

Фото телеканала «Пятница!»

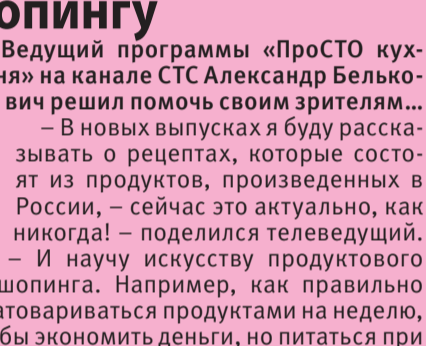


Александр Белькович научит продуктового шопингу

Ведущий программы «ПроСТО кухня» на канале СТС Александр Белькович решил помочь своим зрителям...

– В новых выпусках я буду рассказывать о рецептах, которые состоят из продуктов, произведенных в России, – сейчас это актуально, как никогда! – поделился телеведущий. – И научу искусству продуктового шопинга. Например, как правильно заготавливать продукты на неделю, чтобы экономить деньги, но питаться при этом вкусно, питательно и полезно.

Фото Вадима Тараканова



«Заполярный вальс» с Татьяной Лялиной

В Москве начались съёмки многосерийной мелодрамы «Заполярный вальс» для телеканала «Россия». Роли в сериале исполняют Татьяна Лялина, Алексей Анисченко, Алёна Коломина, Олег Фомин, Ольга Кабо и Нил Кропалов.

В центре сюжета – столичный хирург Алёна Белькова (ее играет Татьяна Лялина). Она разочаровалась в своей карьере и женихе и принимает решение изменить свою жизнь. Героиня уезжает на Север, в родной город, где устраивается рядовым врачом в небольшую районную больницу. Алёна вдохнет в нее новую жизнь, откроет для себя заново мир Севера – и будет вынуждена вернуться к тяжёлым воспоминаниям, связанным с гибелью ее матери...

Съёмки сериала пройдут в Москве, Московской и Мурманской областях.

Фото телеканала «Россия»

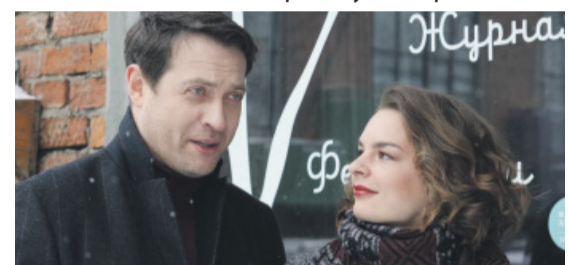


«Никто не узнает»

На Первом канале – премьера сериала продюсера Валерия Тодоровского и режиссёра Алёны Званцовой «Никто не узнает». Роли в фильме исполняют Евгения Брик, Кирилл Сафонов, Юрий Быков, Александр Робак, Яна Сексте, Виктория Исакова и другие артисты.

Это восьмисерийная мелодрама. Зрителей ждет несколько историй из жизни представителей среднего класса, энергичных, реализовавшихся в своей работе и уверенных в себе. Они хотят расти и развиваться, но и кризиса среднего возраста избежать им не удастся. У героев есть чему поучиться, хотя в определенных жизненных вопросах они ведут себя словно подростки. Им придется преодолеть изрядное количество проблем и несколько лет жизни, чтобы прийти к осознанию простой мысли: все мы дети, но приходит время, когда надо взрослеть.

Фото пресс-службы Первого канала



«Кулагины» снова за работой



В Москве начались съёмки продолжения детектива «Кулагины» для телеканала «Россия». В центре сюжета – команда экспертов и следователей под руководством знаменитого адвоката Леонида Кулагина (его играет Леонид Кулагин), которая продолжает распутывать самые сложные преступления, оказавшиеся не по зубам другим специалистам.

В новых сериях к профессиональной команде Кулагина присоединится новый персонаж в исполнении Бориса Смолкина. Режиссерами сериала «Кулагины» стали Мурад Алиев и Ольга Новикова. Также в проекте заняты Алёна Спивак, Дмитрий Блохин, Илья Носков и другие.

Фото телеканала «Россия»

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА».

Фёдор Сухов и «Белое солнце пустыни»

30 марта 1970 года на экраны вышел фильм Владимира Мотыля «Белое солнце пустыни». Мы уверены, что историю освобождения восточных красавиц красноармейцем Фёдором Ивановичем Суховым вы знаете на отлично. А хорошо ли вы помните некоторые моменты фильма?

- Согласно сюжету, красноармеец Сухов после госпиталя возвращается домой через пустыню. Сколько времени Сухов «мотался по пескам этим»?
а) 3 месяца.
б) Полгода.
в) Год.
- Сухов спасает местного жителя Саида, закованного в песок по шею. С этого момента и началась приключения героя. В какое время Сухов нашёл Саида?
а) В полдень.
б) В два часа дня.
в) В четыре часа дня.
- Закаспийский интернациональный революционный пролетарский полк, в котором служил герой, носил имя международного деятеля, убежденного марксиста. В честь кого был назван полк, в котором служил красноармеец Сухов?
а) Августа Бебеля.
б) Карла Маркса.
в) Фридриха Энгельса.
- Мзды Верещагин не берёт, ему за державу обидно. А что Абдулла предлагал бывшему таможеннику?
а) Золото.
б) Хлеб.
в) Гарем.

- Чёрный Абдулла сбежал из крепости, оставив там своих жён. Им грозит смертельная опасность – не имея возможности взять женщин с собой, Абдулла собирается их всех убить. Сколько всего жён было у Абдуллы?
а) 11.
б) 9.
в) 7.
- Кто из жён Абдуллы носил красное платье?
а) Гульчатая.
б) Джамия.
в) Лейла.
- Красный командир Рахимов, уговорив Сухова задержаться и похоронив жён Абдуллы, командирует в помощь молодого красноармейца Петруху. Откуда родом Петруха?
а) Из-под Самары.
б) Из-под Курска.
в) Из-под Астрахани.

ОТВЕТЫ

1-б. Сухов сам говорил, что пол-года как отслужил, а все мотается по пескам этим.
2-б. В два часа дня.
3-а. Августа Бебеля.
4-а. Золото. Вспомните диалог: – Слышь, Абдулла! Не моего ли ты заплываешь милашам злотом?
– Так нет же жез в окожин в таможне. Ко-шо тышь? Хошьей. Не моего ли твоярр везль? И все, подй, без по-шныиш!
– Слышь, Абдулла! Не моего ли твоярр везль? И все, подй, без по-шныиш!
– Так нет же жез в окожин в таможне. Ко-шо тышь? Хошьей. Не моего ли твоярр везль? И все, подй, без по-шныиш!
5-а. 11. Но к Сухову в группу «сво-во-во» не приглашали.
6-б. Джамия.
7-б. Из-под Курска.

Наш сегодняшний гость активно снимается в кино, и многие проекты с его участием выходят на канале «ТВ Центр».

Недavno прошла премьера сериала «Котейка-2», где актер сыграл следователя, а его партнершей стала Анна Тараторкина. А 9 апреля на ТВЦ состоится премьера новой детективной экранизации по книге Людмилы Мартовой «Бизнес-план счастья». На этот раз пару Дмитрию Миллеру составила Эмилия Спивак.

Партнёрши одна прекраснее другой

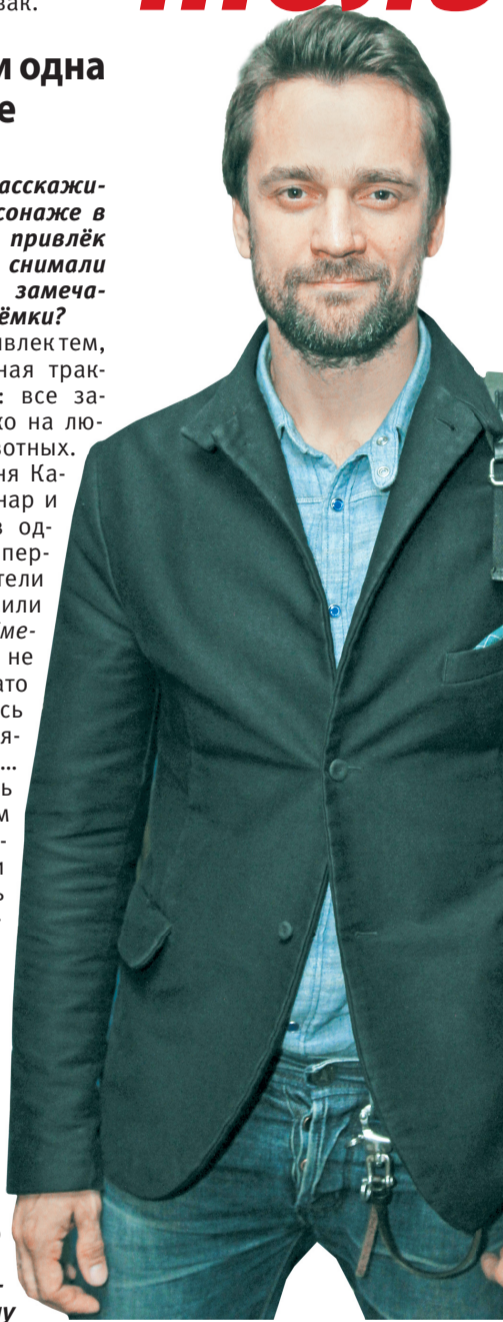
– Дмитрий, расскажите о своём персонаже в «Котейке», чем привлек сценарий, где снимали картину и чем замечательны были съёмки?

– Сценарий привлек тем, что там необычная трактовка детектива: все замешано не только на людях, но и на животных. А главная героиня Катерина – ветеринар и Шерлок Холмс в одном лице. После первого сезона зрители писали и просили больше кошек! (Смеется). Но кошек не прибавилось, зато в кадре появились утка, селезень, лягушки, собака... Собака появилась еще в прошлом сезоне. Это доберман по имени Цезарь – очень умный, воспитанный. Мы с ним нашли схожесть – он весь черный с коричневой грудью, а у меня была черная кожаная куртка и водолазка коричневого цвета. Интересно смотрелось, как будто мы специально это придумали...

– В первой части Катерину

Дмитрий МИЛЛЕР:

// Смотрите и читайте только что-то доброе



Детали

Три театра

– Вы ещё и театральный актёр. В каких постановках заняты?

– В театре я участвую в трех постановках. Первая – прекрасная постановка «Superstars» с очень хорошим составом – в главной роли Олеся Железняк, также участвуют Антон Эльдаров, Павел Савинков. Это замечательная комедия. Увидеть ее можно в Театре Терезы Дуровой на Серпуховке. Вторая – спектакль «Идеальный муж» Оскара Уайльда, он проходит на новой площадке ДК «Созидатель» на Беговой. И в Губернском театре я играю в спектакле «Вид с моста».

играла Мария Машкова, сейчас – Анна Тараторкина. Тяжело перестраиваться и продолжать играть историю уже с другим человеком?

– Смена действительно была неожиданной. Мне было приятно работать вместе с Марией, я впервые оказался с ней на съемочной площадке. И я благодарен ей за совместную работу. Анна Тараторкина не менее прекрасна. Мне как мужчине повезло – я познакомился сразу с двумя прекрасными актрисами, красивыми обаятельными женщинами.

– Можно несколько слов о ваших с Эмилией Спивак персонажах в грядущей премьере «Бизнес-план счастья»?

– Он – генеральный директор крупной IT-компании Павел Молчанский, она – его личный помощник Вера Ярышева. Павел – дерзкий и неординарный, победитель по

натуре, богат. Однако после вручения престижной премии в его жизни начинается череда странных, а порой и страшных событий... Каких именно – зрители узнают совсем скоро.

Рыбалка по всей стране

– Весна в самом разгаре, многие уже задумываются о лете. Какие планы? Вы как-то говорили, что любите походы. Когда и где в последний раз были? Берёте ли с собой в походы детей?

– Я ходил в походы давно, в нулевых годах. Сейчас сын уже взрослый, а тогда ему было 11 лет, я брал его с собой. Мы прекрасно проводили время, жили на острове в Карелии две недели, углублялись в природу. Я, кстати, люблю рыбалку. Но давно там не был. И прошлым летом я снова вспомнил о ней, подобралась компания, и мы съездили на Камчатку, порыбачили. Я особо не искушен в крупной рыбалке, а там мне повезло даже больше, чем другим, – отловился очень хорошо. Очень было здорово, мечтаем еще раз съездить. Есть желание и по сибирским рекам пройтись, по якутским... Наша страна огромная, красивая, места есть невероятные. И было бы здорово их посетить.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»

– Желаю всем читать, и читать что-то хорошее. Я сам взялся за чтение, и это очень заряжает. Как говорил профессор Преображенский в «Собачьем сердце», не читайте новостей за обедом, они портят аппетит... А я хочу сказать: читайте вообще поменьше новостей! Смотрите и читайте только что-то хорошее, доброе.

Кстати

Питание под контролем

– Судя по тому, что вы вегетарианец, вы придерживаетесь здорового образа жизни. В чём он заключается, помимо особого питания? Домашние подерживают вас?

– В моей жизни было и сыроедение, и вегетарианство. Сейчас я не придерживаюсь их, но очень интересуюсь этими темами. С прошлой зимы и до августа я не ел мясо. И в этом нет проблемы для меня – есть много других продуктов, их заменяющих, та же рыба. В августе, после операции, начал мясо снова употреблять, чтобы быстрее восстановиться. Но я понял, что могу свободно от чего-то отказываться, если того требует организм и есть желание.

Сложностей с тем, что семья питается чем-то другим, когда я себя ограничиваю, у меня нет. Мне все равно, что едят окружающие, меня это не соблазняет. Я сосредоточен на своем.

Привык доверять себе

– Планы на будущее? О чём мечтаете, довольны ли тем, как складывается судьба?

– Я доволен. Я привык себе доверять, и если я так чувствую, значит, так оно и есть.

Есть хорошие предложения в кино. Я повзрослел, и мне уже предлагают другие роли, более взрослые, глубокие. В театре тоже все отлично. Роль в «Идеальном муже» прекрасная, можно сказать, на всю жизнь, ее можно играть до седых волос. В спектакле «Вид с моста» тоже роль надолго. И мне это нравится. Особенно далеко я в своих планах никогда не заглядываю. Сейчас хочу дособрать группу, записать альбом и обкатать его, дать концерты. Закончить ремонт, продолжать сниматься дальше.



ПОДРОБНОСТИ

«Я как будто бы танцор»

– Вы участвуете в телепроектах, как правило, спортивной направленности – танцевали у Авербуха в «Ледниковом периоде», в «Танцах со звездами» заняли третье место. Спорт, движение, танец какое место занимают в вашей жизни?

– Да, есть ощущение, что я как будто бы танцор, но нет (смеется). Мои спортивные достижения в прошлом. А танцевальные пришли только потому, что я учился на актера, и нам повезло, что наш курс участвовал в мюзикле «Свадьба Кречинско-

го» Виталия Соломина. Это была очень интересная постановка, нас муштровали очень хорошо, а я был еще и в кордебалете... Хорошая была школа...

Вообще, движение – оно мне близко. Если бы я увлекался танцем, это могло бы быть моей профессией, могло бы получиться. Мне больше нравятся уличные стили, они очень артистичны и приковывают взгляд. Иногда проходишь где-то, видишь, как ребята танцуют, или в соцсетях, смотришь и думаешь: ну невозможно же так делать. Это очень круто.



СЕКРЕТ УСПЕХА

Резюме как шедевр

Как составить такое резюме, чтобы потенциальный работодатель не только заметил вас, но и выделил из множества других соискателей? Прислушайтесь к нашим советам.



ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД

Составить одно резюме для нескольких должностей, на которые вы претендуете, не самое лучшее решение. Потратьте чуть больше времени, чтобы составить несколько вариантов резюме под каждую интересующую вас вакансию.

ФОРМА ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ

Резюме должно быть коротким, не более двух страниц. При этом в нем должна содержаться информация, описывающая ваши сильные стороны и создающая приятное впечатление о вас. Для этого:

- Конкретно обозначьте желаемую должность.
- Расскажите о своих сильных сторонах: знание языков, компьютерных программ, коммуникативные навыки и др.
- Укажите только ту персональную информацию, которая имеет отношение к рабочим моментам.
- Не бойтесь указать желаемый размер зарплаты. Если вы знаете средний уровень зарплаты работников интересующей вас должности, укажите на 10 % больше.
- Убедитесь, что в резюме отсутствуют орфографические ошибки.
- Укажите людей, которые смогут дать вам хорошие рекомендации, или напишите, что их данные могут быть предоставлены по запросу.

Жить с человеком, который себя явно недооценивает, не так уж просто.

Особенно если вы этого человека искренне любите. Хочется, чтобы он смог посмотреть на себя вашими глазами! Так почему бы не помочь своей второй половинке поднять самооценку на должный уровень?

Лучшая версия мужчины

Женщины, помните: ваша задача – сделать акцент на сильных сторонах мужчины, а не перекроить его под свой идеал. Поднимая самооценку любимого, не допускайте ошибку, делая его тем, кем он на самом деле не является. Какие же ваши действия пойдут на пользу?

1 ЧАЩЕ ХВАЛИТЕ. Похвала – один из самых действенных способов поднять самооценку. Если хвалить мужчину даже за небольшие успехи, со временем он начнет верить в себя. Важно не перестараться и не хвалить просто так.

2 ПРОСИТЕ О ПОМОЩИ. Женщины, конечно, многое могут сделать и сами, но зачем? Обращаясь к любимому за помощью, вы не только избавите себя от необходимости делать что-то сложное, но и дадите возможность мужчине побыть для вас помощником и защитником, а заодно немного поднять уровень своей самооценки.

3 ГОВОРИТЕ ТОЛЬКО ХОРОШЕЕ. С какими бы сторонами личности любимого мужчины вы ни столкнулись, не позволяйте себе негативных высказываний о нем в окружении других лю-

Самооценка: всё выше и выше!



Самооценка у меня слегка завышена, что есть, то есть. Зато всё остальное во мне – выше всяких похвал!



дей. Ничто так не бьет по самооценке, как публичная критика!

4 ДЕЛАЙТЕ КОМПЛИМЕНТЫ. Будьте внимательны к полужительным изменениям во второй половине. Мужчине будет приятно узнать, что и их старания не остались незамеченными для любимой. Пусть новые джинсы, галстук или стрижка будут оценены по достоинству!

5 НЕМНОГО О ЛИЧНОМ. Чем чаще мужчина получает отказ от близости, тем чаще его посещают мысли о собственной неполноценности. Факт остается фактом: чем чаще между вами происходит близкий контакт, тем проще ему поднять самооценку.

Женщина становится богиней

Женская самооценка – вещь исключительно хрупкая. Женщина часто склонна к мнительности, способна накручивать себя по пустякам. Поэтому так важно, чтобы она перестала сомневаться в своих силах. Что для этого может сделать мужчина?

1 ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ЕЁ ВНЕШНОСТЬ. Чем старше женщина, тем больше усилий требуется, чтобы выглядеть на отлично. Не будьте скупы на комплименты!

2 УВАЖАЙТЕ ЕЁ ИНТЕРЕСЫ. Когда интересы партнеров совпадают, это редкая удача. Зачастую они обусловлены

половыми различиями. Кого-то интересует кулинария, шитье, вязание, других – машины, резба по дереву или футбол. Представьте, как вашей любимой будет приятно получить, например, книгу по плетению макраме или набор разноцветных ниток для вышивания крестиком? Она обязательно оценит!

3 ПРИЯТНО УДИВЛЯЙТЕ. Подарите любимой букет цветов. Просто так, без повода. Или преподнесите в качестве подарка сертификат в ее любимый магазин косметики. А может, ее больше порадует новое нижнее белье? Неожиданные подарки запоминаются го-

раздо лучше, чем ожидаемые праздничные.

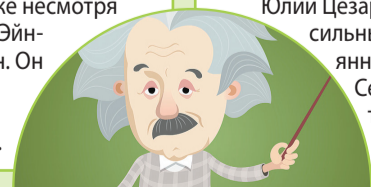
4 БУДЬТЕ РЯДОМ. И не только на расстоянии вытянутой руки, а эмоционально. Напишите любимой в обеденный перерыв, что скучаете. Или предложите встретиться ее после работы. Это ведь так приятно!

5 НЕ ЭКОНОМЬТЕ НА НЕЙ. Если вы готовы спустить половину зарплаты на свое хобби и не замечаете, что любимая женщина третий год ходит в одних и тех же сапогах, пора поменять подход. Причем инициатива должна исходить именно от вас!

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Эйнштейн – двоечник?

Самый распространенный миф о гениальном Альберте Эйнштейне – то, что он плохо учился в школе и даже был из неё отчислен. На самом деле будущий физик-теоретик успевал в учебе очень хорошо, некоторые трудности у него были только с французским языком. А вот поведение, по мнению строгих учителей, у мальчика хромало, потому что он критически относился к системе зубрежки и скучным урокам. И даже несмотря на это из школы юный Эйнштейн не был отчислен. Он сбежал оттуда, потому что, живя в интернате, очень скучал по семье.



Напиток силы

Нет, это не чай, как можно было бы подумать.

Речь идет о молоке. На протяжении тысячелетий люди пьют его просто так, готовят на нем каши, делают из него творог и сыр – словом, освоили все его полезные свойства. Сначала молоко было доступно египтянам, индейцам, шумерам, монголам, кельтам и германцам, потому что они первыми начали одомашнивать диких коз, овец и коров (кстати, Юлий Цезарь считал германцев очень сильными, потому что те постоянно пили молоко и ели мясо). Сейчас человечество употребляет до 580 миллионов литров молока в год.



Мой питомец мох

Хотите завести дома пушистого питомца, который при этом не лает, не сорит шерстью и не царапается? Последуйте

примеру японцев. Они в таких случаях заводят дома аквариум со специальным мхом – маримо. Выглядит растение как зеленый мохнатый шарик, который плавает в воде. Его не нужно кормить, потому что мох осуществляет фотосинтез. Достаточно прохладной комнатной температуры, умеренного освещения и чистой воды. Японцы уверены, что маримо, долго живущий у одного хозяина, приносит ему удачу и процветание.



Искусство во спасение

Порой упорство и позитивный настрой человека помогают противостоять судьбе и неблагоприятным обстоятельствам. Вот вам пример. В 2007 году в Тайване было решено расселить и снести небольшую деревушку. Все жители согласились и разъехались по новым домам, в деревне остался только 84-летний дедушка Хуан Юн-Фу. Расставаться с самым любимым местом на земле он не захотел и, чтобы не скучать в одиночестве, начал расписывать брошенные дома. Совсем скоро все стены, крыши и дорожки были покрыты яркими рисунками. В деревушку потянулись многочисленные туристы, а власти отказались от мысли ее снести.

Светлана СИДОРЧУК

К 34 годам Егор снялся более чем в 20 картинах и сериалах, среди которых «Даёшь молодёжь!», «Одна на всех», «Андерсен. Жизнь без любви», «Реальный папа», «Поп», «Стройбаля»...

Как режиссер снял несколько короткометражных фильмов и, наконец, решился на свою первую полнометражную картину «Смотри, как я»...

Премьера в Японии

– Егор, картина была показана не только у нас в стране, но и за рубежом. Насколько знаю, у неё хорошая судьба, хотя она стартовала в самостоятельную жизнь во время пандемии...

– Да, выпуск картины переносился из раза в раз, и первой ее увидели, как ни странно, жители Эстонии, которые достаточно долго ее «прокатывали». Но международная премьера была не в Прибалтике, а в Японии на фестивале русского кино. Премьера прошла в кинотеатре Токійского университета. На показе была моя бывшая однокурсница из ВГИКа, и мне было очень приятно, тем более что фильм приняли тепло.

– Национальную молодёжную кинопремию «За лучший полнометражный дебютный фильм» вы получили в Москве, на фестивале дебютного кино...

– На самом деле картина «Смотри, как я» получила несколько наград, ее показали не только в кинотеатрах, но и на телеканалах «Супер» и «Пятница!». Сейчас ее выкупило ТНТ. Так что тем, кто не видел фильм, такая возможность скоро представится.

Егор САЛЬНИКОВ:

Я не разделяю жизнь и работу

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:
– Мечтайте!
Читайте!
Путешествуйте!
Это сделает вас счастливее.



Закаляйся, если хочешь быть здоров

– Егор, вы актёр, режиссёр, сценарист, поэт, музыкант. У вас так много проектов, вы так часто перемещаетесь по стране, что невольно напрашивается вопрос: сколько часов в сутки вы спите? Когда отдыхаете?

– С этим у меня проблемы. Дело в том, что вся жизнь завязана на мои проекты, поэтому я не разделяю жизнь и работу, это все взаимосвязано. Но последние полтора года я действительно работаю без отдыха.

– Но как-то себя поддерживаете?

– Бегаю по вечерам. Родители так воспитали нас с сестрой, что утром мы обязательно должны совершить пробежку, делать зарядку и принимать холодный душ. С момента моей самостоятельной жизни соблюдать это стало сложнее. Но я все-таки стараюсь этого придерживаться, делаю минимальную зарядку, а по вечерам бегаю. Во время бега мысли высвобождаются, голова отдыхает. Ну и сама профессия не дает засиживаться на месте, я все время в движении, и это здорово.

Наталья АНОХИНА

Детали

Соцсети в стихах

– Неужели вообще не расслабляетесь?

– Вспомнил такой случай. Летом в «Артеке» на кинофестивале «Алые паруса» мне пришлось всю ночь монтировать фильм, который снимали с детьми, так как сдать его надо было в 9 утра. Монтировал его до 6 утра и решил, что ложиться спать уже нет смысла, тем более что в 8 завтрак. И я пошел на берег моря (мы жили в Гурзуфе), где есть понтон. Лег на него и целый час просто лежал. Пригревало солнце, рядом тихо шумело море, и это было время абсолютного безмятежного счастья, настоящий отдых. С тех пор таких благостных часов у меня не было (улыбается). И не помню, чтобы у меня был день, когда я просто бы валялся на диване. Да и не понимаю я такой ленивый отдых.

– Где-то читала, что вы отдыхаете за рулем...

– Да, очень комфортно чувствую себя в машине. И в самолетах отдыхаю. Для меня каждый полет – маленькое чудо. Правда, в последнее время из-за недосыпа в самолете стал спать, а до этого всегда читал.

– Или писали стихи...

– Сейчас пишу реже – нет времени. Но поскольку стихи – господа ревнивые, им нужно уделять внимание. И я, чтобы рука не забывала, в соцсетях подписываю каждый трафик маленьким четверостишием.

Вместо «Оскара» – Золотой пупс

– К новым работам ещё не приступили?

– У меня несколько задумок на сериалы и полный метр. Но говорить об этом преждевременно. Надеюсь, что в этом году запустим новый фильм на киностудии Горького. Сейчас дорабатываю сценарий, «прицеливаюсь» к актерам, операторам, создаю команду, но кнопка старта еще не нажата.

– Ваша первая полнометражная картина посвящена молодым. И многие ваши проекты связаны с подрастающим поколением...

– Я работаю с молодёжью, которая хочет снимать детское кино. Поэтому с радостью от-

кликаюсь на разные предложения. Работал на детских фестивалях «Бумеранг», в «Орлёнке» и в «Артеке». Режиссер – моя профессия, и я с удовольствием этим занимаюсь. Ребята, надо признать, снимают очень неплохие фильмы.

– У вас есть очень любопытное сотрудничество с детским кинолагерем «Максатиха КЕМП», что в Тверской области...

– Это невероятно интересное пространство, где открываются безграничные возможности для творчества. В лагере учат сразу по шести направлениям – здесь готовят операторов, режиссеров, художников, актеров, звукорежиссеров, аниматоров. Лично я занимаюсь кинорежиссурой. За год в лагере проходит пять смен,

причем в разных местах. Я занимался с ребятами не только в Максатихе, но и в Англии, Италии, на Кипре, в Подмосковье... Победители каждой смены получают своего «Оскара» – Золотого пупса. Также сейчас работаю в большом государственном проекте «Большая перемена» (опять же в качестве режиссера), где имею дело с лучшими представителями молодежи. В этом проекте участвуют невероятно талантливые дети, так называемый золотой запас России.

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий На прогулку вместе с другом

Прогулка должна дарить и настроение, и удовольствие. И ты идёшь такая нарядная и такая красивая... И вообще, помни: если вышла не только погулять, но и себя показать, то результат не заставит себя ждать.

Ответы: Собака жевала траву – расположилась на лужайке; собака жевала траву – расположилась на лужайке; собака жевала траву – расположилась на лужайке; собака жевала траву – расположилась на лужайке; собака жевала траву – расположилась на лужайке; собака жевала траву – расположилась на лужайке; собака жевала траву – расположилась на лужайке; собака жевала траву – расположилась на лужайке; собака жевала траву – расположилась на лужайке; собака жевала траву – расположилась на лужайке.

Очаровательная телеведущая Ольга Жук известна по передачам «Новое утро» и «Ты супер! Танцы» на НТВ, «Деловая Москва», «Город новостей» и «Мода с Ольгой Жук» на ТВЦ.

Она лицо недавно созданного Первого Российского Национального канала, который можно смотреть по всей России, мастер курса Учебного центра кино и телевидения... Ольга рассказала нам о том, что помогает ей сохранять стройность, и поделилась воспоминаниями из детства.

«Стараюсь вести здоровый образ жизни»

– Ольга, расскажите, пожалуйста, об основных ваших постулатах, связанных со здоровьем, красотой и отличной физической формой.

– Благодарю за комплимент. Начнем с того, что я стараюсь вести здоровый образ жизни. У меня нет вредных привычек: не курю, практически не употребляю алкоголь. Занимаюсь спортом – это и тренировки в зале, и танцы, и длительные пешие прогулки. Вообще, люблю ходить пешком. Могу даже оставить машину подальше от места, куда направляюсь, и пройти пару километров. Очень важно – быть в хорошем настроении, от этого зависит многое. Когда человек устал, нервничает, недосыпает – это сказывается на его состоянии и внешнем виде. Сном, если честно, я тоже периодически пренебрегаю, но это связано лишь с тем, что у меня плотный график работы, хочется многое успеть. К услугам пластических хирургов я не прибегала, инъекции

Ольга ЖУК:

Почти никогда не завтракаю!

Кстати

«Люблю вкусно поесть»

– Какое место в ваших правилах занимает еда?

– Не буду скрывать: я люблю вкусно поесть! И не могу сказать, что всегда питаюсь правильно, скорее – интуитивно. Например, я почти никогда не завтракаю –

исключение делаю только в путешествиях. Говорят, что это не очень хорошо, но я прислушиваюсь к своему организму, и он не против. Я сладкоежка. Один из моих самых любимых десертов – торт «Птичье молоко». Не могу себе в нем отказать. Но даже если съем лишний кусочек, то совесть меня абсолютно не мучает...

тоже не для меня, а вот посещать салоны красоты, ходить на массаж – люблю...

«Прислушаться к себе»

– С высоты своего опыта скажите: какие советы вы бы дали читателям в области питания?

– Во-первых – прислушиваться к себе, а не ориентироваться на других. Каждый человек индивидуален. И больше есть фруктов и овощей – ваш организм за это точно скажет спасибо. Во-вторых, нужно обязательно принимать витамины – но только после консультации с врачом. В-третьих, не заедать стресс! Если сильно нервничаете, переживаете по какому-то поводу – займитесь спортом. Это будет полезно и для нервов, и для тела в целом.

– Как найти золотую середину между вкусом и пользой?

– Всегда и во всем нужен баланс, и касается это не только питания. Я люблю сладкое, но хотя бы ча-

стично стараюсь его заменять. Отличная альтернатива – сухофрукты. Многие любят перекусывать фастфудом, поскольку это быстро и просто, хотя и не полезно. Но и перекусы тоже могут быть полезными. Сделайте нарезку из овощей или фруктов, возьмите горсть орехов. А если любите шаурму – приготовьте ее на скорую руку дома: лаваш, курица, йогурт, свежий огурец – минимум времени, максимум пользы. Главное – было бы желание!

– Могут ли полезные продукты стать любимыми? Бытует мнение, что всё полезное – не очень вкусное...

– Любимыми должны быть те продукты, которые и удовольствие вкусовым рецепторам доставят, и пользу организму принесут. Всегда можно выбрать что-то для себя. Если вам не нравится сельдерей – возьмите морковь. Или съешьте сельдерей с интересным соусом. Это дело вкуса и привычки. А непривычные нам продукты могут оказаться очень даже интересными.



«Гречку использую часто»

– Насколько вы постоянны во вкусовых предпочтениях?

– Что касается еды, то здесь надо учитывать много факторов. Одно дело – если у меня есть возможность что-то долго готовить дома или пару часов находиться в ресторане, и другое – если мне надо быстро перекусить и ехать дальше по делам. Во втором случае беспроигрышный вариант – гречка, которую в своем рационе я использую достаточно ча-

сто. Однако при этом я – за разнообразие. И так как у меня часто бывает только один прием пищи в день – то, конечно, стараюсь, чтобы он был полноценным.

– Пробуя интересные блюда в путешествиях, ресторанах, будучи в гостях – записываете рецепты?

– Если я бываю в каких-то интересных заведениях в нашей или другой стране – как человек любознательный, конечно, могу спросить про какие-то отдельные ингредиенты блюда, которое мне понравилось, но записывать вряд ли буду.

«Люблю добавлять что-то от себя»

– Какое место в вашей жизни занимает приготовление еды?

– Люблю готовить. У меня это хорошо получается – по крайней мере, так говорят все, кто пробовал мои блюда. Кстати, не только гости, но и коллеги. Я часто приношу угощения на работу. По осени балую коллег шарлоткой. Мне нравится печь. Блюда, приготовленные в духовке, всегда особенные: это может быть птица, запеченные овощи или пироги. Но занимаюсь готовкой не так часто – скорее по случаю. А в повседневной жизни дома чаще готовлю какие-то гарниры, салаты... А вот если приезжают гости, то здесь я подготавливаю по полной программе: и закуски, и салаты, и горячее. А насчет кулинарного мастерства... Я продолжаю набираться опыта, и по сей день с удовольствием делюсь своими навыками с другими. У меня есть свой фирменный стиль приготовления блюд: чаще всего я это делаю без точного рецепта. То есть состав и рецепт я где-то нахожу, а дальше все по наитию – включается фантазия. Люблю экспериментировать и добавлять что-то от себя. Конечно, могу проконсультироваться по каким-то аспектам, но дальше процесс идет сам собой.

Елена СОКОЛОВА

фото из личного архива Ольги Жук (ИА «Столица»)

ДОМАШНИЙ ПОВАР

№2 / 2022

БЫСТРЫЙ УЖИН



Подписной индекс в каталоге «Почта России» П5927

ЖУРНАЛ УЖЕ В ПРОДАЖЕ!

В серии «Домашний повар» вышел новый сборник для тех, кто любит готовить, но ограничен во времени, – «Быстрый ужин».

В этом справочнике вы найдете рецепты:

- различных салатов и закусок;
- омлетов и других блюд из яиц;

- супов, которые можно приготовить за полчаса;
- блюд быстрого приготовления из мяса, птицы и рыбы;
- блюд с крупами и макаронами;
- разнообразных запеканок и других блюд, которые можно быстро приготовить в духовке;
- десертов на любой вкус;

- самой быстрой и вкусной выпечки.

Мы собрали для вас интересные кулинарные идеи, чтобы ваш стол порадовал воображение, радовал разнообразием и вкусами. **ГОТОВЬТЕ СО ВКУСОМ, УГОЩАЙТЕ С ДУШОЙ, РАДУЙТЕ БЛИЗКИХ СВОИМИ ШЕДЕВРАМИ!**

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927

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

12+ Реклама

Что может быть проще и привычнее крабовых палочек? Чаще всего мы делаем из них салаты и нехитрые закуски.

Однако область применения крабовых палочек гораздо шире, и мы решили предложить вам несколько не самых обычных рецептов. Попробуйте, и наверняка вам понравится.

Суп с крабовыми палочками

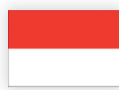
Индонезийская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г крабовых палочек, 300 г картофеля, 1 морковь, 1 луковица, 1-2 ст. л. сливочного масла, растительное масло, специи для рыбы, соль.

Калорийность (на 100 г): 33 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Крабовые палочки нарезать кружочками, картофель – кубиками, лук – мелкими кубиками, морковь натереть на терке.
- 2 В кастрюлю налить 2-2,5 л воды, довести до кипения, подсолить, положить картофель, варить 10 минут.
- 3 Лук и морковь спассеровать на растительном масле, добавить в кастрюлю вместе с нарезанными крабовыми палочками.
- 4 Еще раз довести до кипения, добавить специи, проверить на соль, варить еще 5-8 минут, добавить сливочное масло, перемешать и снять с огня.
- 5 Подавать немедленно.



Детали

Вот такой подарок

В Японии крабовые палочки очень популярны. Из них готовят самые разнообразные, нередко и очень дорогие блюда. И даже преподносят друг другу в качестве подарка на праздник.



КРАБОВЫЕ палочки



рецепты на каждый день

Пикантные биточки из крабовых палочек



Хорватская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г крабовых палочек, 150 г сыра, 2 яйца, 1 зубчик чеснока, панировочные сухари, растительное масло, молотый черный перец по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 82 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Сыр натереть на терке, крабовые палочки нарезать произвольно.
- 2 Сложить палочки и сыр в чашу блендера, взбить.
- 3 Полученную массу переложить в миску, добавить яйца и пропущенный через пресс чеснок, поперчить, перемешать (если масса получилась жидкой, добавить панировочных сухарей).
- 4 Сформировать небольшие биточки, обвалять в панировочных сухарях.
- 5 Жарить на растительном масле с обеих сторон до румяной корочки.



Салат с крабовыми палочками и апельсинами



Греческая кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г крабовых палочек, 3 яйца, 1 банка консервированной кукурузы, 2 апельсина, 1 зубчик чеснока, майонез по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 69 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Крабовые палочки нарезать мелкими кубиками.
- 2 Апельсины надрезать посередине, осторожно, стараясь не повредить, снять кожуру – чтобы получились «чашечки».
- 3 Из апельсиновой мякоти вырезать «мясо», разделить каждую дольку на 3-4 части.
- 4 Сделать заправку: чеснок пропустить через пресс, смешать с майонезом.
- 5 Соединить все ингредиенты, заправить, хорошо перемешать, разложить по «чашечкам» из апельсиновой кожуры.
- 6 Подавать немедленно.



– Это была ошибка – оставлять меня наедине с рыбным пирогом!
– Мне кажется, наименование пищи в твоём случае не играет никакой роли...

– Как приготовить заливного осетра?
– Берёшь минтая и заливаешь, что это осётр.



Кстати

Крабовые палочки впервые появились в Японии в 1973 году. Процесс изготовления начинается со специального фарша – сурими – который представляет собой перетертое филе рыбы. Филе засыпают солью и перетирают в ступе – это очень долгий процесс, в результате которого оно меняет структуру и становится клейким. Затем сурими промывают и обогащают различными добавками – ароматизаторами и красителями – для улучшения вкуса и внешнего вида. Иногда в сурими добавляют натуральный фарш из креветок или небольшое количество настоящего крабового мяса – такие крабовые палочки значительно дороже.

Окрошка с крабовыми палочками



Российская кухня. На 8 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 480 г крабовых палочек, 4 яйца, 4 огурца, пучок редиса (10-12 шт.), пучок укропа, 2 ст. л. горчицы, 6 ст. л. сметаны, 2 л охлажденного кваса, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 56 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить, отделить белки от желтков.
- 2 Огурцы очистить от кожуры.
- 3 Яичные белки, огурцы и крабовые палочки нарезать кубиками одинакового размера, редис – тонкими кружочками (крупный – полукружьями), зелень мелко нарубить.
- 4 Яичные желтки растереть с горчицей и сметаной, посолить, поперчить, добавить зелень, смешать до однородности.
- 5 Сложить огурцы, редис, крабовые палочки и белки в одну емкость, хорошо перемешать, залить квасом, заправить сметанно-горчиичной смесью, еще раз тщательно перемешать.



Салат из крабовых палочек



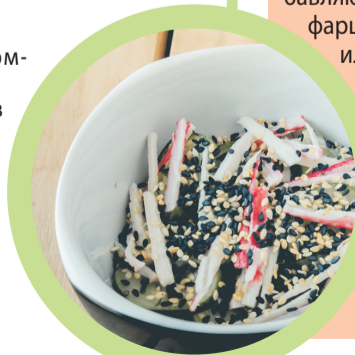
Японская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г крабовых палочек, 2 огурца, 1 ст. л. кунжута, 2 ст. л. майонеза, 1 ч. л. соевого (или устричного) соуса.

Калорийность (на 100 г): 89 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Огурцы нарезать тонкой соломкой, крабовые палочки разорвать на волокна; сложить в одну посуду.
- 2 Сделать заправку: майонез смешать с соевым соусом.
- 3 Заправить салат, перемешать, посыпать кунжутом.
- 4 Подавать немедленно, пока огурцы не дали сок.



Ежегодно 7 апреля христиане отмечают один из 12 главных (двунадесятых) праздников в православии – Благовещение Пресвятой Богородицы.

В этот день архангел Гавриил был послан Богом к Деве Марии с вестью о том, что ей предстоит сверхъестественное и чудесное рождение Ее будущего Сына – Спасителя всего человечества. Вера Девы Марии в откровение о пришествии в мир Сына Божьего стала началом Нового Завета для человечества. Произошло единение Божией силой и человеческой веры, спасшее мир.

Великая тайна благочестия

О событиях Благовещения рассказал евангелист Лука. Апостол сообщил, что архангел Гавриил явился Деве Марии в маленьком городке Назарете. Божий посланник возвестил будущей Богородице, что именно через Нее придет в мир Иисус Христос, Мессия, которого ждали не одно столетие.

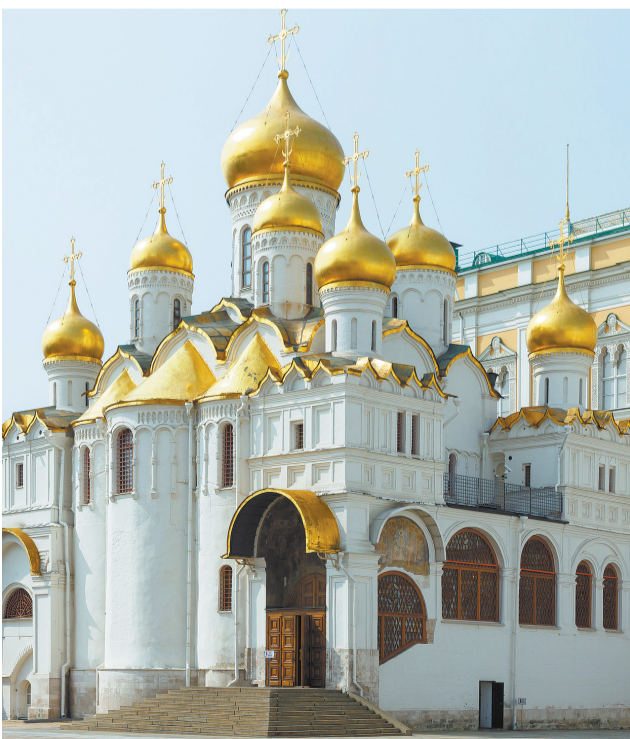
Напомним, Марию обручили с пожилым вдовцом Иосифом, так как добродетельной женщине по традициям того времени запрещено было оставаться одинокой.

Через четыре месяца после обручения Гавриил возвестил: «Радуйся, Благодатная, Господь с Тобою; благословенна Ты между женами». Как считают богословы, эти слова стали первой «благой» вестью для человечества.

Подробности

После получения благой вести Дева Мария отправилась навестить свою родственницу Елисавету, которая уже ждала ребенка. Напомним, что Елизавета была женой священника Захария и станет матерью будущего Иоанна Крестителя. Согласно житию, Елизавета первой из людей повторила фразу, которая стала частью многих молитв: «благословенна Ты между женами, и благословен плод чрева Твоего!»

Встречаем праздник Благовещения



Дева услышала в этих словах Божию волю, проникнувшись в тайну волею Святого Духа, со смирением согласилась: «се, Раба Господня; да будет Мне по слову твоему». Этот момент считается временем непорочного зачатия Иисуса Христа. По учению Церкви, на свет человек появляется в момент зачатия в утробе матери. Таинство зачатия относится к великой тайне благочестия.

Без согласия Марии и Ее веры воплощения могло и не быть. Неслучайно в молитве мы обращаемся к Пресвятой Деве: «Богородице Дево, радуйся, Благодатная Мария, Господь с Тобою, благословенна ты в женах и благословен плод чрева Твоего, яко Спаса родила еси душ наших».

История празднования

В росписях катакомб, куда собирались на молитву ранние христиане II-III веков, есть изображения этого великого события – Благовещения. Поэтому установление празднования приписывают апостолам. В начале IV века святая равноапостольная Елена открыла святые места земной жизни Иисуса Христа. Она начала строительство храмов в этих местах, в том числе и строительство базилики в Назарете, где Деве Марии явился архангел Гавриил. Строительство храмов вызвало и рост интереса к событиям Рождества Христова и тайне Воплощения. Через три века празднование Благовещения стало в Византии одним из важных торжеств.

В древности название праздника было неустойчивым, его называли «Зачатие Христа», «Благовещение о Христе», «Начало

Святитель Григорий Палама говорит, что Воплощение было бы так же невозможно без свободного человеческого согласия Божией Матери, как оно было бы невозможно без творческой воли Божией.



Преподобный Ефрем Сирин:
«Дева Мария сделалась для нас небом, Божиим престолом, потому что в Нее низошло и вселилось высочайшее Божество, чтобы нас возвеличить... В Ней облеклось Божество в ризу для нас же, чтобы нам доставить ею спасение».

искупления», «Благовещение ангела Марии». Только в VII веке на Западе и Востоке праздник стали называть «Благовещение Пресвятой Богородицы».

Полное название праздника в Русской православной церкви: «Благовещение Пресвятыя Владычицы нашея Богородицы, и Приснодевы Марии». Русское слово «Благовещение» – по-гречески «Евангелие» (Благая весть). Именно так называются первые четыре книги Нового Завета.

Благовещение на царских вратах

Царские врата в храме ведут в пространство алтаря, который означает

На заметку Как встретить праздник и традиции Благовещения

Благовещение имеет один день предпразднства и один день попразднства, в который празднуется Собор св. архистратига Гавриила. По народной традиции в Благовещение следует отложить дела, пусть они даже очень важные, и отдохнуть душой, очистить ее, покаяться и исповедоваться. Если по каким-то причинам нет возможности пойти в храм, то следует помолиться дома, почитать Евангелие, другую духовную литературу.

Как и на праздник Пасхи, существует традиция выпускать птиц из клеток, в Церкви день знаменуется торжественными службами, колокольным звоном.

Кстати, во время Великого поста в день Благовещения дозволяется есть рыбу и разрешено красное вино.

Царство Небесное. Створыне врат – граница между двумя пространствами, повторяют образ райских врат, поэтому на них помещают образ Благовещения. Ведь с благой вести архангела Гавриила начинается новозаветная история, история нашего спасения. С этого момента открываются закрытые для человечества врата рая. Богородицу в акафистах называют «райских дверей отвержение», «дверь спасения», «дверь Света».

В наверхии царских врат обычно размещают передачу благой вести Деве Марии архангелом Гавриилом, а ниже – образы четырех евангелистов, которые рассказали об этом всему миру.

Светлана ИВАНОВА

Кстати

Считается, что архангел Гавриил был отправлен к Деве Марии Богом именно в тот день календарного года, когда произошло Сотворение мира. Церковные авторы писали, что, по преданиям, день выбран не случайно. Чтобы началось искупление, человек с первородным грехом должен быть и воссоздан в то же время, когда и был сотворен: 25 марта (по новому стилю – 7 апреля). Это первый шаг христианской истории искупления, в котором непослушание Евы уравновешивается послушанием Приснодевы Марии.

Уж сколько раз твердили миру: «если хотите похудеть, исключите консервацию»!

На самом деле не все так однозначно. Одни консервы, действительно, не несут особой ценности для организма, да еще и слишком калорийны. Зато другие помогут сделать рацион худеющего человека более разнообразным.

Какой он – правильный продукт?

Сразу оговорим два принципиальных момента:

1 Консервированные продукты можно рассматривать только в качестве дополнения к рациону. Конечно, они бывают доступнее, чем свежие овощи, рыба и мясо, но диетологи не советуют ими злоупотреблять.

2 Полезными могут быть только натуральные консервы – в собственном соку, с минимумом консервантов, сахара и уксуса. Поэтому необходимо внимательно читать состав на этикетке. Или, если речь идет о заготовках собственного приготовления, на будущее стоит подыскать соответствующие рецепты.

ДРУЖИТ ли стройность с консервами?



Легко могу делать три дела одновременно: жевать, думать о вкусе еды и высматривать лакомый кусок.

Сплошная польза

В консервированной продукции много витаминов. Так, витамин А очень хорошо сохраняется в овощных консервах (например, в помидорах), а еще сохраняются пищевые волокна, которые дарят чувство сытости. В рыбных консервах много омега жирных кислот, кальция, фосфора, белка для роста мышц. Кроме того, во всех консервах сохраняются все основные макронутриенты (белки, жиры и углеводы).

Рыбные разносолы

Рыбные консервы могут быть весьма полезными, если выбирать морскую рыбу в собственном соку, без масла. Тогда не придется урезать содержание жиров в остальном рационе. Томатный сок и сахар в составе недопустимы.

Лучше всего использовать рыбные консервы для приготовления супов, котлет, салатов. Если в составе много соли, жидкость с них лучше слить. Салаты с рыбными консервами лучше заправлять нежирным йогуртом и лимонным соком. Котлеты – готовить на пару или запекать в силиконовых формочках для кексов.

Овощное разнообразие

Правила выбора консервации распространяются и на овощные заготовки. Лучше всего в диетическом отношении томаты в собственном соку, кукуруза, горох и фасоль. Если вы выбираете консервацию в магазине, обращайте внимание не только на состав, но и на сроки изготовления. Отдавайте предпочтение той консервации, которая изготовлена в сезон сбора сырья.

ЕСТЬ ОГРАНИЧЕНИЯ

В качестве консерванта в заготовках выступает соль. Поэтому, если есть гипертония и болезни почек, от консервации лучше отказаться.

Татьяна МИХАЛЁВА

Мнение специалиста

Следим за количеством соли

На наши вопросы отвечает кандидат медицинских наук, диетолог, член экспертного совета Национальной ассоциации диетологов и нутрициологов (НАДН), ведущий специалист консервативного лечения ожирения в Центре коррекции веса ГКБ № 29 им. Н.Э. Баумана Дарья Русакова.

– Какое количество правильной консервированной продукции можно (допустимо) употреблять в день, неделю?

– Два раза в неделю в количестве не более 100 г за день.

– Могут ли консервы провоцировать отёчность? И если да, то как свести её к минимуму?

– Консервы с избыточным количеством соли в составе могут спровоцировать задержку жидкости в организме. Чтобы минимизировать ее вредное воздействие, не следует употреблять консервы часто и в вечернее время, а также стоит ограничить поваренную соль в другие приемы пищи.



ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 8 АПРЕЛЯ! ЧИТАЙТЕ В СВЕЖЕМ НОМЕРЕ:

✓ большое интервью с врачом о статинах – лекарствах от повышенного холестерина;

✓ статья о мясе: нужен ли этот продукт пожилым, как его правильно готовить и сколько съедать;

✓ доктор расскажет, как побороть зависимость от гаджетов; ✓ захватывающий материал о аюрведической медицине;

А ТАКЖЕ статья о том, как правильно парить ноги при простуде; расскажем, где добыть белок постящимся;

поделимся новой женской историей любви и рецептами здоровья и долголетия из ваших писем.

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

16+ Реклама

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961.

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

Биореставратор суставов

В нашем организме более 180 суставов. И столько же существует их болезней! Как помочь своим суставам, если начались проблемы? Травы, мази, комплексы, хондропротекторы... Выбор огромный. Но на чем остановиться? Расскажет эксперт Павел Лебедев.

Можно ли без химии поддержать нормальную работу сустава?

Раньше об этом можно было только мечтать! Но вот наконец появилось новое натуральное средство для суставов – хондронутриент «Голд Остеопак». Обычные средства чаще всего содержат в своем составе искусственные питательные вещества для суставов: глюкозамин, хондроитин, коллаген. Используя их, Вы даете организму разовую порцию питательных веществ, притом усвоятся ли они – неизвестно!

Хондронутриент «Голд Остеопак» работает по-другому!

Наш организм умеет сам вырабатывать все необходимые питательные вещества для суставов и хрящей. Но с возрастом и из-за болезней все процессы замедляются. «Голд Остеопак» содержит натуральные биодоступные компоненты, которые стимулируют организм самостоятельно вырабатывать свои, «родные» питательные вещества, необходимые для работы суставов. А еще «Голд Остеопак»

способствует БИОтранспорту, т.е. доставке полученных питательных веществ прямо к суставу и хрящу. У хряща нет ни нервов, ни сосудов. Доставить питание можно только через суставную жидкость, которую вырабатывает синовиальная оболочка. Без ее нормальной работы питательные вещества просто не смогут попасть в сустав!

Как влияет хондронутриент «Голд Остеопак» на работу сустава?

«Голд Остеопак» способствует нормальной работе синовиальной оболочки суставов. Его действие направлено на усиление выработки новой, качественной суставной жидкости, наполненной «родными» нутриентами. Питательные вещества-нутриенты устремляются к суставу, способствуя его эластичности и подвижности, тем самым делая движения комфортными и безболезненными. У хондронутриента «Голд Остеопак» 3 основных функции, жизненно важных для суставов: стимулирование организма на выработку собственных, «родных» нутриентов для суставов, БИОтранспорт питательных веществ напрямую к суставу и хрящу, правильная работа синовиальной оболочки. Это настоящий биореставратор Ваших суставов! С ним Ваши суставы будут вечными, как золото! А Вы сможете двигаться легко и свободно!

НОВИНКА

на рынке средств для суставов!

100% БИО

синтез, транспорт и доступность!



ЗВОНИТЕ ПО БЕСПЛАТНОМУ НОМЕРУ И УЗНАЙТЕ, ГДЕ КУПИТЬ:

8 (800) 100-55-60

* По данным опросов потребителей, проведенных в течение 2021 г. БАД. Необходима консультация специалиста. ООО «Национальный центр здоровья», СГР № КЦ.77.99.88.003.Е.004495.10.18 от 11.10.2018 г. РЕКЛАМА.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



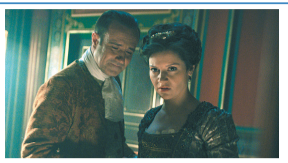
ПЕРВЫЙ



22.00 «НИКТО НЕ УЗНАЕТ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.20 Жить здорово! (16+)
10.00 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
21.00 Время
22.00 «НИКТО НЕ УЗНАЕТ». (16+)
23.00 Большая игра. (16+)
00.00 Информационный канал. (16+)
03.00 Новости
03.05 Информационный канал. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+)
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.00 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР». (16+)
Семейная жизнь Вероники и Коробнева кажется вполне счастливой. К сожалению, немолодые супруги уже не могут рассчитывать на продолжение рода, поэтому они решают завести себе собаку.
02.45 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



20.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+)

- 05.05 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СЕВЕРНЫЕ РУБЕЖИ». (16+)
10.00 Сегодня
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СЕВЕРНЫЕ РУБЕЖИ». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.45 За гранью. (16+)
17.50 ДНК. (16+)
19.00 Сегодня
20.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+)
22.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ДАЛЬНИЕ РУБЕЖИ». (16+)
23.00 Сегодня
23.30 «ПЁС». (16+)
03.25 «ПОРОХ И ДРОБЬ». (16+)

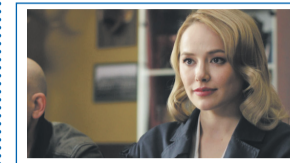
СТС



20.00 «ГАРРИ ПОТТЕР И ОРДЕН ФЕНИКСА». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 Уральские пельмени. (16+)
07.00 «Том и Джерри». (0+)
08.15 «Смывайся!». (6+)
09.55 «СТЕКЛО». (16+)
12.25 «ЛЮДИ ИКС. АПОКАЛИПСИС». (12+)
15.20 «СЁСТРЫ». (12+)
20.00 «ГАРРИ ПОТТЕР И ОРДЕН ФЕНИКСА». (16+)
Великобритания - США, 2007 г. Фэнтези. В ролях: Дэниэл Рэдклифф, Руперт Гринт, Эмма Уотсон, Гари Олман, Рэйф Файнс. Пятый учебный год Гарри в школе Хогвартс...
22.40 «ХРОНИКИ НАРНИИ. ПОКОРИТЕЛЬ ЗАРИ». (12+)
00.50 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.45 «НЕИЗВЕСТНЫЙ». (16+)
03.25 «ВОРОНИНЫ». (16+)
05.00 «6 кадров». (16+)

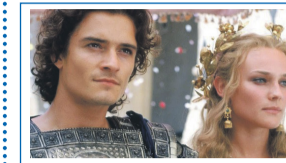
ТНТ ГУБЕРНИЯ



21.00 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА»». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «Звезды в Африке». (16+)
10.30 «Битва экстрасенсов». (16+)
12.00 «САШАТАНЯ». (16+)
15.00 «ОЛЬГА». (16+)
18.00 «ИДЕАЛЬНАЯ СЕМЬЯ». (16+)
20.00 «СЕМЬЯ». (16+)
21.00 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА»». (16+)
22.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
Даша не в восторге от спутника жизни, которого выбрала себе дочь. Чтобы убедить ее в этом, она знакомит Арину с родителями Вадима...
23.00 «БАРМЕН». (16+)
00.50 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
02.25 «Такое кино!». (16+)
02.50 «Импровизация». (16+)
03.45 «Comedy Баттл». (16+)
04.30 «Открытый микрофон». (16+)
05.20 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.00 «ТРОЯ». (16+)

- 05.00 04.35 «Территория заблуждений». (16+)
05.55 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрим утром!». (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
17.00 03.50 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «ТРОЯ». (16+)
23.25 «Неизвестная история». (16+)
00.30 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА»». (18+)
02.10 «ОСКАР». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Я твоё счастье. (16+)
05.30 Тату навсегда. (16+)
07.10 02.10 03.10 04.30 Пятница News. (16+)
07.40 На ножках. (16+)
В одном из спальных районов Москвы терпит бедствие заведение с названием «Баклажан».
11.00 Адская кухня. (16+)
17.10 «ХИЩНЫЕ ПТИЦЫ: ПОТРАСЯЮЩАЯ ИСТОРИЯ ХАРЛИ КВИНН». (16+)
19.00 Черный список. (16+)
21.20 «СЕСТРУХА». (16+)
00.30 «НА ПЯТЬДЕСЯТ ОТТЕНКОВ ТЕМНЕЕ». (18+)
02.30 Инсайдеры. (16+)
03.30 Зов крови. (16+)

Ю

- 05.00 «Папа попал». (12+)
08.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
12.55 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+)
17.00 «Мои одинаковые дети». (16+)
Семья Морозовых из Санкт-Петербурга героически справляется с трудностями свалившегося на них счастья. С пятью детьми делать даже простейшие вещи очень трудно.
20.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
03.20 «МастерШеф». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
06.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
08.30 Улётное видео. (16+)
12.00 Дорожные войны. (16+)
12.30 Дорожные войны 2.0. (16+)
13.30 Дорожные войны. (16+)
14.30 Дорожные войны 2.0. (16+)
16.00 Решала. (16+)
19.00 Охотники. (16+)
20.00 Решала. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
03.35 Улётное видео. (16+)

МИР

- 05.00, 10.20 «ЗНАХАРЬ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
13.15, 17.50, 02.35 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.05, 16.15, 03.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.05 Мировое соглашение. (16+)
19.25, 20.05 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.45, 21.35 Слабое звено. (12+)
22.30 Назад в будущее. (16+)
23.15 «СВОИ». (16+)
01.20, 01.45, 02.10 Исторический детектив. (12+)
04.50 «ЦИРК». (0+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 Отражение-1
10.00 11.45 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
12.00 13.20 Отражение-2
15.15 «Календарь». (12+)
15.50 «Свет и тени». (12+)
16.20 22.40 «Правда?». (12+)
17.00 «Формула здоровья»
17.30 «Диалоги с прошлым»
18.00 «Губернские новости»
18.15 «Заметные люди». (12+)
18.45 «Собрание сочинений». (12+)
19.30 01.00 Отражение-3
21.00 «ПОМНИТЬ». (16+)
23.20 «За дело!». (12+)
00.05 «Активная среда». (12+)

ПОБЕДА

- 04.10 «Путь к Победе». (16+)
05.10 «ВЫСОТА 89». (16+)
06.50 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
08.50 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
10.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ» (12+)
13.40 «ТРИ ДНЯ ЛЕЙТЕНАНТА КРАВЦОВА». (16+)
Командир взвода лейтенант Кравцов прибывает в действующую армию. Военная судьба, в среднем, умерла таким лейтенантом всего три дня жизни. За это время Кравцов должен стать командиром для своих солдат и повести их в безнадежную атаку...
17.00 «КОНВОЙ PQ-17» (16+)
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)
02.30 «РИОРИТА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
07.50 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
08.55 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
11.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
15.05 После школы. (6+)
15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
16.35 «Гравити Фолз». (12+)
17.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
19.05 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
19.30 «Планета сокровищ». (6+)
В детстве Джим Хокинс узнал о легенде, в которой говорилось о существовании планет с удивительными сокровищами. Маленький Джим мечтал однажды попасть туда...
21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
23.00 «Команда Мстители». (12+)
23.55 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
02.05 «Легендарная пятёрка». (6+)
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)
07.30 «Лунтик». (0+)
09.00 «Четверо в кубе». (0+)
10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
Уникальный научный проект для любознательных детей.
11.05 «Монсики». (0+)
11.35 «Котенок Шмяк». (0+)
12.40 «Дике скричеры!» (6+)
13.25 «Кошечки-собачки». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Фиксики. Новенькие». (0+)
16.25 «Барби: друзья навсегда». (0+)
16.50 «Черепашки». (0+)
17.45 «Три кота». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)
20.45 «Кошечки-собачки». (0+)
22.10 «Скай Блестерс». (6+)
22.30 «Инфинити Надо». (6+)
22.50 «Союзмультфильм» представляет: «Винни-Пух». (0+)
23.00 «Винни-Пух идёт в гости». (0+)
23.15 «Винни-Пух и день забот». (0+)
23.35 «Дед Мороз и лето». (0+)
23.50 «Петя и Красная Шапочка». (0+)
00.10 «Птичка Тари». (0+)
00.20 «Рикки-Тикки-Тави». (0+)
00.40 «Жирафа и очки». (0+)
00.50 «Нильс». (0+)
03.10 «Лунтик». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365

- 00.00 Час истины. (12+)
01.10 Достояние России. (6+)
01.45 Семь дней истории. (12+)
01.55, 06.30 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
02.40 Тайное становится явным. (12+)
03.00 Историограф. (12+)
03.45 Историода. (12+)
04.45 Морской узел. (12+)
05.20 История одной фотографии. (6+)
05.40 Историограф. (12+)
07.15 Морской узел. (12+)
07.50 Семь дней истории. (12+)
08.00 «ЕДИНИЧКА». (12+)
10.05 История одной фотографии. (6+)
10.20, 11.25 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
12.25 «ПИРОГОВ». (12+)
14.10, 15.00 Битва оружейников. (12+)
16.00 Экспедиция особого забвения. (12+)
16.50 Леонардо да Винчи. Атлантический кодекс. (12+)
17.40 Семь дней истории. (12+)
18.05, 19.00 «СТАРОЕ РУЖЬЕ». (16+)
20.00 Город с характером. (12+)
20.50, 21.55 Истории искусств. Душа памятников. (12+)
22.55 Маленькие тайны великих полотен. (12+)
23.25 Семь дней истории. (12+)
23.35 Россия научная. Великие имена. (12+)

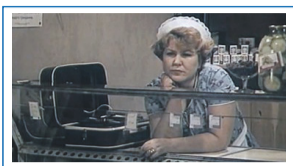
VIASAT HISTORY

- 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
06.25 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
07.15 По следам вождя гуннов Аттилы. (12+)
08.05 Расшифрованные сокровища. (12+)
08.55 Древние суперстроения: Петра. (12+)
09.50 Расшифрованные сокровища. (12+)
10.45 Древние суперстроения: Петра. (12+)
12.35, 13.35, 14.30 Шелковый путь. (12+)
15.30 Шесть королей Генриха VIII. (12+)
16.20 Расшифрованные сокровища. (12+)
17.10 Древние суперстроения. (12+)
18.10 Настоящая игра престолов. (12+)
18.55 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
19.50 Выдающиеся женщины. (12+)
20.45 Титаник: истории из глубины. (12+)
21.35 Генрих VIII. (12+)
22.25, 03.20 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+)
23.15 Музейные тайны. (12+)
00.00 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
01.00 Выдающиеся женщины. (12+)
01.50 Титаник: истории из глубины. (12+)
02.35 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)
04.05, 04.55 Древние суперстроения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00 Научные глупости. (16+)
06.30, 07.20 Невероятный доктор Пол. (16+)
08.15, 09.05 Инстинкт выживания. (16+)
10.00, 10.50 Авто-SOS. (16+)
11.45, 12.35 Дикий туец. (16+)
13.20, 14.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
15.00 Космос: возможные миры: Семь чудес Нового мира. (16+)
15.55 Космос: возможные миры: Недолгое счастье в обитаемой зоне. (16+)
16.45 Злоключения за границей: Преступление и наказание. (16+)
17.40 Европа с высоты птичьего полета: Голландия. (16+)
18.30, 18.50 Игры разума: В дороге. (16+)
19.15 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
20.05 Расследования авиакатастроф: Взлетно-посадочная полоса. (16+)
21.00, 21.55 «ГОРЯЧАЯ ЗОНА». (16+)
22.50, 23.45 Международной аэропорт Дубай. (16+)
00.35 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
01.20 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
02.25, 03.10 Космос: возможные миры. (16+)
03.55 Расследования авиакатастроф. (16+)

РОССИЯ К **К** РОССИЯ К
Культура



08.50 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ»

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00
15.00 19.30 Новости
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Невский ковчег»
- 07.35 «Вадим Шверубович»
- 08.35 14.05 16.25 21.15 02.40
Цвет времени
- 08.50 16.35 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.50 ХХ век
- 12.25 «Предки наших предков»
- 13.10 Линия жизни
- 14.15 «Мгновения Ефима Копеляна»
- 15.20 «Агора»
- 17.45 01.00 Михаил Плетнёв на VI Международном конкурсе им. П.И. Чайковского
- 18.40 «Иисус Христос»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Почерк эпохи»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «20-й блок. «Охота на зайцев»
- 21.30 «Сати. Нескучная классика...»
- 22.15 «СТРАЖА»**

ТВЦ ТВЦ



18.30 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 09.00 «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ».** (16+)
- 11.00 Городское собрание. (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.55 Город новостей
- 15.15 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА: НАСМЕШКА СУДЬБЫ» (12+)**
- 16.55 «90-е». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 Петровка, 38. (16+)
- 18.30 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ».** (12+)
- 22.00 События
- 22.40 Спецрепортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38. (16+)
- 00.45 «Удар властью». (16+)
- 01.25 «Инна Гулая и Геннадий Шпаликов. Любовь-убийство». (16+)

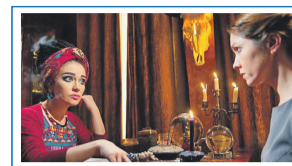
ТВ-3 ТВ-3



23.00 «МАМА». (18+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 18.30 «ШВАБРА».** (16+)
- За последние месяцы в городе было совершено 5 убийств. Все улики показывают, что преступления были совершены одним и тем же человеком. Вывод - в городе орудет маньяк.
- 20.30 «ГРИММ».** (16+)
- Джулия и Ник совершают необходимый обряд, чтобы вернуть Нику способности Гримма. В то же время в Портленде происходит несколько похищений людей. Почерк преступников одинаков: они оставляют так называемую подпись...
- 23.00 «МАМА».** (18+)
- 01.00 «БАГРОВЫЙ ПИК».** (18+)
- 03.00 Исповедь экстрасенса. (16+)
- 05.00 «Тайные знаки». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

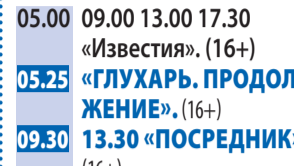
ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



13.05 «Порча». (16+)

- 06.30 «Предсказания: 2022». (16+)
- 06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.45 04.45 Давай разведёмся! (16+)
- 09.45 03.05 Тест на отцовство. (16+)
- 12.00 «Понять. Простить». (16+)
- 13.05 «Порча». (16+)
- 13.35 «Знахарка». (16+)
- 14.10 «Верну любимого». (16+)
- 14.45 «МОЯ ЛЮБИМАЯ МИШЕНЬ».** (16+)
- 19.00 «ЛЮБОВЬ МАТЕРИ».** (16+)
- 23.00 «ДЫШИ СО МНОЙ. СЧАСТЬЕ ВЗАЙМЫ».** (16+)
- 00.55 «Понять. Простить». (16+)
- 01.45 «Порча». (16+)
- 02.10 «Знахарка». (16+)
- 02.40 «Верну любимого». (16+)
- 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)

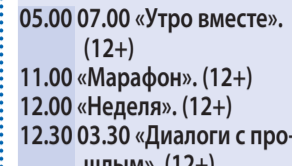
5 5-Й КАНАЛ



13.05 «Порча». (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.30
«Известия». (16+)
 - 05.25 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
 - 09.30 13.30 «ПОСРЕДНИК».** (16+)
 - 13.45 «МУЖСКИЕ КАНИКУЛЫ».** (16+)
 - 18.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3».** (16+)
 - 19.45 «СЛЕД».** (16+)
 - 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
 - 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
 - 00.30 «СЛЕД».** (16+)
 - 03.20 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)
- ★ ЗВЕЗДА**
- 05.05 «Открытый космос»
 - 07.00 «Сегодня утром». (12+)
 - 09.00 13.00 18.00 22.15
Новости дня. (16+)
 - 09.15 «ДЕЛО БЫЛО В ПЕНЬКОВЕ».** (12+)
 - 11.20 19.00 «Открытый эфир»
 - 13.25 «Не факт!» (12+)
 - 14.05 «КРАПЛЕННЫЙ».** (16+)
 - 18.45 «Спецрепортаж». (16+)
 - 20.40 «Оружие непобедимых»
 - 21.25 «Загадки века». (12+)
 - 22.30 «Между тем». (12+)
 - 22.55 «Скрытые угрозы». (16+)
 - 23.40 «12 апреля». (16+)
 - 00.30 «ЗАКОН И ПОРЯДОК».** (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 03.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 13.00 «От 7 до 17». (12+)
- 13.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ».** (16+)
- 16.30 «ОПАСНЫЕ СВЯЗИ».** (16+)
- 17.30 03.15 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 «Фабрика бизнеса». (12+)
- 18.00 «Территория успеха». (12+)
- 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 18.45 22.30 03.00 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.45 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 22.15 «#open vrn». (12+)
- 22.45 «УРГА: ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ».** (6+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 09.00 12.30 15.00 21.35
Новости
- 06.05 23.45 Все на Матч!
- 09.05 12.35 03.05 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 09.55 Профессиональный бокс. (16+)
- 10.30 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. Обзор. (0+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 12.55 «Главная дорога». (16+)
- 14.00 15.05 «АГЕНТ». (16+)
- 16.55 Хоккей. КХЛ. Финал конференции «Восток»
- 19.15 «Громко»
- 20.15 Смешанные единоборства. (16+)
- 21.40 Футбол. «Болонья» - «Сампдория». Чемпионат Италии
- 00.30 Тотальный футбол. (12+)
- 01.00 «РОЖДЕННЫЙ ЗАЩИЩАТЬ». (16+)
- 02.40 «Есть тема!» (12+)
- 03.00 Новости. (0+)
- 03.25 «Наши иностранцы». (12+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ СТРАНА

- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)
- 07.50 10.00 13.20 15.55
Новости
- 07.55 Гандбол. Кубок России. Женщины. Финал. (0+)
- 09.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 10.05 03.40 Лыжные гонки. (0+)
- 12.30 13.05 15.10 15.35 19.45
23.10 Спецрепортаж. (12+)
- 12.50 «Мой первый тренер». (12+)
- 13.25 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)
- 16.00 03.15 Неделя КХЛ (12+)
- 16.30 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
- 18.20 «Есть тема!» (12+)
- 19.15 «Парусный спорт» (16+)
- 20.00 Скачки. Открытие скакового сезона. (0+)
- 22.10 «Громко». (12+)
- 23.35 Гандбол. Кубок России. «Финал четырёх». Женщины. 1/2 финала. (0+)
- 01.00 Хоккей с мячом. Чемпионат России. Финал. (0+)
- 02.50 «Первые леди». (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Каждое утро. (16+)
- 08.30 15.00 Про-новости. Лучшее. (16+)
- 09.00 TikTok чарт. (16+)
- 10.00 16.15 02.00 Муз'итив. (16+)
- 11.00 Прогноз по году. (16+)
- 12.00 Русские хиты. Чемпионы понедельника. (16+)
- 13.30 «10 самых!» (16+)
- 14.00 Русский чарт. (16+)

- 15.35 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
- 17.35 Про-Клип. (16+)
- 17.40 18.20 Ждите ответа. (16+)
- 18.00 22.00 Про-новости. (16+)
- 19.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 20.00 Хит-сториз. (16+)
- 20.25 Наше. (16+)
- 22.20 Тор 30. (16+)
- 00.25 Муз'итив. (18+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

ТВ1000 РУССКОЕ КИНО

- 06.00, 06.40 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 07.45 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
- 10.15 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
- 12.05 «ШЕФ». (16+)
- 13.35 «ПОВАР НА КОЛЁСАХ». (12+)
- 15.40 «ЭВАН ВСЕМОГУЩИЙ». (12+)
- 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 19.00 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ИЗМЕНИЛ ВСЁ». (16+)
- 21.25 «ЗАЩИТНИК». (16+)
- 21.05 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ: ВЕЛИКОБРИТАНИЯ, АВСТРАЛИЯ, США, 2015 г.
- 23.30 «В ПОГОНЕ ЗА СЧАСТЬЕМ». (12+)
- 01.30 «МИЛЛИОНЕР ИЗ ТРУШОБ». (16+)
- 03.25 «ИСТОРИЯ ДЭВИДА КОППЕРФИЛДА». (12+)

ДОМ КИНО

- 04.40 «Ералаш». (6+)
- 05.10 «Снежная Королева». Мультфильм. (6+)
- 06.25 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 07.55 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 10.45 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 12.20 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 14.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 23.40 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 01.50 «СПИРАЛЬ». (16+)
- 03.25 «УИК-ЭНД». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

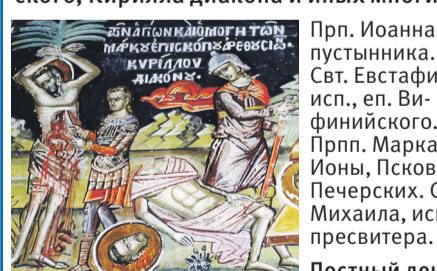
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Псалтырь. Кафизма 1. (0+)
- 05.25 Лица Церкви. (6+)
- 05.40 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Завет. (6+)
- 11.05 В поисках Бога. (6+)
- 11.35 «Свое» с Андреем Даниленко. (6+)
- 12.10 Простые чудеса. (12+)
- 13.00 23.15 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Завет. (6+)

СПАС

- 15.35 «Дорогие мои, чадца Божий!». Духовные чадца Архимандрита Иоанна (Крестьянкина). Глава 1. (0+)
- 16.35 Отец Иоанн (Крестьянкин). Обретение ближних. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 17.05, 18.40 «СИЛЬНЫЕ ДУХОМ». 1-2 серии. (12+)
- 20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.15 Апокалипсис. Глава 21. (16+)
- 23.50 Прямая линия жизни. (16+)
- 00.40 День Патриарха. (0+)
- 00.55 Следы империи. (16+)
- 02.20 В поисках Бога. (6+)
- 02.45 Профессор Осипов. (0+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

11 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица вай). Глас 1. Мчч. Марка, еп. Арефусийского, Кирилла диакона и иных многих.



Прп. Иоанна пустынноика. Свт. Евстафия исп., еп. Вифинийского. Прпп. Марка и Ионы, Псково-Печерских. Св. Михаила, исп., пресвитера.
Постный день.
Помни два помысла и бойся их. Один говорит: «ты – святой», другой: «ты не спасешься». Оба эти помысла от врага, и нет в них истины. Но ты думай: «я – великий грешник, но Господь Милостивый, Он много любит людей, и простит мне грехи мои».
Прп. Силуан Афонский

ПЕРВЫЙ



22.00 «НИКТО НЕ УЗНАЕТ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Жить здорово! (16+)
- 10.00 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 Время
- 22.00 «НИКТО НЕ УЗНАЕТ». (16+)
- 23.00 Большая игра. (16+)
- 00.00 «Байконур. Первый на планете Земля». (12+)
- 01.05 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+)
- 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР». (16+)
- Умирает пациент Ольги. Она считает себя виноватой в его гибели. Ольга просит у Стерлиговой отпуск и едет в Москву, чтобы навестить могилу бывшего мужа Михаила. Стерлигова и персонал больницы считают, что Ольга уехала навсегда.
- 02.45 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



20.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+)

- 05.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СЕВЕРНЫЕ РУБЕЖИ». (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СЕВЕРНЫЕ РУБЕЖИ». (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.45 За гранью. (16+)
- 17.50 ДНК. (16+)
- 19.00 Сегодня
- 20.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+)
- 22.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ДАЛЬНИЕ РУБЕЖИ». (16+)
- 23.00 Сегодня
- 23.30 «ПЁС». (16+)
- 03.25 «ПОРОХ И ДРОБЬ». (16+)

СТС



20.00 «ГАРРИ ПОТТЕР И ПРИНЦ-ПОЛУКРОВКА». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 Уральские пельмени. (16+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 10.40 «КОШКИ ПРОТИВ СОБАК». (0+)
- 12.20 Форт Боярд. Возвращение. (16+)
- 14.15 «РОДКОМ». (16+)
- 18.30 «СЁСТРЫ». (12+)
- 20.00 «ГАРРИ ПОТТЕР И ПРИНЦ-ПОЛУКРОВКА». (12+)
- Великобритания - США, 2009 г. Фэнтези. В ролях: Дэниел Рэдклифф, Руперт Гринт, Эмма Уотсон, Майкл Эмбон. Мир волшебников и мир маглов ощущают на себе возрастающую силу Волан-де-Морта.
- 23.00 «ДОМ СТРАННЫХ ДЕТЕЙ МИСС ПЕРЕГРИН». (16+)
- 01.25 «ЛЮСИ В НЕБЕСАХ». (18+)
- 03.20 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.15 «6 кадров». (16+)

СТС ГУБЕРНИЯ



18.00 «ИДЕАЛЬНАЯ СЕМЬЯ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 08.30 «Бузова на кухне». (16+)
- 09.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 12.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 15.00 «ОЛЬГА». (16+)
- 18.00 «ИДЕАЛЬНАЯ СЕМЬЯ». (16+)
- 20.00 «СЕМЬЯ». (16+)
- 21.00 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА»». (16+)
- 22.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
- Арина всерьез расстроена тем, что свадьба не состоялась, и не хочет признаваться в этом друзьям...
- 23.00 «ЖЕНИХ». (12+)
- 00.50 «ЗОМБОЯЩИК». (18+)
- 01.50 «Импровизация». (16+)
- 03.30 «Открытый микрофон». (16+)
- 04.10 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.00 «И ГРЯНУЛ ШТОРМ». (16+)

- 05.00 «Территория заблуждений». (16+)
- 05.55 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!»
- 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 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «И ГРЯНУЛ ШТОРМ». (16+)
- 22.15 «Водить по-русски». (16+)
- 23.25 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 00.30 «ПОД ВОДОЙ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
- 05.00 Тату навсегда. (16+)
- 06.40 02.20 04.30 Пятница News. (16+)
- 07.00 На ножах. (16+)
- Константин Ивлёв продолжает улучшать заведения Нижнего Новгорода. На этот раз шеф отправился в ресторан «Рыжая Сара». Какие проблемы обнаружит Константин в заведении? Узнаем из программы «На ножах».
- 11.00 Адская кухня. (16+)
- 13.10 Кондитер. (16+)
- 20.30 Вундеркинды. (16+)
- 23.10 Талант шоу. (16+)
- 00.20 «ЭЛЕКТРА». (16+)
- 02.50 Инсайдеры. (16+)
- Ю**
- 05.30 «Папа попал». (12+)
- 08.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
- 12.50 «Обмен женами». (16+)
- Популярное реалити о семейных ценностях возвращается на Ю! Вас ждут новые истории и новые героини со всех уголков России!
- 14.15 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+)
- 18.00 «Супермама». (16+)
- 20.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 02.10 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.35 «МастерШеф». (16+)
- ЧЕ**
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
- 08.30 Улётное видео. (16+)
- 12.00 Дорожные войны. (16+)
- 12.30 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 13.30 Дорожные войны. (16+)
- 14.30 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 16.00 Решала. (16+)
- 19.00 Охотники. (16+)
- 20.00 Решала. (16+)
- 22.00 Заступницы. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.35 Улётное видео. (16+)
- МИР**
- 06.20, 00.40 Открытый космос. (0+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости
- 10.10 «МОСКВА-КАССИОПЕЯ». (0+)
- 11.35 «ОТРОКИ ВО ВСЕЛЕННОЙ». (0+)
- 13.15, 17.50 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 19.25, 20.05 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.45, 21.35 Слабое звено. (12+)
- 22.30 Назад в будущее (16+)
- 23.15 «СВОИ». (16+)
- 02.25, 02.50, 03.15, 03.40 Исторический детектив. (12+)
- ОТР**
- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 Отражение-1
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «ПОМНИТЬ». (16+)
- 11.45 «Большая страна». (12+)
- 12.00 13.20 Отражение-2
- 15.15 «Календарь». (12+)
- 15.50 «Финансовая грамотность». (12+)
- 16.20 22.40 «Прав!Да?». (12+)
- 17.00 «Такие разные». (12+)
- 18.00 «Губернские новости»
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 18.35 «Новости дайджест»
- 18.45 «Спецрепортаж». (12+)
- 19.30 01.00 Отражение-3
- 21.00 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (12+)
- 23.25 «Активная среда». (12+)
- ПОБЕДА**
- 04.20 «Путь к Победе». (16+)
- 05.20 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
- 06.50 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
- 08.40 «РЖЕВ». (16+)
- 10.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ» (16+)
- История «танковых асов», которые во время Великой Отечественной войны встали на пути у лучших немецких генералов-стратегов и остановили натиск врага. В числе этих героев - Андрей Градов, уничтоживший вместе со своим экипажем 22 танка.
- 16.50 «ФРОНТ». (16+)
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 02.05 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- 02.50 «Я ПОДАРИЮ ТЕБЕ ПОБЕДУ». (16+)

ДЕТСКИЕ

- КАНАЛ DISNEY**
- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.50 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 14.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
- 15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 16.35 «Гравити Фолз». (12+)
- 17.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 19.05 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
- 19.30 «Тайна Красной планеты». (6+)
- Однажды вечером мальчик в сердцах заявляет, что был бы рад, если бы она исчезла из его жизни. Этой же ночью маму похищают марсиане.
- 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 23.00 «Команда Мстители». (12+)
- 23.55 «Легендарная пятёрка». (6+)
- 02.05 «Отель Трансильвания». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. (6+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Лунтик». (0+)
- 09.00 «Четверо в кубе». (0+)
- 10.45 «Букварий». (0+)
- 11.05 «Монскики». (0+)
- 11.35 «Котёнок Шмяк». (0+)
- Мультсериал о необычной дружбе чёрного котёнка Шмяка и мышонка Сырника.
- 12.40 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.25 «Ник-изобретатель». (0+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 16.25 «Барби: друзья навсегда». (0+)
- 16.50 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 19.00 Семейное кино. «Белка и Стрелка. Звёздные собаки». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 Семейное кино. «Белка и Стрелка. Лунные приключения». (0+)
- 22.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 22.10 «Скай Бластерс». (6+)
- 22.30 «Ивешка из Дворца пионеров». (0+)
- 22.50 «Союзмультфильм» представляет: «Тайна третьей планеты». (0+)
- 23.40 «Ивашка из Дворца пионеров». (0+)
- 23.50 «Катерок». (0+)
- 00.00 «Каникулы Бонифация». (0+)
- 00.20 «Дюймовочка». (0+)
- 00.50 «Нильс». (0+)
- 03.10 «Лунтик». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365 ДНЕЙ ТВ**
- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.10 Достояние России. (6+)
- 01.45 Семь дней истории. (12+)
- 01.55, 06.30 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
- 02.40 Тайное становится явным. (12+)
- 03.00, 05.40 Историограф. (12+)
- 03.45 Историада. (12+)
- 04.45, 07.15 Морской узел. (12+)
- 05.20 История одной фотографии. (6+)
- 07.50 Семь дней истории. (12+)
- 08.00, 09.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
- 10.00 «ПИРОГОВ». (12+)
- 11.50 Семь дней истории. (12+)
- 12.00, 12.45 Битва оружейников. (12+)
- 13.35 Экспедиция особого забвения. (12+)
- 14.30 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 14.55 Звезда и смерть графа Вронского. (12+)
- 15.45 Семь дней истории. (12+)
- 16.00 Битва ставок. (12+)
- 16.45 Великие изобретатели. (12+)
- 17.25 Семь дней истории. (12+)
- 17.40 Великие изобретатели. (12+)
- 18.10 «СТАРОЕ РУЖЬЕ» (16+)
- 19.05 «ИСАЕВ». (16+)
- 20.00 Секреты истории (12+)
- 22.10 Маленькие тайны великих полотен. (12+)
- 22.45, 23.15 Мифы Древней Греции. (12+)
- VIASAT HISTORY**
- 06.05, 06.30 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.55 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
- 07.45 Настоящая игра престолов. (12+)
- 08.30 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 09.20 Древние суперстроения. (12+)
- 10.15 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 11.05 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
- 12.05 Древние суперстроения. (12+)
- 13.00 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 13.45 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)
- 14.40 Анна Болейн: арест, суд и казнь: Суд. (16+)
- 15.30 Шесть королей Генриха VIII. (12+)
- 16.20 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 17.10 Древние суперстроения: Мачу-Пикчу. (12+)
- 18.10 Настоящая игра престолов. (12+)
- 19.00 Шелковый путь. (12+)
- 19.55 Выдающиеся женщины: Индира Ганди. (12+)
- 21.00, 02.25 Древние конструкции. (12+)
- 21.55 Древние суперстроения: Анкор-Ват. (12+)
- 22.55 Мегалис. (12+)
- 23.55 Музейные тайны. (12+)
- 00.40 Шелковый путь. (12+)
- 01.35 Выдающиеся женщины: Индира Ганди. (12+)
- 03.15, 05.05 Древние суперстроения. (12+)
- 04.10 Мегалис: секреты древнего мира. (12+)
- NATIONAL GEOGRAPHIC NG**
- 06.00 Невероятный доктор Пол. (16+)
- 06.45 Сделать за один день. (16+)
- 07.10 Невероятный доктор Пол. (16+)
- 08.05 Инстинкт выживания: Ад в саванне. (16+)
- 08.55 Инстинкт выживания: Враждебный каньон. (16+)
- 09.50, 10.40 Авто-SOS. (16+)
- 11.35, 12.25 Дикий туец. (16+)
- 13.10 Расследования авиакатастроф: Попали в пекло. (16+)
- 14.00 Расследования авиакатастроф: Крушение под кронами. (16+)
- 14.50, 15.50 «МАРС». (16+)
- 16.45 «ГОРЯЧАЯ ЗОНА». (16+)
- 17.40 Европа с высоты птичьего полета: Великобритания. (16+)
- 18.30, 18.50 Игры разума: В дороге. (16+)
- 19.15 Миссия: К Плутону и дальше. (16+)
- 20.05 Суперсооружения: чудеса инженерии: Космическая станция. (16+)
- 21.00, 21.50 Авто-SOS. (16+)
- 22.45, 23.35 Международный аэропорт Дубай. (16+)
- 00.30 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
- 01.15 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
- 02.00, 02.50 «МАРС». (16+)
- 03.40 Авто-SOS. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМОМУ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНУ. Сериллы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам старше 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам старше 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура

ТВЦ

ТВ-3

ТВ-3

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

ДОМАШНИЙ

5

5-Й КАНАЛ

ТВ ГУБЕРНИЯ

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



22.15 «СТРАЖА»

06.30 07.00 07.30 08.20 10.00
15.00 19.30 Новости
06.35 «Пешком...»
07.05 «Русский стиль»
07.35 18.40 «Иисус Христос»
08.25 Легенды мирового кино
08.50 16.35 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 ХХ век
12.00 00.35 «Роман в камне»
12.30 «Предки наших предков»
13.15 «Первые в мире»
13.30 «Игра в бисер»
14.10 «Верхняя точка»
15.20 «Эрмитаж»
15.50 «Сати. Нескучная классика...»
17.45 01.05 Михаил Плетнёв и Российский национальный оркестр
18.30 02.35 Цвет времени
19.45 Главная роль
20.05 «Почерк эпохи»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Орбитальный бастион»
21.30 «Белая студия»
22.15 «СТРАЖА»



18.30 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ-2». (12+)

06.00 «Настроение»
08.40 «Доктор И...» (16+)
09.10 «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ», (16+)
11.05 Петровка, 38. (16+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ», (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.55 Город новостей
15.15 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА: УЖИН НА ШЕСТЕРЫХ» (12+)
16.55 «90-е. Выпить и закусить». (16+)
17.50 События
18.10 Петровка, 38. (16+)
18.30 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ-2», (12+)
22.00 События
22.40 «Закон и порядок». (16+)
23.10 «Назад в СССР. Космическая мечта». (12+)
00.00 События 25-й час
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Приговор». (16+)
01.30 «Прощание». (16+)



23.00 «ОМЕН: ПЕРЕРОЖДЕНИЕ». (18+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
18.30 «ШВАБРА», (16+)
Виталий Боровой - аспирант кафедры математики - найден мертвым. Предварительно его пытали, а потом сбросили с большой высоты. В квартире убитого обнаружены листы с математическими выкладками.
20.30 «ГРИММ», (16+)
Ник решает рассказать Ву всю правду и привозит его в лес, в трейлер своей тетушки. Розали с Монро собираются в свадебное путешествие, но Монро похищает Орден чистой крови. Ник пытается выяснить, где Орден держит похищенного.
23.00 «ОМЕН: ПЕРЕРОЖДЕНИЕ», (18+)
01.00 «ШАКАЛ», (18+)
02.45 Исповедь экстрасенса. (16+)
05.15 «Тайные знаки». (16+)



12.05 «Понять. Простить». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.50 04.45 Давай разведёмся! (16+)
09.55 Тест на отцовство. (16+)
12.05 «Понять. Простить». (16+)
13.10 «Порча». (16+)
13.40 «Знахарка». (16+)
14.15 «Верну любимого». (16+)
14.50 «МОЯ ЧУЖАЯ ДОЧКА», (16+)
19.00 «СЕМЕЙНЫЙ ПОРТРЕТ», (16+)
23.00 «ДЫШИ СО МНОЙ. СЧАСТЬЕ ВЗАИМЫ», (16+)
00.55 «Понять. Простить». (16+)
01.45 «Порча». (16+)
02.10 «Знахарка». (16+)
02.40 «Верну любимого». (16+)
03.05 Тест на отцовство. (16+)
05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)

05.00 09.00 13.00 17.30
«Известия». (16+)
05.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ», (16+)
07.00 «ВЕТЕР СЕВЕРНЫЙ», (16+)
09.30 13.30 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ», (16+)
18.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3», (16+)
19.45 00.30 «СЛЕД», (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4», (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
03.20 «ДЕТЕКТИВЫ», (16+)



ЗВЕЗДА

05.20 14.05 «КРАПЛЕННЫЙ»
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 22.15
Новости дня. (16+)
09.25 18.45 «Специальный репортаж». (16+)
09.40 «ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИХЕ», (12+)
11.20 19.00 «Открытый эфир»
13.25 «Не факт!» (12+)
20.40 «Оружие непобедимых»
21.25 «Улика из прошлого»
22.30 «Между тем». (12+)
22.55 «Легенды армии». (12+)
23.40 «Гагарин». (16+)
00.45 «ЗАКОН И ПОРЯДОК», (16+)

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ», (16+)
12.00 «Фабрика бизнеса». (12+)
12.15 «В тени чемпионов». (12+)
12.30 «Точка.ру». (12+)
13.00 16.30 «ОПАСНЫЕ СВЯЗИ», (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Полицейский вестник». (12+)
18.15 22.30 «Эксперт». (12+)
18.30 01.30 04.30 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 00.30 03.30 «Специальный репортаж». (12+)
20.30 22.00 01.00 03.00 «Футбол губернии». (12+)
22.45 «НА БЕРЕГУ МЕЧТЫ», (12+)
История рассказывает о вернувшемся раненым из Чечни молодом парне и одинокой, брошенной девочке, в которой герой видит свою сестру...

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ ТВ МАТЧ СТРАНА МАТЧ СТРАНА
06.00 09.00 12.30 15.00 18.00
Новости
06.05 18.05 21.15 00.00 Все на Матч!
09.05 «ПРОКЛЯТЫЙ ЮНАЙТЕД», (16+)
11.00 Еврофутбол. Обзор. (0+)
11.30 «Есть тема!»
12.35 03.05 Специальный репортаж. (12+)
12.55 «Главная дорога». (16+)
14.00 15.05 «АГЕНТ», (16+)
17.00 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. Обзор. (0+)
18.30 Хоккей. КХЛ. Финал конференции «Запад»
21.45 Футбол. «Реал» (Мадрид, Испания) - «Челси» (Англия). Лига чемпионов. 1/4 финала. Прямая трансляция
00.45 Футбол. «Бавария» (Германия) - «Вильярреал» (Испания). Лига чемпионов. 1/4 финала. (0+)
02.40 «Есть тема!» (12+)
03.00 Новости. (0+)
06.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
07.50 10.00 13.20 15.55 Новости
07.55 «Громко». (12+)
08.50 «Парусный спорт» (16+)
09.15 «Первый тренер» (12+)
09.30 Неделя КХЛ. (12+)
10.05 23.55 Гандбол. Кубок России. Женщины. 1/2 финала. (0+)
11.30 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)
13.25 Смешанные единоборства. (16+)
15.05 21.25 «бхб». (0+)
15.35 Спецрепортаж. (12+)
16.00 03.55 Скачки. Открытие скакового сезона. (0+)
18.10 Спецрепортаж. (12+)
18.30 «Есть тема!» (12+)
19.25 Баскетбол. Единая Лига ВТБ
21.50 Баскетбол. Чемпионат России. Премьер-Лига. Женщины. 1/2 финала (0+)
01.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
02.50 «Мама в игре». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 **TV1000** **TV1000**
05.25, 06.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
06.55, 04.20 «Эмоджи фильм». Мультфильм. (6+)
08.25 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ИЗМЕНИЛ ВСЁ». (16+)
10.50 «ЗАЩИТНИК». (16+)
13.00 «МИЛЛИОНЕР ИЗ ТРУЩОБ». (16+)
15.10 «ИСТОРИЯ ДЭВИДА КППЕРФИЛДА». (12+)
17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00 «ПОВАР НА КОЛЁСАХ». (12+)
США, 2014 г.
21.05 «ШЕФ». (16+)
22.35 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)
00.30 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
02.25 «В ПОГОНЕ ЗА СЧАСТЬЕМ». (12+)
05.40 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
08.25 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (12+)
10.30 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ: СХВАТКА». (12+)
12.15 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
13.55 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
15.25 «ГОЛОСА БОЛЬШОЙ СТРАНЫ». (6+)
17.10, 17.40, 18.05, 18.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
19.00 «ГЛАВНЫЙ». (6+)
20.55 «КОРОЛЁВ». (12+)
23.05 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (6+)
01.00 «ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
02.30 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (12+)
03.50 «ВОЙНА ПОЛОВ». (16+)
ДОМ КИНО **ДОМ КИНО**
05.00 «Ералаш». (6+)
06.00 «Снежная Королева-2: Перезаморозка». (6+)
07.10 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
08.35 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
09.50 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (6+)
11.20 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
12.35 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
14.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.40 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
Россия, 2017 г.
02.05 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (12+)
03.55 «КОСМОС КАК ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)
СУББОТА! **СУББОТА!**
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
11.50, 12.40, 13.30, 14.20, 15.10 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.40 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
19.30, 20.20, 21.20, 22.10 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.00 Суббота news 2022. (16+)
23.10, 00.10 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
01.00, 02.00, 02.40 Топ-модель по-американски. (16+)
03.20, 04.00 Богиня шопинга. Экстремальный сезон. (16+)
04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ.** **ФЕНИКС ПЛЮС**
00.55 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ В ЛАС-ВЕГАСЕ». (16+)
03.05 «МАЙКЛ». (16+)
05.00 «ЖИЗНЬ, КАК ОНА ЕСТЬ». (12+)
07.05 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА». (12+)
08.50 «НЕЧЕГО ТЕРЯТЬ». (16+)
10.40 «ВЫШИБАЛА». (18+)
12.15 «БЛОНДИНКА В ЗАКОНЕ-2». (12+)
14.00 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ». (12+)
15.55 «УБОЙНЫЙ ФУТБОЛ». (16+)
17.50 «КРАСОТКИ В БЕГАХ». (16+)
19.30 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (12+)
21.35 «ЗАМУЖ НА ДВА ДНЯ». (12+)
23.35 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
07.10 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)
08.05 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ». (16+)
09.45 «ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ К ЗВЕЗДАМ». (12+)
12.25 «ГОСТЬЯ ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
20.00 «КИН-ДЗА-ДЗА!». (12+)
22.25 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
Россия, 2017 г. В ролях: Евгений Миронов, Константин Хабенский
00.55 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
02.25 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
03.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
05.20 «ЧАРОДЕИ». (12+)
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)
13.00, 21.00, 05.00 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ». (16+)
Сериал. Мелодрама, драма, Россия, 2011 г. В ролях: Дмитрий Дюжев, Карина Андоленко, Екатерина Вулиценко, Сергей Стрельников, Нина Касторф
14.00, 22.00, 06.00 «ИЗМЕНА». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
04.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
09.50 «КУХНЯ». (16+)
16.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
Сериал. Комедия, Россия, 2009 г.
Лёня устраивается на работу в МЧС. Вот только его мечты о героическом спасении людей не сбываются. Он простой инструктор по безопасности, максимум которого - это снять кошку с дерева. Впрочем, и эта задача оказывается для Лёни непосильной...
21.40 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
01.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
05.15 «Три кота». Мультсериал. (0+)

МУЗЫКА

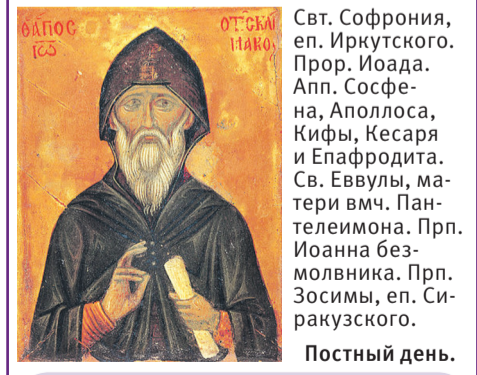
МУЗ-ТВ
05.00 07.00 Каждое утро. (16+)
06.40 08.40 15.00 18.00 22.00
Про-новости. (16+)
09.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
10.00 01.30 Муз'итив. (16+)
11.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
12.00 20.30 Русские хиты. Чемпионы вторника. (16+)
13.30 04.40 Хит-сториз. (16+)
14.00 TikTok чарт. (16+)
15.20 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
16.00 Лайкер. (16+)
17.00 17.40 18.20 Check-In на Муз-ТВ. (16+)
17.35 Про-Клип. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 «10 самых!» (16+)
22.20 Тор 30 - Крутяк недели. (16+)
00.25 Наше. (18+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС **СПАС**
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Псалтырь. Кафизма 2. (0+)
05.20 В поисках Бога. (6+)
05.55 Дом. К 10-летию Пятигорской и Черкесской епархии. (0+)
06.30 И будут двое. (0+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Завет. (6+)
11.05 Апокалипсис. Глава 21. (16+)
12.15 Профессор Осипов. (0+)
12.45 Золотое кольцо. Переославь. (0+)
13.00, 23.15 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Завет. (6+)
15.35 «Дорогие мои, чада Божии!». Духовные чада Архимандрита Иоанна (Крестьянкина). Глава 2. (0+)
16.40 Победоносец. (0+)
17.35 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ»». (0+)
19.15 «ГЛАВНЫЙ КОНСТРУКТОР». 1 серия. (12+)
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.15 Апокалипсис. Глава 22. (16+)
23.50 Служба спасения семьи. (16+)
00.40 День Патриарха. (0+)
00.50 Якутии небесный покровитель. (0+)
01.15 Следы империи. (16+)
02.45 Щипков. (12+)
03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

12 апреля Седмица 6-я Великого поста (седмица вай). Глас 1. Прп. Иоанна Лествичника.



Свт. Софрония, еп. Иркутского. Прор. Иоада. Апп. Сосфена, Аполлоса, Кифы, Кесаря и Епафродита. Св. Еввулы, матери вмч. Пантелеимона. Прп. Иоанна безмолвника. Прп. Зосимы, еп. Сиракузского. Постный день. Душа в теле, в душе - ум, в уме - слово, коими созерцаемый и прославляемый Бог обессмертивает душу, даруя ей нетление и наслаждение вечное. Прп. Антоний Великий

ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН
 22.00 «НИКТО НЕ УЗНАЕТ». (16+)	 21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+)	 20.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+)	 20.00 «ГАРРИ ПОТТЕР И ДАРЫ СМЕРТИ. ЧАСТЬ 1». (16+)	 00.40 «ОТЕЛЬ «БЕЛГРАД». (12+)	 20.00 «СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)		
05.00 Телеканал «Доброе утро» 09.00 Новости 09.20 Жизнь здорово! (16+) 10.00 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.20 Информационный канал. (16+) 21.00 Время 22.00 «НИКТО НЕ УЗНАЕТ». (16+) 23.00 Большая игра. (16+) 00.00 Информационный канал. (16+) 03.00 Новости 03.05 Информационный канал. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «Кто против?» (12+) 17.00 Вести 17.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+) 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 01.00 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР». (16+) В городскую полицию приходит ориентировка - из ближайшей зоны сбежали двое заключённых. Бывший водитель скорой Игорёк и муж Ларисы Сергей направляются в соседний посёлок. Сергей отправывается у Игорька и едет навестить свою бабушку. 02.45 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)	04.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+) 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.00 Сегодня 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+) 10.00 Сегодня 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+) 13.00 Сегодня 13.25 Чрезвычайное происшествие 14.00 Место встречи 16.00 Сегодня 16.45 За гранью. (16+) 17.50 ДНК. (16+) 19.00 Сегодня 20.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+) 22.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ДАЛЬНИЕ РУБЕЖИ». (16+) 23.00 Сегодня 23.30 «ПЁС». (16+) 03.30 «ПОРОХ И ДРОБЬ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.05 «Три кота». (0+) 06.15 Уральские пельмени. (16+) 07.00 «Том и Джерри». (0+) 10.15 «ХРОНИКИ СПАЙДЕРВИКА». (12+) 12.05 Форт Боярд. Возвращение. (16+) 14.15 «РОДКОМ». (16+) 18.30 «СЁСТРЫ». (12+) 20.00 «ГАРРИ ПОТТЕР И ДАРЫ СМЕРТИ. ЧАСТЬ 1». (16+) Великобритания - США, 2010 г. Фэнтези. В ролях: Дэниэл Рэдклифф, Руперт Гринт, Эмма Уотсон. Гарри, Рон и Гермиона отправляются в рискованное путешествие. Необходимо найти и уничтожить тайные источники бессмертия и могущества Волан-де-Морта - Крестражи. 22.45 «ДАМБО». (6+) 00.55 «НЕИЗВЕСТНЫЙ». (16+) 02.45 «ВОРОНИНЫ». (16+) 05.05 «6 кадров». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 09.00 «Битва экстрасенсов». (16+) 12.00 «САШАТАНЯ». (16+) 15.00 «ОЛЬГА». (16+) 18.00 «ИДЕАЛЬНАЯ СЕМЬЯ». (16+) 20.00 «СЕМЬЯ». (16+) 21.00 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА». (16+) 22.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) Миша встречает 45-й день рождения в одиночестве, но больше всего его раздражает, что все остальные бурно отмечают юбилей в беседе... 23.00 «НАША RUSSIA: ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+) 00.40 «ОТЕЛЬ «БЕЛГРАД». (12+) 02.30 «Импровизация». (16+) 03.15 «Comedy Баттл». (16+) 04.05 Открытый микрофон. Дайджест. (16+) 05.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	05.00 «Территория заблуждений». (16+) 05.55 04.35 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Засекреченные списки». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+) 22.00 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «24 ЧАСА НА ЖИЗНЬ». (18+)		

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
05.00 Тату навсегда. (16+) 06.40 01.40 04.00 Пятница News. (16+) 07.00 13.00 На ножах. (16+) Ресторан национальной кухни «Волак» когда-то был успешным заведением в Казани. Но со временем он потерял всех посетителей. Владельцы ресторана берут кредиты, чтобы выдать персоналу зарплату. 11.00 Адская кухня. (16+) 22.10 Молодые ножи. (16+) 23.40 «СОРВИГЛОВА». (16+) 02.10 Инсайдеры. (16+) 04.30 Зов крови. (16+)	06.00 Улётное видео. (16+) 06.30 «ВОРОНИНЫ». (16+) 07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+) 08.30 Улётное видео. (16+) 12.00 Дорожные войны. (16+) 12.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 13.30 Дорожные войны. (16+) 14.30 Дорожные войны 2.0. (16+) 16.00 Решала. (16+) 19.00 Охотники. (16+) 20.00 Решала. (16+) 22.00 Заступницы. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 03.35 Улётное видео. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 ОТражение-1 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости 10.10 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (12+) 11.45 «Большая страна». (12+) 12.00 13.20 ОТражение-2 15.15 «Календарь». (12+) 15.50 «Активная среда». (12+) 16.20 22.40 «Правь Да?» (12+) 17.00 «Открытая наука» 17.30 «Спецрепортаж». (12+) 18.00 «Губернские новости» 18.15 «Вечер вместе». (12+) 18.45 «Здоровый интерес» 19.30 01.00 ОТражение-3 21.00 «МНЕ НЕ БОЛЬНО». (16+) 23.25 «Гамбургский счёт» 23.50 «Титаник». (12+)	04.20 «Путь к Победе» (16+) 05.20 «72 ЧАСА». (16+) 07.00 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+) 09.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+) 10.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ» (12+) 13.50 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) 17.00 «ГЕТЕРЫ МАЙОРА СОКОЛОВА». (16+) Сентябрь 1939 года. Начало второй мировой войны. В Крым приезжает майор советской разведки Соколов. Его главная цель - выявить агентурную сеть террористической антисоветской организации РОВС. 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «КРАЙ». (16+) 03.00 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)
Ю	МИР	Победа	ПОБЕДА
05.40 «Папа попал». (12+) 08.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+) 11.00 «Дом-2. Lite». (16+) 12.50 «Обмен женами». (16+) 14.15 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+) Кто-то пытается доказать свой авторитет ремнем и криком, а кто-то - завоевать любовь ребенка подарками и вечным потаканием капризам. 18.00 «Супермама». (16+) 20.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+) 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 03.20 «МастерШеф». (16+)	05.00 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (0+) 05.45, 10.10 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (12+) 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости 13.15, 17.50, 03.40 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+) 17.05 Мировое соглашение. (16+) 19.25, 20.05 Телеигра «Игра в кино». (12+) 20.45, 21.35 Слабое звено. (12+) 22.30 Назад в будущее. (16+) 23.15 «СВОИ». (16+) 00.40 Открытый космос. (0+) 02.25, 02.50, 03.15 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (12+)	04.20 «Путь к Победе» (16+) 05.20 «72 ЧАСА». (16+) 07.00 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+) 09.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+) 10.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ» (12+) 13.50 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) 17.00 «ГЕТЕРЫ МАЙОРА СОКОЛОВА». (16+) Сентябрь 1939 года. Начало второй мировой войны. В Крым приезжает майор советской разведки Соколов. Его главная цель - выявить агентурную сеть террористической антисоветской организации РОВС. 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «КРАЙ». (16+) 03.00 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)	04.20 «Путь к Победе» (16+) 05.20 «72 ЧАСА». (16+) 07.00 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+) 09.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+) 10.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ» (12+) 13.50 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) 17.00 «ГЕТЕРЫ МАЙОРА СОКОЛОВА». (16+) Сентябрь 1939 года. Начало второй мировой войны. В Крым приезжает майор советской разведки Соколов. Его главная цель - выявить агентурную сеть террористической антисоветской организации РОВС. 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «КРАЙ». (16+) 03.00 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

СерIALы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ	КАРУСЕЛЬ
05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+) 05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+) 06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.25 «Чудеса на виражах». (0+) 07.50 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 08.55 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+) 11.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 14.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+) 15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+) 16.35 «Гравити Фолз». (12+) 17.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 19.05 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+) 19.30 «Цыпленок Цыпа». (0+) Когда небо начинает падать на Землю, в бой с природным катаклизмом вступают маленький Цыпленок Цыпа и его странные друзья - утка Ути-Тьюти и поросенок Хрюнь-Манюнь... 21.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 23.00 «Команда Мстители». (12+) 23.55 «Отель Трансильвания». (12+) 02.05 «Амфибия». (12+) 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние пташки. «Подсказки Бюльки для всех», «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Лунтик». (0+) 09.00 «Четверо в кубе». (0+) 10.45 «Игра с умом». (0+) Антонимы и синонимы, двусложные согласные и безударные гласные, словосочетания и целые тексты... Скажете, что это скучно? Все нет, потому что это повод посоревноваться в игре о невероятно интересном русском языке! 11.05 «Монски». (0+) 11.35 «Котенок Шмяк». (0+) 12.40 «Длинные скриперы!» (6+) 13.25 «Ник-изобретатель». (0+) Это весёлые истории про мальчика-изобретателя и его удивительных роботов! 14.00 «Навигатор. Новости». (0+) 14.10 «Супер МЯУ». (0+) 16.25 «Барби: друзья навсегда». (0+) 16.50 «Малышарики идут в детский сад». (0+) 18.30 «Барбоскины». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Деревьяшки». (0+) 22.10 «Скай Бластерс». (6+) 22.30 «Инфинити Надо». (6+) Приключения друзей, которые мастерски сражаются в игре под названием Надо. 22.50 «Союзмультфильм» представляет: «Ну, погоди!» (0+) 00.50 «Нильс». (0+) 03.10 «Лунтик». (0+)	05.00 Час истины. (12+) 01.10 Достояние России. (6+) 01.45, 07.50, 11.45, 15.25, 17.25 Семь дней истории. (12+) 01.50, 06.30 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+) 02.40 Тайное становится явным. (12+) 03.00, 05.40 Историограф. (12+) 03.45 Историада. (12+) 04.45, 07.15 Морской узел. (12+) 05.20 История одной фотографии. (6+) 08.00, 08.45 Битва оружейников. (12+) 09.35 Экспедиция особого задания. (12+) 10.30 Россия научная. Великие имена. (12+) 10.55 Звезда и смерть графа Вронского. Сербский гамбит. (12+) 12.00 Город с характером. (12+) 12.50, 13.55 Истории искусства. Душа памятников. (12+) 14.55 Маленькие тайны великих полотен. (12+) 15.35 Россия научная. Великие имена. (12+) 16.00 Битва ставок. (12+) 16.45 Великие изобретатели. (12+) 17.40 Жил-был Дом. (6+) 18.10, 19.05 «ИСАЕВ». (16+) 20.00 Нюрнберг. (12+) 20.50 Первая мировая (12+) 21.55, 22.50 Апокалипсис. Нескончаемая война 1918-1926. (16+) 23.45 Обыкновенная история. (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC	NG
06.15 Шелковый путь. (12+) 07.10 Настоящая игра престолов. (12+) 07.55 Расшифрованные сокровища. (12+) 08.50 Древние суперстроения: Мачу-Пикчу. (12+) 09.45 Расшифрованные сокровища. (12+) 10.35 Шелковый путь. (12+) 11.35 Древние суперстроения: Мачу-Пикчу. (12+) 12.35 Древние конструкторы: Великая китайская стена. (12+) 13.30 Древние суперстроения: Ангкор-Ват. (12+) 14.30 Мегалополи: секреты древнего мира: Александрия. (12+) 15.30 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+) 16.20 Расшифрованные сокровища: Карта сокровищ Мертвого моря. (12+) 17.15 Древние суперстроения: Лувр. (12+) 18.15 Настоящая игра престолов: Игра альянсов. (12+) 19.00 Шелковый путь. (12+) 19.55 Выдающиеся женщины: Агата Кристи. (12+) 20.55, 21.45, 22.40 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюджес. (12+) 23.35 Музейные тайны: Кости Бена Франклина. (12+) 00.20 Шелковый путь. (12+) 01.15 Выдающиеся женщины: Беттани Хьюджес. (12+) 02.05, 02.55, 03.45 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюджес. (12+) 04.30 Древние суперстроения: Мачу-Пикчу. (12+)	06.00 Научные глупости. (16+) 06.25, 07.15 Невероятный доктор Пол. (16+) 08.05 Инстинкт выживания: Засада в джунглях. (16+) 09.00 Инстинкт выживания: Свадьба война. (16+) 09.50, 10.45 Авто-SOS. (16+) 11.35, 12.25 Дикий туец. (16+) 13.15 Расследования авиакатастроф: За миг до посадки. (16+) 14.05 Расследования авиакатастроф: Крошечная тьма. (16+) 14.55, 15.50 «МАРС». (16+) 16.45 Авто-SOS. (16+) 17.40 Европа с высоты птичьего полета: Польша. (16+) 18.30, 18.50 Игры разума: В дороге. (16+) 19.20 Расследования авиакатастроф: Специальный выпуск: Трагедия при взлете. (16+) 20.10 Аляска: Новое поколение. (16+) 21.00, 21.50 Дикий туец. (16+) 22.40, 23.30 Международный аэропорт. (16+) 00.20 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+) 01.05 Служба безопасности аэропорта. (16+) 01.50, 02.40 «МАРС». (16+) 03.30 Дикий туец. (16+) 04.10 Труднейший в мире ремонт. (16+) 05.00, 05.25 Игры разума. (16+) 05.35 Научные глупости. (16+)		

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

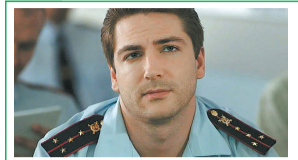
РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



20.30 «Спокойной ночи, малыши!»

- 06.30 07.00 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.30
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Русский стиль»
07.35 18.40 «Иисус Христос»
08.25 Легенды мирового кино
08.50 16.35 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 XX век
12.10 18.25 «Забывтое ремесло»
12.30 «Предки наших предков»
13.15 «Первые в мире»
13.30 Искусственный отбор
14.15 «Острова»
15.20 «Библейский сюжет»
15.50 «Белая студия»
17.45 00.50 Михаил Плетнёв. Концерт
19.45 Главная роль
20.05 «Почерк эпохи»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Абсолютный слух
21.30 Власть факта
22.15 «СТРАЖА»
23.00 «Доверенное лицо истории»

ТВЦ



18.30 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: ХАМЕЛЕОН». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.35 «Доктор И...» (16+)
09.05 «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ». (16+)
11.05 Петровка, 38. (16+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
13.35 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.55 Город новостей
15.15 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА: СМЕРТЬ НА ЗЕЛЁНОМ ОСТРОВЕ». (12+)
16.55 «90-е. Звёздное достоинство». (16+)
17.50 События
18.10 Петровка, 38. (16+)
18.30 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: ХАМЕЛЕОН». (12+)
22.00 События
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.10 «Приговор». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «90-е. Вашингтонский обком». (16+)
01.30 «Знак качества». (16+)

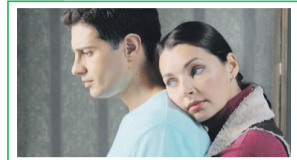
ТВ-3



23.00 «ПОЛТЕРГЕЙСТ». (18+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
18.30 «ШВАБРА». (16+)
Из квартиры Швабры похищают сына Вершинина Виктора. Похитители требуют от Анны Николаевны доказательство гипотезы Римана. Срок - 3 дня. Если она не успеет - мальчика убьют. Но что собой представляет эта гипотеза и что дает ее доказательство.
«ГРИММ». (16+)
В Портленде происходит череда заказных убийств. Как удастся выяснить Нику с друзьями, убийца-мантикора. И скорее всего к убийствам имеет отношение Совет.
23.00 «ПОЛТЕРГЕЙСТ». (18+)
01.00 «ОТ КОЛЫБЕЛИ ДО МОГИЛЫ». (16+)
02.30 «ДЕЖУРНЫЙ АНГЕЛ». (16+)

ДОМАШНИЙ



22.50 «ДЫШИ СО МНОЙ. СЧАСТЬЕ ВЗАИМЫ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
09.00 Давай разведёмся! (16+)
10.00 Тест на отцовство. (16+)
12.15 «Понять. Простить». (16+)
13.20 «Порча». (16+)
13.50 «Знахарка». (16+)
14.25 «Верну любимого». (16+)
15.00 «ЛЮБОВЬ МАТЕРИ». (16+)
19.00 «ЧУЖОЙ ГРЕХ». (16+)
22.50 «ДЫШИ СО МНОЙ. СЧАСТЬЕ ВЗАИМЫ». (16+)
01.30 «Понять. Простить». (16+)
02.20 «Порча». (16+)
02.45 «Знахарка». (16+)
03.15 «Верну любимого». (16+)
03.40 Тест на отцовство. (16+)
05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.30
«Известия». (16+)
05.25 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+)
07.55 09.30 13.30 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+)
18.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
19.45 «СЛЕД». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.20 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 05.15 14.05 03.45 «КРАПЛЕННЫЙ»**. (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 22.15
Новости дня. (16+)
09.15 «ЧУЖАЯ РОДНЯ». (12+)
11.20 19.00 «Открытый эфир». (12+)
13.25 «Не факт!» (12+)
18.45 «Спецрепортаж». (16+)
20.40 «Оружие непобедимых»
21.25 «Секретные материалы». (16+)
22.30 «Между тем». (12+)
22.55 «Главный день». (16+)
23.40 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
12.00 04.00 «Такие разные». (12+)
13.00 16.30 «ОПАСНЫЕ СВЯЗИ». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
14.30 18.30 «#open vrp». (12+)
14.45 «Эксперт». (12+)
17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
18.00 00.45 «Футбол губернии». (12+)
18.45 22.00 01.45 «В тени чемпионов». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.15 03.00 «Формула здоровья». (12+)
20.30 00.15 «Заметные люди». (12+)
22.45 «ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО». (12+)
Фильм о жизни и гибели великого советского драматурга Александра Вампилова. В 1972 он едет на Байкал, чтобы купить дом на озере...
01.15 «Специальный репортаж». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ**
06.00 09.00 12.30 15.00 Новости
06.05 16.05 19.15 21.25 00.00
Все на Матч!
09.05 «АНДЕРДОГ». (16+)
11.00 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (0+)
11.30 «Есть тема!»
12.35 Спецрепортаж. (12+)
12.55 «Главная дорога». (16+)
14.00 15.05 «ПРОКЛЯТЫЙ ЮНАЙТЕД». (16+)
16.55 Хоккей. КХЛ. Финал конференции «Восток»
19.25 Баскетбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Цмоки-Минск» (Белоруссия). Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
21.45 Футбол. «Атлетико» (Испания) - «Манчестер Сити» (Англия). Лига чемпионов. 1/4 финала. Прямая трансляция
00.45 Футбол. «Ливерпуль» (Англия) - «Бенфика» (Португалия). Лига чемпионов. 1/4 финала. (0+)
02.40 «Есть тема!» (12+)
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ СТРАНА**
06.00 16.20 Баскетбол. Чемпионат России. Премьер-Лига. Женщины. (0+)
07.50 10.00 13.20 15.55 Новости
07.55 «Мама в игре». (12+)
08.20 04.05 «Когда папа тренер». (12+)
09.10 15.35 16.00 18.10 21.25 03.20 03.45 Специальный репортаж. (12+)
09.35 02.50 «бхб». (0+)
10.05 Гандбол. Кубок России. «Финал четырёх». Женщины. 1/2 финала. (0+)
11.30 19.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
13.25 22.45 Смешанные единоборства. (16+)
14.15 «Парусный спорт» (16+)
14.45 «Мама в игре». (0+)
15.05 21.40 Вид сверху (12+)
18.30 «Есть тема!» (12+)
22.10 «Десятка!» (0+)
22.30 «Первый тренер» (12+)
23.35 Гандбол. Кубок России. «Финал четырёх». Женщины. Матч за 3-е место. (0+)
01.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
05.00 07.00 Каждое утро. (16+)
06.40 08.40 15.00 18.00 22.00
Про-новости. (16+)
09.00 Тор Чарт Европы плюс. (16+)
10.00 16.00 02.00 Муз'итив. (16+)
11.00 Ждите ответа. (16+)
12.00 20.30 Русские хиты. Чемпионы среды. (16+)
13.30 Отпуск без путёвки. (16+)
14.00 Золотая дюжина. (16+)
15.20 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
17.35 Про-Клип. (16+)
17.40 18.20 Check-In на Муз-ТВ. (16+)
19.00 TikTok чарт. (16+)
20.00 «10 самых!» (16+)
22.20 Золотая лихорадка. (16+)
00.20 Муз'итив. (18+)
03.00 Карaoke. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

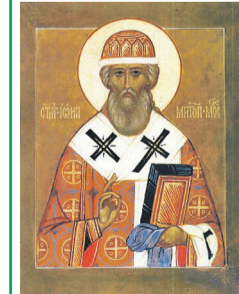
- ТВ1000**
05.50, 06.30 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
07.20 «ПОВАР НА КОЛЕСАХ». (12+)
09.25 «ТРАНСФОРМЕРЫ». (12+)
11.55 «ТРАНСФОРМЕРЫ-3: ТЁМНАЯ СТОРОНА ЛУНЫ». (16+)
14.40 «ТРАНСФОРМЕРЫ: МЕСТЬ ПАДШИХ». (16+)
17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
США, 2011 г. В ролях: Том Хэнкс, Джюлия Робертс, Седрик «Развлекатель»
20.45 «ФОРРЕСТ ГАМП». (12+)
23.15 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
01.35 «ШЕФ». (16+)
02.55 «ПОВАР НА КОЛЕСАХ». (12+)
- ТВ1000 РУССКОЕ КИНО**
06.05 «ЗВЁЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
08.10 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (6+)
10.05 «ГЛАВНЫЙ». (6+)
12.00 «КОРОЛЕВ». (12+)
14.05 «ВОЙНА ПОЛОВ». (16+)
15.40, 03.25 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (12+)
17.10, 17.35, 18.00, 18.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
19.00 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
21.00 «ЗВЁЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
Россия, 2021 г.
22.45 «ВНУК КОСМОНАВТА». (12+)
00.00 «КОЛЬСКАЯ СВЕРХГЛУБОКАЯ». (16+)
01.55 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
04.40 «ВОЙНА ПОЛОВ». (16+)
- ДОМ КИНО**
05.20 «Снежная королева-3: «Огонь и лёд». Мультфильм. (6+)
06.45 «Три богатыря. Ход козлём». Мультфильм. (6+)
08.05 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
09.45 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
11.10 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
12.25 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
14.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.50 «ЖИЖИ!» (12+)
01.30 «АРТИСТКА». (12+)
03.10 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)
- СУББОТА!**
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
11.50, 12.40, 13.30, 14.20, 15.10 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
16.00, 17.00, 17.50, 18.50 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
19.40, 20.30, 21.20, 22.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.00 Суббота news 2022. (16+)
23.10, 00.10 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
01.00, 02.00, 02.40 Топ-модель по-американски. (16+)
03.20, 04.00 Богиня шопинга. Экстремальный сезон. (16+)
04.50 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
02.50 «ДИКАЯ ПАРОЧКА». (16+)
04.35 «БОЛЬШЕ ЧЕМ СЕКС». (16+)
06.30 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА-2». (12+)
08.10 «Блондинка в законе». (12+)
10.00 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
11.50 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
13.45 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ-2». (12+)
15.45 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ!». (12+)
17.55 «НОЧЬ В «РОКСБЕРИ». (18+)
19.30 «СЛИШКОМ КРУТА ДЛЯ ТЕБЯ!». (16+)
21.25 «НЕСНОСНЫЕ БОС-СЫ-2!». (16+)
23.25 «ПОКА СВАДЬБА НЕ РАЗЛУЧИТ НАС». (12+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
07.55 «ВОКАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
10.25 «ВИЙ». (12+)
11.50 «ПАРАД ПЛАНЕТ». (12+)
13.30 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
15.00 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!». (12+)
16.30 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ!». (12+)
18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
19.45 «ГАРАЖ». (12+)
21.30 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ СЛЕГКИМ ПАРОМ!» (12+)
СССР, 1975 г.
01.00 «МУЖИКИ!». (12+)
02.30 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+)
03.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
05.10 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
Сериал. Драма, комедия, мелодрама, Россия, 2002 г.
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ!». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИЗМЕНА». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2011 г. В ролях: Мария Миронова, Марат Башаров, Андрей Мерзликин, Анна Легчилова, Ольга Филиппова
15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБИЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- СТС LOVE**
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
09.50 «КУХНЯ». (16+)
16.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
21.50 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
Руслан добивается, чего хотел. Николай Бакин переживает, что пошёл на поводу у Жилина. Настя подставляет Марину. Регина, наконец, раскрывает свои планы насчёт Кострова. Савчук не верит жене и напускает детектива.
01.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
Володя понимает, что ребенок Ирины Исаевой, скорее всего, погиб.
05.15 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Псалтырь. Кафизма 3. (0+)
05.30 В поисках Бога. (6+)
06.00 Там, где нас любят. (0+)
06.30 И будет двое. (0+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.05 Апокалипсис. Глава 22. (16+)
12.15 Украина, которую мы любим. (12+)
12.45 Храм Преображения Господня поселка Чукурдак. Фильм из цикла «Храмы Якутии». (0+)
13.00, 22.15 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- СПАС**
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Завет. (6+)
15.35 Якутии небесный покровитель. (0+)
16.05 «ТРЕВОЖНЫЙ МЕСЯЦ ВЕРЕСЕНЬ». (12+)
17.55, 19.15 «ГЛАВНЫЙ КОНСТРУКТОР». 1-2 серии. (12+)
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
23.10 Во что мы верим. (0+)
00.00 День Патриарха. (0+)
00.15 Оптинский скит. Неугасимый свет старчества. (0+)
00.45 Следы империи. (16+)
02.15 Расскажи мне о Боге. (6+)
02.45 Мария Египетская. Цикл: День Ангела. (0+)
03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

13 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица вай). Глас 1. Свт. Ионы, митр. Московского и всея России, чудотворца.



Сщмч. Ипатия, еп. Гангрского. Свт. Иннокентия, митр. Московского. Прп. Аполлония, пустыльника Египетского. Сщмч. Авды, еп. Персидского, и Вениамина диакона. Прп. Ипатия, игумена Руфянского. Прп. Ипатия целебника, Печерского. Прп. Филарета Глинского. Сщмч. Иоанна пресвитера.

Постный день.

« Не старайся никому нравиться кроме Христа и не ужасайся ничьему гневу, кроме гнева Божия». Прп. Филофей Синайский

Подготовка зимних вещей к хранению – мероприятие обязательное, но редко кем любимое. Другое дело – доставать весенний гардероб, примерять легкие наряды, с удовольствием продумывать образы.

Однако зимние вещи сами себя на хранение не уберут... Так что стоит уделить этому вопросу несколько часов, чтобы уберечь их от порчи, а себя – от чувства незавершенности.

Отправляем зимний гардероб в долгий ящик

Сначала ревизия

Первым делом осмотрите все вещи, которые нужно отправить на длительное хранение, и ответьте себе на вопросы: «Все ли вещи я буду носить на следующий год? Все ли они мне нравятся? Все ли удобны и по размеру?» Вероятно, от некоторых можно избавиться, освободив место на полках в шкафу для более нужной одежды.

Чистка вещей

Обязательный этап, которым зачастую пренебрегают. А зря. Во время носки на одежде остаются как видимые загрязнения, так и не очень. Например, следы от дезодоранта, небольшие невидимые пятна, которые со временем проявятся и по закону жанра окажутся на самом видном месте. Причем отстирать их спустя длительное время вряд ли получится.



Разбираем вещи по категориям

Прежде чем раскладывать чистые вещи на свободные полки, отсортируйте их. Сложите в отдельные коробки шарфы, шапки, перчатки, а также более габаритные предметы одежды. Во-первых, вы сразу поймете, достаточно ли вам будет полки в шкафу, или придется выделить большую площадь в гардеробе, а во-вторых, это облегчит поиск нужной вещи в следующем сезоне.

Упаковка на время хранения

Куртки и пуховики можно хранить как на вешалках в тканевых чехлах, так и в сложенном виде. Кроме того, куртки с синтетическим наполнителем отлично переносят хранение в вакуумных пакетах. А если взять пакет побольше, то можно упаковать сразу несколько курток (например, одну взрослую и пару детских), при этом хорошо сэкономив место в шкафу.
Шубы хранятся в шкафу на вешалке, обязательно в чехле. Не забудьте положить в карман саше с лавровыми листьями, веточку мяты или лаванды. Это поможет сохранить одежду в целостности и сохранности от насекомых-вредителей.

Шерстяные и вязаные вещи лучше хранить в картонных коробках или хлопковых мешочках (или наволочках), чтобы воздух мог циркулировать, иначе избавиться потом от неприятного запаха будет непросто. Но если пластиковые коробки вы предпочитаете картонным, то не поленитесь сделать в них отверстия для вентиляции воздуха. И помним про саше.
Меховые шапки лучше хранить в картонной коробке или тканевом мешочке, предварительно набив газетой, чтобы не деформировалась форма головного убора. И снова напоминаем про защиту от насекомых!

НА ЗАМЕТКУ!

Если в винтажные сундуки или чемоданы сложить вещи на хранение и использовать их как декор в интерьере, то можно и интерьер обновить, и организовать дополнительное место для хранения сезонных вещей.

Размещаем одежду в шкафу

Одежду, которая будет использоваться только через год, удобнее хранить высоко и далеко, например, на антресоли или на балконе. Бывают также кровати с подъемным механизмом и местом для хранения. Чем не подходящее место? А если в вашей кладовке стоит чемодан, то не стоит держать его пустым. Пусть его пространство займут вещи, которые вы наденете в следующем сезоне!

Светлана СИДОРЧУК

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 11 ПО 17 АПРЕЛЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 11 ПО 17 АПРЕЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Овнам стоит быть готовыми к неожиданному повороту как в деловой сфере, так и в области личных отношений. Заняв активную жизненную позицию, вы сумеете в любой поворот войти на комфортной вам скорости. Смело берите в соратники близких людей.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Научившись выражать свои чувства ярко, романтично, красиво, Тельцы обязательно добьются успеха в любви. Тем более что на предстоящей неделе работа не будет требовать от вас полной отдачи. Неплохое время, чтобы преобразиться и отважиться на путешествие.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
У многих Близнецов в ближайшее время возникнут интересные творческие идеи. Но для их реализации придется проявить смелость и силу воли. Неделя чревата конфликтами, постарайтесь держать эмоции под контролем. Меньше пафоса, больше понимания.

РАК (22.06 – 22.07)
Раки, испытывающие какие-либо комплексы и страхи, смогут наконец побороть их с помощью самовнушения, нового увлечения и общения с позитивными людьми. Звезды не поспешат на удачу в делах рабочих и успех в любви. Не бойтесь быть счастливыми!

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Сделка, которую Львы решатся заключить на предстоящей неделе, может удвоить, а то и утроить прибыль от дела, которым те занимаются. Прекрасное время и для сделок купли-продажи. К тому же в ваших силах более стабильными сделать любовные отношения.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Звезды подталкивают Дев не к розовым мечтам, а к активным действиям, направленным на решение жизненно важных вопросов. Будьте практичны и ставьте перед собой реальные цели – и тогда неделя пройдет не зря. В любви будут царить тишь да благодать.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Неделя Весов удачна для общения, поэтому смело можно назначать деловые встречи, отправляться на дружескую вечеринку или приглашать свою половинку на свидание в стиле «романтик». Судьба может послать вам немало новостей и интересной информации.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Дружеские и любовные отношения Скорпионов, завязавшиеся на предстоящей неделе, будут держаться на интеллектуальном родстве. А вот в деловой сфере по-прежнему важны опыт и профессионализм. И старайтесь не обделять близких своим вниманием.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Стрельцам звезды советуют сосредоточиться на умственном труде, спланировать будущие глобальные дела и поездки. Влюбленным стоит бережнее относиться к своим отношениям и не совершать легкомысленных поступков. И самое время вплотную заняться здоровьем.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- «Русло» для стока дождевой воды на крыше.
- Маслянистая жидкость для разведения красок.
- Битва за золото в командных играх.
- Вымышленным вождем этого индейского племени был Виннету.
- Карлов университет в столице этой страны является старейшим университетом Центральной Европы.
- Связующий, диагональный нападающий и либеро – и каждый из них ... в волейбол.
- Имя грибной «семейки», которым называют в том числе и чесночники.
- Сыпучая сухая масса – мелкие остатки сена, перегнившего дерева, бумаги.
- Он построил для себя единственное из семи чудес античности, оставшееся до наших дней.
- Материал для изделий вязальщицы.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолеям стоит учесть, что время не слишком подходит для принятия важных решений. Нестабильные эмоции вряд ли способствуют объективности. Звезды предостерегают и от легкомысленных поступков. Используйте неделю для творчества и легкого общения.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Звезды советуют Козерогам заняться укреплением семейных уз. Старайтесь больше внимания уделять детям и пожилым членам семьи. Время обговорить на совете близких финансовые дела. Не лишена неделя и романтического флера – это время свиданий.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Рыбам не стоит задевать чувства окружающих, если нет цели нарваться на конфликт. А он отнимет немало энергии и времени. Оно вам надо? Если вы трудолюбивы, можете рассчитывать на финансовое везение. Подарки любимому человеку и близким поднимут им настроение.

Ответы: 1. Желоб. 2. Олифа. 3. Фланец. 4. Альфа. 5. Чехия. 6. Ипрок. 7. Опята. 8. Труха. 9. Хлопок. 10. Пряжа.

Салат всегда в почете у огородников: культура витаминная, ранняя, неприхотливая, тем более здоровое питание сейчас в моде.

В связи с этим всех интересует: какие сорта салата стоит посеять, чтобы обеспечить себя и семью витаминами? Какие сорта самые вкусные? Какие самые холодостойкие? Какие нетребовательны к уходу?



Сортотип «Лолло росса»

Вкусный, сочный, декоративный. Кустик полураскидистый, листья среднего размера, по краю волнистые. На вкус нежные, с легкой горчинкой и ореховым привкусом.

- **ДОСТОИНСТВА.** Быстро растет. Устойчив к цветущности, можно сеять на протяжении всего сезона. Благодаря нарядному краю листа используется для декорирования блюд.
- **НЕДОСТАТКИ.** После срезания листья долго не хранятся. Быстро растет, но и быстро перерастает.
- **ОСОБЕННОСТИ ВЫРАЩИВАНИЯ.** Самые вкусные – молодые листья, поэтому для получения свежей зелени стоит подсевать салат несколько раз в течение сезона.
- **ХОРОШО ЗАРЕКОМЕНДОВАВШИЕ СЕБЯ СОРТА.** «Лолло росса» (с листьями бордового цвета), «Лолло бьонда» (с зелеными листьями), «Революция», «Эвридика», «Барбадос», «Гоген», «Вишневая дымка».

Его Величество САЛАТ

Зелень семейства «Руккола»

Строго говоря, руккола – это не салат, а растение семейства крестоцветных. Но нам, огородникам, привычно добавлять эту зелень в салат, поэтому и рассмотрим ее заодно с популярными салатами.

- **ДОСТОИНСТВА.** Рукколу любят (или недолюбливают) за оригинальный перечно-горчично-ореховый вкус и большое содержание витаминов. Способствует снижению холестерина в крови.
- **НЕДОСТАТКИ.** Хранится недолго, поэтому нельзя запастись «впрок».
- **ОСОБЕННОСТИ ВЫРАЩИВАНИЯ.** Выращивать лучше на грядках с умеренной освещенностью: в тени руккола потеряет свой аромат, а на солнце вырастет жесткой и горькой.
- **ХОРОШО ЗАРЕКОМЕНДОВАВШИЕ СЕБЯ СОРТА.** «Деликатесная», «Рококо», «Покер», «Сицилия».



Сортотип «Листовой»

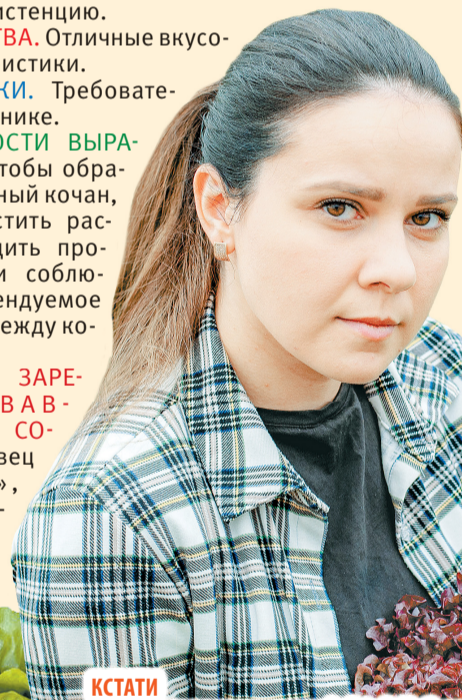
Самый простой листовой салат – с розеткой листьев средних размеров. Листья могут быть как зеленые, так и с фиолетовой пигментацией. Консистенция маслянистая или хрустящая, вкус с горчинкой, нежный.

- **ДОСТОИНСТВА.** Скороспелый, холодостойкий.
- **НЕДОСТАТКИ.** Быстро уходит в цвет.
- **ОСОБЕННОСТИ ВЫРАЩИВАНИЯ.** Можно сеять уже в середине апреля, а через месяц – собирать листья.
- **ХОРОШО ЗАРЕКОМЕНДОВАВШИЕ СЕБЯ СОРТА.** «Гейзер», «Орфей», «Московский парниковый», «Изумрудное кружево».

Сортотип «Кочанный»

Кочанный салат обладает мощной полуприподнятой листовой розеткой или, по-другому, рыльким кочаном. Листья кочанных салатов имеют хрустящую консистенцию.

- **ДОСТОИНСТВА.** Отличные вкусовые характеристики.
- **НЕДОСТАТКИ.** Требователен к агротехнике.
- **ОСОБЕННОСТИ ВЫРАЩИВАНИЯ.** Чтобы образовался плотный кочан, нужно вырастить рассаду, проводить прореживание и соблюдать рекомендуемое расстояние между кочанами.
- **ХОРОШО ЗАРЕКОМЕНДОВАВШИЕ СЕБЯ СОРТА.** «Кучерявец Одесский», «Азарт», «Кучерявец Грибовский», «Таймс», «Тарзан».



КСТАТИ Салат богат витаминами А, В9, С, К, бета-каротином, микроэлементами, фолиевой кислотой. Витамин А отвечает за здоровье кожи и глаз, поддержание иммунитета. В-каротин – антиоксидант. Витамин В9 участвует в метаболизме аминокислот. Фолиевая кислота важна при беременности для формирования плода.

Сортотип «Хрустящий»

Синонимы названия – Ледяной, или Айсберг. Для этого сортотипа характерны крупные, среднелотные кочаны массой до 1 кг, со сроком созревания до 100 дней.

- **ДОСТОИНСТВА.** Ценится за ненавязчивый вкус и хрустящую консистенцию, отличается высокой товарностью.
- **НЕДОСТАТКИ.** Требует выращивания через рассаду и высокой агротехники.
- **ОСОБЕННОСТИ ВЫРАЩИВАНИЯ.** Требователен к уходу, особенно во время образования кочана.
- **ХОРОШО ЗАРЕКОМЕНДОВАВШИЕ СЕБЯ СОРТА.** «Айсберг», «Грейт лейке», «Колобок», «Криспина», «Патриций».

Сортотип «Ромэн»

Один из самых древних типов салата. Розетка листьев средних или крупных размеров, приподнятая. Листья вытянутые, сочные, сладковатые, окраска зеленая. Вкус чуть терпкий, сладковатый.

- **ДОСТОИНСТВА.** Отлично хранится в холодильнике, неприхотлив, ничем не болеет.
- **НЕДОСТАТКИ.** Требует выращивания через рассаду.
- **ОСОБЕННОСТИ ВЫРАЩИВАНИЯ.** Не подходит для новичков – требователен к агротехнике. Может расти как горшечная культура.
- **ХОРОШО ЗАРЕКОМЕНДОВАВШИЕ СЕБЯ СОРТА.** «Денди», «Пиноккио», «Манаверт».



Сортотип «Дуболистный»

К дуболистным относят листовые салаты с полураскидистой крупной розеткой, листья которых напоминают листья дуба. У всех дуболистных салатов яркий ореховый вкус без горечи.

- **ДОСТОИНСТВА.** Устойчив к цветущности.
- **НЕДОСТАТКИ.** Плохо реагирует на перепады температур.
- **ОСОБЕННОСТИ ВЫРАЩИВАНИЯ.** Лучше высевать, когда установится теплая температура.
- **ХОРОШО ЗАРЕКОМЕНДОВАВШИЕ СЕБЯ СОРТА.** «Дубрава», «Забава», «Аморикс», «Кредо».

Валерия ПАШЕЧКИНА

КАК САДОВОД САДОВОДУ

Порадуйте рассаду янтарной кислотой

Янтарная кислота – доступный и не токсичный препарат, который стимулирует развитие корневой системы, снимает стресс растения, активизирует рост. Как её применять в рассадный период?

Для чего нужна?

- Для стимуляции семян при проращивании.
- При пикировке сеянцев для снятия стресса растений.
- При пересадке на новое место для лучшего укоренения.
- Для стимулирования ростовых процессов.



Как использовать?

Янтарную кислоту можно приобрести в аптеке в форме таблеток. В 500 мг таблетки содержится 100 мг янтарной кислоты, остальное – безвредные для растения примеси. В чистом виде (без примесей) янтарная кислота продается в цветочных магазинах.

- Для опрыскивания рассады по листу в 1 л воды растворяют 1 таблетку янтарной кислоты или 0,1 г чистого порошка. Опрыскивание проводят по потребности растений, но не чаще раза в месяц.
- Для полива рассады в 1 л растворяют 2 таблетки или 0,2 г порошка янтарной кислоты. Полив можно осуществлять вместе с опрыскиванием.

ПЕРВЫЙ



22.00 «НИКТО НЕ УЗНАЕТ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Жить здорово! (16+)
- 10.00 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 Время
- 22.00 «НИКТО НЕ УЗНАЕТ». (16+)
- 23.00 Большая игра. (16+)
- 00.00 «На ночь глядя». (16+)
- 00.50 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+)
- 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР». (16+)
- Пострадавший в аварии находится в коме. Его личность установить не удастся. Стерлигова встревожена - она опасается навлечь неприятности на Ольгу и персонал больницы. Вероника находит утеранный бумажник и даёт объявление о находке...
- 02.45 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)

НТВ



17.50 ДНК. (16+)

- 04.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 10.00 Сегодня
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.45 За гранью. (16+)
- 17.50 ДНК. (16+)
- 19.00 Сегодня
- 20.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+)
- 22.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ДАЛЬНИЕ РУБЕЖИ». (16+)
- 23.00 Сегодня
- 23.30 ЧП. Расследование. (16+)
- 00.05 Поздняков. (16+)
- 00.20 Мы и наука. Наука и мы. (12+)
- 01.10 «ПЁС». (16+)
- 03.00 Их нравы. (0+)

СТС



20.00 «ГАРРИ ПОТТЕР И ДАРЫ СМЕРТИ. ЧАСТЬ 2». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 Уральские пельмени. (16+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 10.05 «ДАМБО». (6+)
- 12.20 Форт Боярд. Возвращение. (16+)
- 14.15 «РОДКОМ». (16+)
- 18.30 «СЁСТРЫ». (12+)
- 20.00 «ГАРРИ ПОТТЕР И ДАРЫ СМЕРТИ. ЧАСТЬ 2». (16+)
- Великобритания - США, 2011 г. Фэнтези. В ролях: Дэниэл Рэдклифф, Руперт Гринт, Эмма Уотсон. Ещё не все крестражи найдены. Гарри догадывается, что ещё один крестраж может храниться в банке «Гринготтс».
- 22.25 «ПИТ И ЕГО ДРАКОН». (6+)
- 00.20 «КОЛЬЦО ДРАКОНА». (12+)
- 01.55 «ЛЮСИ В НЕБЕСАХ». (18+)
- 03.50 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.25 «6 кадров». (16+)

СТС



23.00 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 08.30 «Перезагрузка». (16+)
- 09.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 12.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 15.00 «ОЛЬГА». (16+)
- 18.00 «ИДЕАЛЬНАЯ СЕМЬЯ». (16+)
- 20.00 «СЕМЬЯ». (16+)
- 21.00 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА». (16+)
- 22.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)
- Лена и Арина получают приглашение на пикник для выпускников театральной студии...
- 23.00 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
- 01.00 «СУПЕРБОБОВЫ: НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)
- 02.25 «Импровизация». (16+)
- 03.10 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.00 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
- 05.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.00 «ВОЗДУШНАЯ ТЮРЬМА». (16+)

- 05.00 «Документальный проект». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 07.00 «Новости». (16+)
- 08.30 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
- 12.00 «Информационная программа 112». (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Неизвестная история». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапмана». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ВОЗДУШНАЯ ТЮРЬМА». (16+)
- 22.15 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
- 05.00 Тату навсегда. (16+)
- 06.40 01.30 03.40 Пятница News. (16+)
- 07.00 На ножах. (16+)
- Без помощи Константина Ивлева не смог обойти бар «Фестиваль» в Краснодаре. В этом заведении владелица и шеф-повар - дочка и мама, которые не могут прийти к единому мнению.
- 10.40 Адская кухня. (16+)
- 12.50 Четыре свадьбы. (16+)
- 23.30 «ГРОМКАЯ СВЯЗЬ». (16+)
- 02.00 Инсайдеры. (16+)
- 04.00 Зов крови. (16+)
- Ю**
- 05.25 «Папа попал». (12+)
- 08.00 «ЧЁРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Лите». (16+)
- 12.50 «Обмен женами». (16+)
- 14.15 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+)
- 18.00 «Супермама». (16+)
- Битва четырёх мам, каждая из которых мечтает стать лучшей из лучших и завоевать главный титул!
- 20.00 «ЧЁРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.20 «МастерШеф». (16+)
- ЧЕ**
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
- 08.30 Улётное видео. (16+)
- 12.00 Дорожные войны. (16+)
- 12.30 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 13.30 Дорожные войны. (16+)
- 15.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 16.00 Решала. (16+)
- 19.00 Охотники. (16+)
- 20.00 Решала. (16+)
- 22.00 Заступницы. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.35 Улётное видео. (16+)
- МИР**
- 06.40 Мультфильмы. (0+)
- 07.45 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (0+)
- 09.15, 10.10, 23.15 «СВОИ». (16+)
- Сериал. Россия, 2018 г.
- 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости
- 13.15, 17.50, 02.30 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 15.10, 03.55 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 19.25, 20.05 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.45, 21.35 Слабое звено. (12+)
- 22.30 Назад в будущее. (16+)
- 01.20, 01.40, 02.05 Исторический детектив. (12+)
- ОТР**
- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 Отражение-1
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «МНЕ НЕ БОЛЬНО». (16+)
- 12.00 13.20 Отражение-2
- 15.15 «Календарь». (12+)
- 15.50 23.25 «Анатолий Лысенко». (12+)
- 16.20 22.40 «ПравДа?» (12+)
- 17.00 «Формула здоровья»
- 17.30 «Заметные люди»
- 18.00 «Губернские новости»
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 18.45 «Эксперт». (12+)
- 19.30 01.00 Отражение-3
- 21.00 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...» (12+)
- 00.35 «Дом «Э». (12+)
- ПОБЕДА**
- 04.30 «Путь к Победе» (16+)
- 05.30 «ТАНКИ». (16+)
- 07.00 «9 РОТА». (16+)
- 09.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 10.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (12+)
- 13.50 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 17.00 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (16+)
- Восемью октября 1941 года Сталин подписал секретный приказ о формировании женских авиационных полков. 46-й Гвардейский бомбардировочный Таманский полк прошёл боевой путь от Сальских степей и Дона до фашистской Германии.
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «ВЫСОТА 89». (16+)
- 02.40 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)

ДЕТСКИЕ

- КАНАЛ DISNEY**
- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.50 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 14.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
- 15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 16.35 «Гравити Фолз». (12+)
- 17.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 19.05 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
- 19.30 «Королевские каникулы». (6+)
- Пес по кличке Принц привлек к роскоши. Но однажды для последнего состояния настает непростое время - он оказывается на улице и становится бродячей собакой.
- 21.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 23.00 «Команда Мстители». (12+)
- 23.55 «Амфибия». (12+)
- 02.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Лунтик». (0+)
- 09.00 «Четверо в кубе». (0+)
- 10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Цветы из лент». (0+)
- Криворучка хочет сделать цветущий тростник. Только вот не может придумать - из чего... На помощь ей придёт Мастер Ксюша! А что у них получилось, вы увидите в новом выпуске программы «Мастерская «Умелые ручки!»
- 11.05 «Монсики». (0+)
- 11.35 «Котёнок Шмяк». (0+)
- 12.40 «Дикае скричеры!» (6+)
- 13.25 «Ник-изобретатель». (0+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Фееринки». (0+)
- 16.25 «Барби: друзья навсегда». (0+)
- 16.50 «Цветяшки!» (0+)
- 18.30 «Барбоскины». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Деревяшки». (0+)
- 22.10 «Скай Бластерс». (6+)
- 22.30 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.50 «Союзмультфильм» представляет: «Ну, погоди!» (0+)
- 23.30 «Пёс в сапогах». (0+)
- 23.55 «Котёнок с улицы Лизюкова». (0+)
- 00.00 «Лягушка-путешественница». (0+)
- 00.20 «Кентервильское привидение». (0+)
- 00.40 «Глаша и Кикимора». (0+)
- 00.50 «Нильс». (0+)
- 03.10 «Лунтик». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365 ДНЕЙ ТВ**
- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.10 Достояние России. (6+)
- 01.45, 07.50, 11.00, 17.25 Семь дней истории. (12+)
- 01.55, 06.30 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
- 02.40 Тайное становится явным. (12+)
- 03.00, 05.40 Историограф. (12+)
- 03.45, 20.00 Историада. (12+)
- 04.45, 07.15 Морской узел. (12+)
- 05.20 История одной фотографии. (6+)
- 08.00 Город с характером. (12+)
- 08.50 Секреты истории. (12+)
- 11.10 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 11.35 Ледокол «Красин». Миссия спасать. (12+)
- 12.40 Ограбление века. Пропавшие сокровища Кремля. (12+)
- 13.30 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 13.50 Нюрнберг. Казнь. (12+)
- 14.40 Первая мировая. (12+)
- 15.45, 23.45 Обыкновенная история. (6+)
- 16.00 Битва ставок. (12+)
- 16.45 Великие изобретатели. (12+)
- 17.40 Жил-был Дом. (6+)
- 18.10, 19.05 «ИСАЕВ». (16+)
- 21.05 Михаил Зорин. Жизнь продолжается. (12+)
- 22.30 Суверенное государство Российское. (12+)
- 23.10 Загадки засечной черты. (12+)
- VIASAT HISTORY**
- 06.05 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.30 Шелковый путь. (12+)
- 07.20 Настоящая игра престолов. (12+)
- 08.05 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 09.00 Древние суперстроения: Лувр. (12+)
- 10.00 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 10.50 Шелковый путь. (12+)
- 11.45 Древние суперстроения: Лувр. (12+)
- 12.45, 13.40, 14.30 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюджес. (12+)
- 15.25 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)
- 16.20 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 17.10 Древние суперстроения: Ангкор-Ват. (12+)
- 18.15 Настоящая игра престолов. (12+)
- 19.00 Шелковый путь. (12+)
- 20.00 Выдающиеся женщины. (12+)
- 20.55 История нераскрытых дел: Смерть в Тауэре - король Ричард и два принца. (16+)
- 21.50 Исторические убийства. (16+)
- 22.45 Карты убийства. (16+)
- 23.35 Музейные тайны. (12+)
- 00.20 Шелковый путь. (12+)
- 01.15 Выдающиеся женщины. (12+)
- 02.05 История нераскрытых дел. (16+)
- 03.00 Исторические убийства. (16+)
- 03.45 Карты убийства. (16+)
- NATIONAL GEOGRAPHIC NG**
- 06.00 Научные глупости. (16+)
- 06.25, 07.20 Невероятный доктор Пол. (16+)
- 08.10 Инстинкт выживания: Охотники горных лесов. (16+)
- 09.00 Инстинкт выживания: Повелители огня. (16+)
- 09.55, 10.45 Авто-SOS. (16+)
- 11.40, 12.30 Дикий туец. (16+)
- 13.15 Расследования авиакатастроф: Смертельная поставка. (16+)
- 14.05 Расследования авиакатастроф: Уход легенды. (16+)
- 14.55, 15.50 «МАРС». (16+)
- 16.50 Дикий туец. (16+)
- 17.35 Европа с высоты птичьего полета: Испания. (16+)
- 18.30, 18.50 Игры разума: В дороге. (16+)
- 19.15 Титаник: заключительное слово с Джеймсом Кэмероном. (16+)
- 21.00 Поймать контрабандиста: Охота в джунглях. (16+)
- 21.50 Поймать контрабандиста: Новые реалии. (16+)
- 22.40, 23.35 Международный аэропорт Дубай. (16+)
- 00.25 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+)
- 01.10 Служба безопасности аэропорта. (16+)
- 01.55, 02.45 «МАРС». (16+)
- 03.35 Поймать контрабандиста. (16+)
- 04.15 Труднейший в мире ремонт. (16+)

РОССИЯ **Р** РОССИЯ К Культура



09.15 «ЦВЕТ БЕЛОГО СНЕГА»

06.30 07.00 07.30 08.20 10.00
15.00 19.30 23.30
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Русский стиль»
07.35 18.40 «Иисус Христос»
08.25 Легенды мирового кино
08.55 13.15 «Первые в мире»
09.15 «ЦВЕТ БЕЛОГО СНЕГА»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 ХХ век
12.15 «Забывтое ремесло»
12.30 «Предки наших предков»
13.30 Абсолютный слух
14.15 Больше, чем любовь
15.20 Моя любовь - Россия!
15.45 «2 Верник 2»
16.35 Цвет времени
16.50 «65 лет М. Плетнёву»
17.40 00.50 Михаил Плетнёв.
Р. Вагнер и Р. Штраус
19.45 Главная роль
20.05 «Почерк эпохи»
20.30 «Спокойной ночи,
малыши!»
20.45 «Москва слезам
не верит»
21.30 «Энигма»
22.15 «СТРАЖА»

ТВЦ ТВЦ



18.30 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РИМСКИЙ ПАЛАЧ». (12+)

06.00 «Настроение»
08.40 «Доктор И...» (16+)
09.10 «ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ». (16+)
11.05 Петровка, 38. (16+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
13.35 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.55 Город новостей
15.10 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА: СМЕРТЬ НА ЗЕЛЁНОМ ОСТРОВЕ». (12+)
16.55 «90-е». (16+)
17.50 События
18.10 Петровка, 38. (16+)
18.30 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РИМСКИЙ ПАЛАЧ». (12+)
22.00 События
22.40 «10 самых...» (16+)
23.10 «Аркадий Арканов. Женщины Синой Бороды». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 Петровка, 38. (16+)
00.45 «Удар властью». (16+)

ТВ-3 ТВ-3



23.00 «КОБРА». (18+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
18.30 «ШВАБРА». (16+)
Швабру обвиняют в незаконном получении сведений, составляющих государственную тайну. Вершинин обращается за помощью к отцу Кати - генералу Сосновскому.
20.30 «ГРИММ». (16+)
Обнаружено тело мужчины, обезображенное кислотой. Воспользовавшись книгой Гриммов с описанием существ, Ник с Хэнком и Ву узнают, что имеют дело с очень опасным существом, тело которого покрыто кислотой.
23.00 «КОБРА». (18+)
01.00 «СТОЙ! ИЛИ МОЯ МАМА БУДЕТ СТРЕЛЯТЬ». (16+)
02.15 «БАШНЯ. НОВЫЕ ЛЮДИ». (16+)
03.30 «Тайные знаки». (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



19.00 «НИТИ ЛЮБВИ». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
09.00 Давай разведёмся! (16+)
10.00 Тест на отцовство. (16+)
12.15 «Понять. Простить». (16+)
13.20 «Порча». (16+)
13.50 «Знахарка». (16+)
14.25 «Верну любимого». (16+)
15.00 «СЕМЕЙНЫЙ ПОРТРЕТ». (16+)
19.00 «НИТИ ЛЮБВИ». (16+)
22.55 «ДЫШИ СО МНОЙ. СЧАСТЬЕ ВЗАЙМЫ». (16+)
01.35 «Понять. Простить». (16+)
02.25 «Порча». (16+)
02.50 «Знахарка». (16+)
03.20 «Верну любимого». (16+)
03.45 Тест на отцовство. (16+)
05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.30
«Известия». (16+)
05.30 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+)
07.20 09.30 13.30 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)
08.35 День ангела. (0+)
18.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
19.45 00.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
03.20 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.20 14.05 «КРАПЛЕНый»
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 22.15
Новости дня. (16+)
09.20 18.45 «Специальный репортаж». (16+)
09.40 «СТРЕЛЫ РОБИНА ГУДА». (12+)
11.20 19.00 «Открытый эфир». (12+)
13.25 «Не факт!» (12+)
20.40 «Оружие непобедимых»
21.25 «Код доступа». (12+)
22.30 «Между тем». (12+)
22.55 Легенды телевидения
23.40 «ЗАКОН И ПОРЯДОК». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
12.00 18.00 01.15 «Формула здоровья». (12+)
12.30 03.00 «Футбол губернии». (12+)
13.00 «ОПАСНЫЕ СВЯЗИ». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
16.30 «ДВЕ ЖЕНЫ». (16+)
17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
18.30 03.30 «#open vrn». (12+)
18.45 01.45 03.45 «Актуальное интервью». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.15 «Современники». (12+)
20.20 22.00 00.30 «Общее дело». (12+)
20.30 00.45 04.30 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
22.45 «ГОЛОС МОНСТРА». (12+)
13-летний Конор вынужден принять известие о скорой смерти матери...

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ ТВ МАТЧ СТРАНА МАТЧ СТРАНА

06.00 09.00 12.30 15.00 18.00
Новости
06.05 18.05 00.00 Все на Матч
09.05 «КРОВЬ И КОСТЬ». (16+)
11.00 19.00 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (0+)
11.30 «Есть тема!»
12.35 03.05 Специальный репортаж. (12+)
12.55 «Главная дорога». (16+)
14.00 15.05 «АНДЕРДОГ». (16+)
16.00 «ВЗАПЕРТИ». (16+)
19.30 Футбол. «Аталанта» (Италия) - «Лейпциг» (Германия). Лига Европы. 1/4 финала. Прямая трансляция
21.45 Футбол. «Барселона» (Испания) - «Айнтрахт» (Франкфурт, Германия). Лига Европы. 1/4 финала. Прямая трансляция
00.45 Футбол. «Лион» (Франция) - «Вест Хэм» (Англия). Лига Европы. 1/4 финала. (0+)
02.40 «Есть тема!» (12+)
03.00 Новости. (0+)

06.00 11.30 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
07.50 10.00 13.20 14.50 Новости
07.55 03.10 «Одержимые». (12+)
08.20 13.25 13.45 14.30 16.55 17.45 20.55 23.05 02.50 04.25 Спецрепортаж. (12+)
08.35 03.35 Лучшая игра с мячом. (0+)
09.30 «Вид сверху». (12+)
10.05 23.25 Гандбол. Кубок России. «Финал четвѣрх». Женщины. (0+)
14.00 «Большой хоккей». (12+)
14.55 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины
17.20 «Парусный спорт» (16+)
18.00 «Есть тема!» (12+)
18.55 Волейбол. Чемпионат России. Женщины
21.15 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)
01.00 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)
04.55 Фигурное катание. Фестиваль «Влюбленные в фигурное катание». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 07.00 Каждое утро. (16+)
06.40 08.40 15.00 18.00 22.00 Про-новости. (16+)
09.00 Ждите ответа. (16+)
10.00 23.20 02.00 Муз'итив. (16+)
11.00 Золотая дюжина. (16+)
12.00 Русские хиты. Чемпионы четверга. (16+)
13.30 «10 самых!» (16+)

14.00 Тор Чарт Европы плюс. (16+)
15.20 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
16.00 Лайкер. (16+)
17.00 17.40 18.20 Check-In на Муз-ТВ. (16+)
19.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
20.00 04.35 Хит-сториз. (16+)
22.20 Русский чарт. (16+)
00.00 Муз'итив. (18+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

ТВ1000 **ТВ1000 РУССКОЕ КИНО** **ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО** **суббота!** **СУББОТА!**

05.15, 05.55 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
07.00 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
09.10 «ФОРРЕСТ ГАМП». (12+)
11.40 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ЭПОХА ИСТРЕБЛЕНИЯ». (12+)
14.35 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ПОСЛЕДНИЙ РЫЦАРЬ». (12+)
17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00 «10 ПРИЧИН МОЕЙ НЕНАВИСТИ». (16+)
США, 1999 г.
20.50 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
22.25 «ДРЯНЫЕ ДЕВЧОНКИ». (12+)
00.05 «НЕВЕРоятный ХАЛК». (16+)
01.55 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
03.55 «10 ПРИЧИН МОЕЙ НЕНАВИСТИ». (16+)

07.00 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)
09.50 «КОРОЛЕВ». (12+)
12.00 «ГЛАВНЫЙ». (6+)
13.55 «ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
15.35 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
17.10, 17.35, 18.05, 18.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
19.00 «СПУТНИК». (16+)
Россия, 2020 г. В ролях: Оксана Акиншина, Пётр Фёдоров, Фёдор Бондарчук, Антон Васильев
20.55 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
22.20 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
00.00 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
02.15 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (12+)
04.10 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ: СХВАТКА». (12+)

05.30 «Снежная королева: Зазеркалье». (6+)
06.55 «Три богатыря и Морская Царь». (6+)
08.15 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
09.50 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
11.20 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (6+)
12.45 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
14.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.50 «ХОРОШИЙ МАЛЫШ». (12+)
Россия, 2016 г.
01.30 «СИРОТА КАЗАНСКАЯ». (12+)
02.50 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?» (16+)

05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
11.50, 12.40, 13.30, 14.20, 15.10 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
16.00, 17.00, 17.50, 18.40 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
19.30, 20.30, 21.10, 22.00 «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
22.55 Суббота news 2022. (16+)
23.10, 00.00 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
01.00, 01.50, 02.30 Топ-модель по-американски. (16+)
03.10, 04.00 Богиня шопинга. Экстремальный сезон. (16+)
04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ** **ФЕНИКС ПЛЮС КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**

03.25 «ВЫШИБАЛА». (18+)
05.00 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
06.45 «БЛОДИНКА В ЗАКОНЕ-2». (12+)
08.35 «НОЧЬ В «РОКСБЕРИ»». (18+)
10.05 «УБОЙНЫЙ ФУТБОЛ». (16+)
12.00 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ!». (12+)
13.55 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ В ЛАС-ВЕГАСЕ». (16+)
15.40 «СЛИШКОМ КРУТА ДЛЯ ТЕБЯ». (16+)
17.35 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
19.30 «ПОЧЕМУ ОН?». (16+)
Комедия, США, 2016 г.
21.35 «ЛЮБОВЬ И ПРОЧИЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (16+)
23.20 «КРАСОТКИ В БЕГАХ». (16+)

06.50 «СВАТОВОСТВО ГУСАРА». (12+)
08.05 «ДЕТИ ВАНЮШИНА». (12+)
09.50 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТИДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО». (16+)
11.35 «ОХОТА НА ЛИС». (12+)
13.25 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)
14.50 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+)
16.20 «ОКЕННИЙ МАРАФОН». (12+)
18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
19.40 «НЕВЕРоятные ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+)
21.30 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
22.55 «ЭТА ВЕСЕЛАЯ ПЛАНЕТА». (12+)
00.35 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг.
12.00, 20.00, 04.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Татьяна Арнтгольц, Алексей Фатеев, Юлия Шиферштейн, Андрей Орлов, Евгений Миллер
13.00, 21.00, 05.00 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИЗМЕНА». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
У Дениса Воронцова День рождения. Сестры Васнецовы готовят для него праздник на даче Полежаиных.
09.50 «КУХНЯ». (16+)
Шеф сорится с Еленой из-за парковочного места. Макс придумывает «ложь во спасение Вики», за которую ей же и приходится расплачиваться. Настя и Костя собираются перейти к «настоящей» близости в отношениях.
16.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
21.50 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
01.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
05.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС **СПАС**

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Псалтырь. Кафизма 4. (0+)
05.35 В поисках Бога. (6+)
06.05 Нузальский храм. Цикл: Тропами Алании. (0+)
06.30 И будут двое. (0+)
07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Завет. (6+)
11.00 Во что мы верим. (0+)
12.00 Расскажи мне о Боге. (6+)
12.30 Оптиские старцы. Цикл: День Ангела. (0+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Завет. (6+)
15.35 Оптинский скит. Неугасимый свет старчества. (0+)
16.05 «ПРИШЕЛ СОЛДАТ С ФРОНТА». (12+)
17.40 «ГЛАВНЫЙ КОНСТРУКТОР». 2 серия. (12+)
19.00 «ЗДЕСЬ ТВОЙ ФРОНТ». (16+)
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.15 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
23.10 В поисках Бога. (6+)
23.40 День Патриарха. (0+)
23.55 Киев-Столыпино-Киев. (0+)
00.55 Следы империи. (16+)
02.25 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

14 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица вай). Глас 1. Прп. Марии Египетской.

Прп. Евфимия, архим. Суздальского, чудотворца. Прп. Варсонофия Оптинского. Мчч. Геронтия и Василида. Прп. Макария, игумена Пеликитской обители. Мч. Авраамия Болгарского, Владимирского чудотворца. Прп. Геронтия, канонарха Печерского. Прав. Ахаза. Сщмч. Сергия пресвитера.

Постный день.

«Везде спаситесь можно, только не оставляйте Спасителя. Цепляйтесь за ризу Христову, и он не оставит вас». Прп. Варсонофий Оптинский

ПЕРВЫЙ



19.45 Поле чудес. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Жить здорово! (16+)
- 10.00 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
- 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
- 19.45 Поле чудес. (16+)
- 21.00 Время
- 22.00 «Голос. Дети». Новый сезон. (0+)
- 23.40 «Одри Хелпберн». (12+)
- 01.25 Информационный канал. (16+)
- 05.05 «Россия от края до края». (12+)

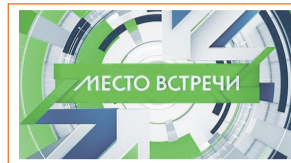
РОССИЯ 1



00.00 «КРИВОЕ ЗЕРКАЛО ДУШИ». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 00.00 «КРИВОЕ ЗЕРКАЛО ДУШИ». (12+)
- 03.20 «ОБРАТНЫЙ БИЛЕТ». (12+)

НТВ



14.00 Место встречи

- 04.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 Простые секреты (16+)
- 09.00 «Мои университеты». (6+)
- 10.00 Сегодня
- 10.35 ЧП. Расследование. (16+)
- 11.10 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
- 13.00 16.00 Сегодня
- 13.25 Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.45 ДНК. (16+)
- 19.00 Сегодня
- 20.00 Жди меня. (12+)
- 20.50 Страна талантов. (12+)
- 23.20 «Своя правда». (16+)
- 01.05 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)
- 01.30 Квартирный вопрос
- 02.20 Их нравы. (0+)
- 02.55 «ПОРОХ И ДРОБЬ». (16+)

СТС



11.25 «ПИТ И ЕГО ДРАКОН». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 Уральские пельмени. (16+)
- 07.00 «Том и Джерри». (0+)
- 09.55 «КОШКИ ПРОТИВ СОБАК. МЕСТЬ КИТИ ГАЛОР». (0+)
- 11.25 «ПИТ И ЕГО ДРАКОН». (6+)
- 13.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 21.00 «ЭВАН ВСЕМОГУЩИЙ». (12+)
- США, 2007 г. Комедия. В ролях: Стив Карелл, Морган Фриман. Ведущий новостей Эван Бакстер покидает телеэкран, но ненадолго. В рекордно короткие сроки он появляется там вновь в качестве конгрессмена. Небеса благоволят ему!
- 23.00 «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ». (18+)
- 01.05 «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ-2». (18+)
- 02.50 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.10 «6 кадров». (16+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



15.00 «ОЛЬГА». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 12.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 15.00 «ОЛЬГА». (16+)
- 18.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 20.00 «Однажды в России». (16+)
- 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 22.00 «Comedy Баттл». (16+)
- Отбор начинающих комиков продолжается. На этот раз в жюри соберутся мэтры, которые ранее уже сажались в кресла вершителей судеб...
- 23.00 «Импровизация. Команды». (18+)
- 00.00 «Такое кино!» (16+)
- 00.30 «Холостяк». (18+)
- 01.50 «Импровизация». (16+)
- 03.20 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.10 «Открытый микрофон». (16+)
- 05.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.00 «ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ». (16+)

- 05.00 05.55 09.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные спски». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 «ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ». (16+)
- 23.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. В. Дацик - С. Кавалари. Прямая трансляция. (16+)
- 00.30 «ТРОЯ». (16+)
- 03.15 «ОГОНЬ ИЗ ПРЕИСПОДНЕЙ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
- 05.00 Тату навсегда. (16+)
- 06.40 01.50 03.20 Пятница News. (16+)
- 07.00 На ножах. (16+)
- В кафе «Миледи» собираются творческие люди Санкт-Петербурга, туристы и офисные сотрудники. Но день за днем посещаемость падает.
- 10.40 Адская кухня. (16+)
- 19.00 Талант шоу. (16+)
- 20.00 «ТАРЗАН. ЛЕГЕНДА». (16+)
- 22.20 «БАНДИТКИ». (16+)
- 00.00 «ЧЕЛОВЕК-ВОЛК». (18+)
- 02.20 Инсайдеры. (16+)
- 03.50 Зов крови. (16+)
- Ю**
- 05.25 «Папа попал». (12+)
- Что, если мама неожиданно решит оставить мужа и детей, чтобы некоторое время отдохнуть? Тогда «Папа попал»!
- 08.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
- 12.50 «Обмен женами». (16+)
- 14.15 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+)
- 18.00 «Супермама». (16+)
- 20.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.20 «МастерШеф». (16+)
- ЧЕ!**
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
- 08.30 Улётное видео. (16+)
- 11.00 Решала. (16+)
- 14.00 Охотники. (16+)
- 15.00 Решала. (16+)
- 18.00 Охотники. (16+)
- Ведущие проекта под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. Их задача не просто вернуть деньги и проучить аферистов.
- 19.00 Решала. (16+)
- 20.00 «+100500». (16+)
- 00.00 «ВИКИНГИ». (18+)
- 01.55 Улётное видео. (16+)
- МИР**
- 06.10, 03.55 Мультфильмы. (0+)
- 07.15 «ЧИСТОЕ НЕБО». (12+)
- 09.05, 10.20 «СВОИ». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости
- 10.10 В гостях у цифры (12+)
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.25 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (0+)
- 19.15 Слабое звено. (12+)
- 20.10 «Игра в кино». (12+)
- 20.45 Всемирные игры разума. (16+)
- 21.20 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
- 23.55 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)
- 01.20 «ВЕСНА». (0+)
- 03.05, 03.30 Достояние республики. (12+)
- ОТР**
- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 ОТражение-1
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...» (12+)
- 11.45 «Большая страна». (12+)
- 12.00 13.20 ОТражение-2
- 15.15 «Календарь». (12+)
- 15.50 22.40 «Алла Пугачёва. «Сказки про любовь». (12+)
- 16.20 «За дело!» (12+)
- 17.00 «Открытая наука». (12+)
- 17.30 «#ореп vnp». (12+)
- 17.45 «Актуальное интервью»
- 18.00 «Губернские новости»
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 18.40 «Современники». (12+)
- 19.30 ОТражение-3
- 21.00 «ДУЭЛЯНТЫ». (16+)
- 23.10 «ЗАВЕТ». (16+)
- Победа**
- 04.10 «Путь к Победе» (16+)
- 05.00 «ЕДИНИЧКА». (16+)
- 06.50 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
- 09.00 «ПРИКАЗ: «УНИЧОЖИТЬ»». (16+)
- 10.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (12+)
- 13.50 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 17.00 «НЕОКОНЧЕННЫЙ БОЙ». (16+)
- Победный 1945-й. Бывший командир пехотной роты, ветеран и инвалид Великой Отечественной войны Антонина Федорова Иваншина возвращается с фронта...
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 02.40 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)

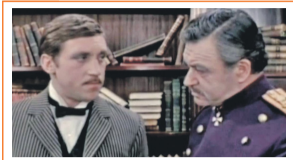
ДЕТСКИЕ

- КАНАЛ DISNEY**
- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.50 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 16.00 После школы. (6+)
- 16.25 «Гравити Фолз». (12+)
- 17.50 «Тайна Красной планеты». (6+)
- 19.30 «Ледниковый период». (0+)
- Спасаясь от ледникового периода, угрюмый мамонт Мэнни и беззаботный ленивец Сид объединяются для путешествия на юг. По пути они находят человеческого детеныша, лишившегося мамы, и решают вернуть его вождю людского племени. Но за ребёнком ведёт охоту саблезубый тигр Диего, который обещал его своей стае.
- 21.10 «Мультичакки: Байки Мэтра». (0+)
- 21.55 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ-3». (12+)
- 23.50 «СЫН РУСАЛКИ». (6+)
- 01.30 «Отряд «Призраки». (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Лео и Тиг». (0+)
- 10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
- Каляка-Малыка и его подруга Ляля приглашают детей в удивительную студию рисования!
- 11.10 «Зебра в клеточку». (0+)
- 12.15 «Волшебная кухня». (0+)
- Малышка Майя приглашает вас на Волшебную кухню!
- 14.00 «Навигатор. У нас гости!» (6+)
- Победительница Международного фестиваля по спортивной акробатике «Sky World 2021!» Обладательница золотой медали турнира по акробатике «Atmosphere Acro!» Акробатка, воздушная гимнастка и путешественница! В гостях у Никиты и Ани - Глория Шилова!
- 14.10 «Простоквашино». (0+)
- 17.00 «Энчантималс. Дом, милый дом». (0+)
- Приглашаем телезрителей в невероятно красивый мир хранилищ волшебного леса.
- 18.00 «Оранжевая корова». (0+)
- Музыкальный мультсериал про семью дружных оранжевых коров.
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.40 «Ералаш». (6+)
- 01.00 «Новаторы». (6+)
- 03.15 «Лунтик». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365 ДНЕЙ ТВ**
- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.10 Достояние России. (6+)
- 01.45, 07.50, 17.25 Семь дней истории. (12+)
- 01.55, 06.30 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
- 02.40 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 03.00, 05.40 Историограф. (12+)
- 03.45 Историада. (12+)
- 04.45, 07.15 Морской узел. (12+)
- 05.20 История одной фотографии. (6+)
- 08.00 Михаил Зорин. Жизнь продолжается. (12+)
- 09.30 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 09.55 Ледокол «Красин». Миссия спасать. (12+)
- 10.50 Ограбление века. Пропавшие сокровища Кремля. (12+)
- 11.40 Нюрнберг. Казнь. (12+)
- 12.35 Первая мировая. (12+)
- 13.40 Историада. (12+)
- 14.45 Суверенное государство Российское. (12+)
- 15.20 Загадки засечной черты. (12+)
- 16.00 Битва ставок. (12+)
- 16.45 Великие изобретатели. (12+)
- 17.35 Жил-был Дом. (12+)
- 18.10, 19.05 «ИСАЕВ». (16+)
- 20.00 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
- 21.55 «АНАСТАСИЯ СЛУЦКАЯ». (12+)
- 23.45 Обыкновенная история. (6+)
- VIASAT HISTORY**
- 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.25 Шелковый путь. (12+)
- 07.20 Настоящая игра престолов. (12+)
- 08.05 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 09.00 Древние суперстроения: Ангор-Ват. (12+)
- 10.00 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 11.45 Древние суперстроения: Ангор-Ват. (12+)
- 12.50 История нераскрытых дел. (16+)
- 13.45 Исторические убийства: Эдинбургские похитители тел. (16+)
- 14.35 Карты убийства. (16+)
- 15.25 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)
- 16.20 Расшифрованные сокровища. (12+)
- 17.10 Древние суперстроения: Собор св. Софии. (12+)
- 18.05 Тридцатилетняя война - Железный век: Хаос (1618 - 1621). (12+)
- 19.05 Забытые воины Карфагена. (12+)
- 20.05 Выдающиеся женщины. (12+)
- 20.55, 21.45, 22.35 Сокровища Инда. (12+)
- 23.25 Музейные тайны. (12+)
- 00.10 Забытые воины Карфагена. (12+)
- 01.10 Выдающиеся женщины. (12+)
- 02.00, 02.40, 03.25 Сокровища Инда. (12+)
- 04.10 Древние суперстроения: Ангор-Ват. (12+)
- NATIONAL GEOGRAPHIC NG**
- 06.00 Научные глупости. (16+)
- 06.25, 07.15 Невероятный доктор Пол. (16+)
- 08.05, 09.00 Инстинкт выживания. (16+)
- 09.50, 10.45 Авто-SOS. (16+)
- 11.35, 12.25 Дикий туец. (16+)
- 13.15, 14.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 14.55, 15.55 «МАРС-2». (16+)
- 16.45 Поймать контрабандиста. (16+)
- 17.40 Европа с высоты птичьего полета: Франция. (16+)
- 18.30, 18.55 Фабрика еды в Америке. (16+)
- 19.15 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск: Ошибки при техобслуживании. (16+)
- 20.05 Расследования авиакатастроф: Футбольная трагедия. (16+)
- 21.00 Египет с высоты птичьего полета: Древняя империя Египта. (16+)
- 21.50 Европа с высоты птичьего полета: Италия. (16+)
- 22.45, 23.35 Международный аэропорт Дубай. (16+)
- 00.30 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+)
- 01.15 Служба безопасности аэропорта. (16+)
- 02.00, 02.50 «МАРС-2». (16+)
- 03.35 Египет с высоты птичьего полета. (16+)
- 04.20 Труднейший в мире ремонт. (16+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



21.25 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»

- 06.30 07.00 07.30 08.20 10.00
15.00 19.30 23.45
Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Русский стиль»
- 07.35 «Иисус Христос. Жизнь и учение»
- 08.25 Легенды мирового кино
- 08.50 16.15 «ЛИВЕНЬ»
- 10.20 ХХ век
- 12.10 Цвет времени
- 12.30 «Предки наших предков»
- 13.15 «Первые в мире»
- 13.30 Власть факта
- 14.15 «Острова»
- 15.05 Письма из провинции
- 15.30 «Энигма»
- 17.25 «Забытое ремесло»
- 17.40 01.50 Михаил Плетнёв. Концерт
- 18.45 «Царская ложа»
- 19.45 «Искатели»
- 20.30 Линия жизни
- 21.25 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»
- 22.50 «2 Верник 2»
- 00.05 Особый взгляд

ТВЦ



16.10 «АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА». (12+)

- 06.00 «Настроение».
- 08.10 «СВОДНЫЕ СЁСТРЫ». (12+)
- 10.00 «БИЗНЕС-ПЛАН СЧАСТЬЯ». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «БИЗНЕС-ПЛАН СЧАСТЬЯ». (12+)
- 13.40 «КТО ПОЙМАЛ БУКЕТ НЕВЕСТЫ». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «КТО ПОЙМАЛ БУКЕТ НЕВЕСТЫ». (12+)
- 16.10 «АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА». (12+)
- 17.50 События
- 18.10 Петровка, 38. (16+)
- 18.30 «ПОКОПАЙТЕСЬ В МОЕЙ ПАМЯТИ». (12+)
- 20.10 «ПРИГЛАСИ В ДОМ ПРИЗРАКА». (16+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.05 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.45 «90-е». (16+)
- 01.30 «ЧТО ЗНАЕТ МАРИАННА?» (12+)

ТВ-3



21.30 «СМЕРТЬ ЕЙ К ЛИЦУ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Новый день. (12+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «БЫВШАЯ С ТОГО СВЕТА». (16+)
- США, Австралия, Великобритания, 2020 г. Комедия. В ролях: Дэн Стивенс, Айла Фишер, Лесли Манн. У известного автора детективов Чарльза Кондомайна пропадает вдохновение. Его творческий «затык» приходится именно на тот момент, когда ему заказали сценарий по одной из его книг.
- 21.30 «СМЕРТЬ ЕЙ К ЛИЦУ». (16+)
- 23.30 «БЛЭЙД: ТРОИЦА». (18+)
- 01.30 «ОМЕН: ПЕРЕРОЖДЕНИЕ». (18+)
- 03.00 «ОТ КОЛЫБЕЛИ ДО МОГИЛИ». (16+)
- 04.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

ДОМАШНИЙ



14.00 «Знахарка». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.10 Давай разведёмся! (16+)
- 10.10 Тест на отцовство. (16+)
- 12.25 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.35 «Верну любимого». (16+)
- 15.10 «ЧУЖОЙ ГРЕХ». (16+)
- 19.00 «ПЕРЕВОД НЕ ТРЕБУЕТСЯ». (16+)
- 23.00 Про здоровье. (16+)
- 23.15 «ЕЁ СЕРДЦЕ». (16+)
- 01.10 «ДЕЛОВАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)
- 03.00 «Понять. Простить». (16+)
- 03.50 «Порча». (16+)
- 04.15 «Знахарка». (16+)
- 04.45 «Верну любимого». (16+)
- 05.10 Тест на отцовство. (16+)
- 06.05 По делам несовершеннолетних. (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ГЕТЕРЫ МАЙОРА СОКОЛОВА». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ГЕТЕРЫ МАЙОРА СОКОЛОВА». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 23.45 Светская хроника. (16+)
- 00.45 Они потрясли мир. (12+)
- 01.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.45 12.00 13.25 14.05 16.30 18.40 04.25 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)
- 07.50 09.20 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (16+)
- 09.00 13.00 18.00 22.15 Новости дня. (16+)
- 11.10 «Уруп - рыбный остров». (16+)
- 21.15 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 22.30 «Легендарные матчи». (12+)
- 01.30 «СТРЕЛЫ РОБИН ГУДА». (12+)
- 02.45 «ПРОВЕРКА НА ДОРОГАХ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «ДВЕ ЖЕНЫ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 18.00 «Общее дело». (12+)
- 15.15 «Современники». (12+)
- 15.45 «Актуальное интервью». (12+)
- 17.30 03.15 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 18.15 «Специальный репортаж». (12+)
- 18.45 «Эксперт». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 «Записки из провинции». (12+)
- 20.30 01.15 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.45 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 03.30 «Малая сцена». (12+)
- 23.45 «МАША». (12+)
- 02.15 «В тени чемпионов». (12+)
- 03.00 «#open vrn». (12+)

СПОРТ

- 06.00 09.00 12.30 15.00 18.00
Новости
- 06.05 18.05 21.30 00.15 Все на Матч!
- 09.05 «РОЖДЕННЫЙ ЗАЩИЩАТЬ». (16+)
- 11.00 18.55 Футбол. Еврокубки. Обзор. (0+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 12.35 03.05 Специальный репортаж. (12+)
- 12.55 «Главная дорога». (16+)
- 14.00 15.05 «КРОВЬ И КОСТЬ». (16+)
- 16.00 «ПОЕДИНОК». (16+)
- 19.25 Футбол. «Динамо» (Москва) - «Ахмат» (Грозный). Тинькофф Российская Премьер-лига. Прямая трансляция
- 22.15 «Точная ставка». (16+)
- 22.35 Профессиональный бокс. Д. Лебедев - М. Гасиев. Трансляция из Москвы. (16+)
- 00.50 «С мячом в Британию». (6+)
- 02.40 «Есть тема!» (12+)
- 03.00 Новости. (0+)

- 06.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
- 07.50 10.00 13.20 15.55 Новости
- 07.55 14.45 02.05 «Несвободное падение». (16+)
- 08.45 02.55 «Второе дыхание». (12+)
- 09.10 15.35 18.05 Специальный репортаж. (12+)
- 09.30 21.00 «Большой хоккей». (12+)
- 10.05 Гандбол. Кубок России. «Финал четырёх». Женщины. Финал. (0+)
- 11.40 16.00 23.10 Волейбол. Чемпионат России. (0+)
- 13.25 Страна смотрит. (12+)
- 13.55 03.20 «Спортивный детектив». (6+)
- 17.50 Лица Страны. (12+)
- 18.20 «Есть тема!» (12+)
- 19.15 Баскетбол. Чемпионат России. Премьер-Лига. Женщины. (0+)
- 21.30 Профессиональный бокс. (16+)
- 01.00 Фестиваль «Влюблённые в фигурное катание». (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 07.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 08.40 15.00 18.00 21.25 Про-новости. (16+)
- 09.00 Золотая дюжина. (16+)
- 10.00 16.00 Муз'атив. (16+)
- 11.00 TikTok чарт. (16+)
- 12.00 Русские хиты. Чемпионы пятницы. (16+)
- 13.30 Отпуск без путёвки. (16+)

- 14.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 15.20 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
- 17.40 18.20 Прогноз по го-ду. (16+)
- 19.00 День Рождения в Кремле. Муз-ТВ 22 года в эфире. (16+)
- 21.45 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.30 Наше. (18+)
- 02.00 Наше. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30, 06.10, 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 07.00 «ДВОЕ: Я И МОЯ ТЕНЬ». (16+)
- 08.45 «Эмоджи фильм». Мультфильм. (6+)
- 10.15 «ДРЯННЫЕ ДЕВЧОНКИ». (12+)
- 12.00 «10 ПРИЧИН МОЕЙ НЕНАВИСТИ». (16+)
- 13.45 «ОТЛИЧНИЦА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 15.20 «НЕВЕРОЯТНЫЙ ХАЛК». (16+)
- 19.00 «ЭВАН ВСЕМОГУЩИЙ». (12+)
- 20.40 «ХРАНИТЕЛЬ ВРЕМЕНИ». (12+)
- 22.55 «ЛЕМОНИ СНИКЕТ: 33 НЕСЧАСТЬЯ». (12+)
- 00.40 «В ПОГОНЕ ЗА СЧАСТЬЕМ». (12+)
- 02.30 «ЗАЩИТНИК». (16+)

- 06.05 «СПУТНИК». (16+)
- 08.20 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
- 10.00 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
- 11.25 «ВНУК КОСМОНАВТА». (12+)
- 12.50 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- 15.15 «СПУТНИК». (16+)
- 17.10, 17.40, 18.05, 18.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
- 19.00 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ПЕРВЫЙ». (16+)
- 20.35 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
- 22.10 «КОЛЬСКАЯ СВЕРХГЛУБОКАЯ». (16+)
- 00.05 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОС». (6+)
- 01.55 «ГЛАВНЫЙ». (6+)
- 03.40 «КОРОЛЕВ». (12+)

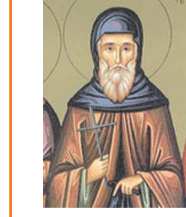
- 04.30 «Ералаш». (6+)
- 05.20 «Крепость. Щитом и мечом». (6+)
- 06.35 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 07.50 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
- 09.10 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
- 10.35 «Три богатыря. Ход конём». (6+)
- 11.55 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
- 13.20 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
- 15.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 23.40 «НАПАРНИК». (16+)
- 01.20 «ГОРЬКО!» (16+)
- 03.00 «ГОРЬКО!-2». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Псалтырь. Кафизма 5. (0+)
- 05.25 В поисках Бога. (6+)
- 06.00 Москва лучший город земли. Храм Христа Спасителя. (0+)
- 06.30 И будут двое. (0+)
- 07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Завет. (6+)
- 11.00 Простые чудеса. (12+)
- 11.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Завет. (6+)
- 15.35 Аланские монастыри. Цикл: Тропами Алании. (0+)
- 16.10 Киев-Столыпино-Киев. (0+)
- 17.10 «ПРИШЕЛ СОЛДАТ С ФРОНТА». (12+)
- 18.45 «ТРЕВОЖНЫЙ МЕСЯЦ ВЕРЕСЕНЬ». (12+)
- 20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.15, 23.15 Апокалипсис. Глава 21-22. (16+)
- 00.15 День Патриарха. (0+)
- 00.30 Друг Христов. (0+)
- 01.00 Простые чудеса. (12+)
- 01.45, 02.15 Пилигрим. (6+)
- 02.45 Украина, которую мы любим. (12+)
- 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

15 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица ваий). Глас 1. Прп. Тита чудотворца.



Мчч. Амфиана и Едесия.
Мчч. Поликарпа.
Постный день.

« Кто сказал: помилуй, тот сделал исповедь и сознал грехи свои, потому что желать помилования свойственному согрешившим. Кто сказал: помилуй мя, тот получил отпущение грехов, потому что помилованный не наказывается. Кто сказал: помилуй мя, тот получил Царствие Небесное, потому что Бог, кого помилует, того не только освобождает от наказания, но и удостоивает будущих благ». Свт. Иоанн Златоуст

7 ПЕРВЫЙ



18.20 «ШИФР». (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 «Космос. Будущее рядом». (12+)
- 11.20 12.15 15.15 «Битва за космос». (12+)
- 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.55 «До небес и выше». (12+)
- 17.00 «Спасение в космосе». (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 22.00 «ШИФР». (16+)
- 21.00 Время
- 23.25 «ОДИССЕЯ». (16+)
- 01.30 «Буря». Созвездие Волка. (12+)
- 02.00 «12-раундовый чемпионский бой за титул чемпиона мира». (16+)
- 03.30 Наедине со всеми. (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



13.10 «КЛЮЧИ ОТ ПРОШЛОГО». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.20 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 «Формула еды». (12+)
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 12.00 «Доктор Мясников». (12+)
- 13.10 «КЛЮЧИ ОТ ПРОШЛОГО». (12+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Привет, Андрей!»
- 20.00 Вести
- 21.00 «ЧУЖАЯ». (12+)
Ирина - жена миллионера и мать трёх дочерей. Она снова беременна, и на сей раз её супруг Владимир требует родить ему сына. Узнав, что у неё будет дочь, Ирина очень боится, что муж выгонит её, а дочерей оставит без наследства.
- 00.35 «СВОДНАЯ СЕСТРА». (12+)

НТВ НТВ



05.35 «ЧЕСТЬ САМУРАЯ». (16+)

- 05.10 Хорошо там, где мы есть! (0+)
- 05.35 «ЧЕСТЬ САМУРАЯ». (16+)
- 07.25 Смотр. (0+)
- 08.00 Сегодня
- 08.20 Готовим. (0+)
- 08.50 Поедем, поедим! (0+)
- 09.25 Едим дома. (0+)
- 10.00 16.00 Сегодня
- 10.20 Главная дорога. (16+)
- 11.00 «Живая еда». (12+)
- 12.00 Квартирный вопрос
- 13.05 Однажды... (16+)
- 14.00 Своя игра. (0+)
- 15.00 «Земля - не шар?» (12+)
- 16.20 Следствие вели... (16+)
- 18.00 По следу монстра (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение»
- 20.30 Ты не поверишь! (16+)
- 21.30 Секрет на миллион. (16+)
- 23.45 «Международная пилорама». (16+)
- 00.35 Квартирник НТВ. (16+)
- 01.50 Дачный ответ. (0+)
- 02.45 «Порох и дробь». (16+)

СТС СТС



14.15 «ХРОНИКИ НАРНИИ. ПОКОРИТЕЛЬ ЗАРИ». (12+)

- 06.00 05.20 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Том и Джерри». (0+)
- 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 08.25 10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.35 «ЛЕМОНИ СНИКЕТ. 33 НЕСЧАСТЬЯ». (12+)
- 12.25 «ЭВАН ВСЕМОГУЩИЙ». (12+)
- 14.15 «ХРОНИКИ НАРНИИ. ПОКОРИТЕЛЬ ЗАРИ». (12+)
- 16.20 «ЛЮДИ ИКС. ТЁМНЫЙ ФЕНИКС». (16+)
- 18.25 «ФАНТАСТИЧЕСКИЕ ТВАРИ И ГДЕ ОНИ ОБИТАЮТ». (16+)
- 21.00 «ФАНТАСТИЧЕСКИЕ ТВАРИ. ПРЕСТУПЛЕНИЯ ГРИН-ДЕВАЛЬДА». (12+)
- 23.35 «ЛЕГИОН». (18+)
- 01.25 «ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ». (18+)
- 03.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)

TNT ГУБЕРНИЯ



21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «Бузова на кухне». (16+)
- 09.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 12.35 «ПРОЕКТ «АННА НИКОЛАЕВНА»». (16+)
- 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- 23.00 «Холостяк». (18+)
- 00.30 «СЧАСТЛИВОГО НОВОГО ДНЯ СМЕРТИ». (18+)
Ее затянула петля времени, в которой раз за разом повторяется смертельный кошмар, а новый день никак не наступает. Пришло время выяснить причины этого феномена...
- 02.10 «Импровизация». (16+)
- 03.00 «Comedy Баттл». (16+)
- 03.45 «Открытый микрофон». (16+)
- 05.20 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



17.00 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ». (16+)

- 05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 06.30 «13-Й ВОИН». (16+)
- 08.30 «О вкусной и здоровой пище». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 12.00 «Наука и техника». (16+)
- 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 14.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 16.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ». (16+)
- 19.30 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ-2». (16+)
- 21.45 «РОМЕО ДОЛЖЕН УМЕРЕТЬ». (16+)
- 23.55 «ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ». (16+)
- 02.30 «24 ЧАСА НА ЖИЗНЬ». (18+)
- 03.50 «Тайны Чапман». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Тату навсегда. (16+)
- 05.50 02.50 04.20 Пятница News. (16+)
- 06.20 Диари. (16+)
- 08.30 Мамы Пятницы. (16+)
- 09.00 Умный дом. (16+)
- 10.00 На ножках. (16+)
Следующим местом, которое обновит Константин Ивлев, станет кафе «Капитан» в Санкт-Петербурге. В интерьере заведения смешано несколько стилей, в коллективе есть проблемы...
- 23.00 «ПЯТЬДЕСЯТ ОТТЕНКОВ СВОБОДЫ». (18+)
- 01.00 «БАНДИТКИ». (16+)
- 03.20 Инсайдеры. (16+)

ЧЕ! ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 07.30 Бегущий косарь. (12+)
Самое главное антикризисное шоу страны. Телеканал «Че!» раздаёт деньги прямо на улице. Ведущий на бегу задаёт вопросы: кто отвечает правильно - получает «косарь».
- 09.30 Утилизатор. (12+)
- 13.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 15.30 Утилизатор. (12+)
- 19.00 Улётное видео. (16+)
- 21.00 «+100500». (16+)
- 00.00 «ВИКИНГИ». (18+)
- 01.55 Улётное видео. (16+)

ОТР ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.30 ОТражение. Детям
- 10.00 17.00 «Календарь»
- 11.05 ОТражение. Суббота
- 12.55 «Фин. грамотность»
- 13.20 «Коллеги». (12+)
- 13.50 «Сходи к врачу». (12+)
- 14.05 «Очень личное». (12+)
- 15.10 «Фабрика грёз» для товарища Сталина». (6+)
- 16.20 «Свет и тени». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Точка.ру». (12+)
- 18.05 «Вечер вместе». (12+)
- 18.30 «Записки из провинции»
- 19.05 «Клуб редакторов»
- 19.45 «Большая страна». (12+)
- 20.25 «ФАЛЬШИВОМОНЕТИЧКИ». (16+)
- 22.10 «ЧУДЕСА». (12+)

Ю

- 05.25 «Папа попал». (12+)
- 08.00 «Беременная в 16». (16+)
- 10.00 «Мои одинаковые дети». (16+)
Воспитывать ребёнка - сложно, двоих - очень сложно, воспитать троих - подвиг. Но что, если их пять? Семья Морозовых из Санкт-Петербурга героически справляется с трудностями свалившегося на них счастья. С пятью детьми делать даже простейшие вещи очень трудно.
- 12.05 «Беременная в 16». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.25 «Папа попал». (12+)

МИР

- 05.00, 06.15, 03.05 Мультфильмы. (0+)
- 06.00 Всё, как у людей. (6+)
- 08.45 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (12+)
- 09.10 Слабое звено. (12+)
- 10.00 Погода в мире
- 10.10 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
Драма, СССР, 1984 г. В ролях: Лариса Гузеева, Никита Михалков, Андрей Мягков
- 12.35, 16.15, 19.15 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
Сериал. Военная драма, Россия, 2013 г. В ролях: Светлана Иванова, Светлана Устинова
- 16.00, 19.00 Новости
- 23.50 «ЧИСТОЕ НЕБО». (12+)
- 01.35 «СЕМЕРО СМЕЛЫХ». (0+)

ПОБЕДА

- 04.40 «СОБИБОР». (16+)
- 06.20 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
- 08.40 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
- 10.30 «ЗАЩИТА». (16+)
- 14.10 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
Фашисты рвутся к Киеву. Обстановка в городе накаляется с каждым днем, что добавляет работы следователю киевской военной прокуратуры Ивану Рокотову. Из Москвы прикомандован заместитель главного военного прокурора РККА Николай Мирский.
- 01.00 «ГЕРОЙ 115». (16+)
- 02.00 «72 ЧАСА». (16+)
- 03.40 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.50 «Феи: Невероятные приключения». (0+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Пэмми. Пять детей и волшебство». (6+)
- 11.30 «Книга джунглей». (0+)
- 13.20 «Утиные истории». (6+)
- 14.35 «Цыпленок Цыпа». (0+)
- 16.05 «Жил-был кот». (6+)
- 17.55 «Королевские каникулы». (6+)
- 19.30 «Ледниковый период-2: Глобальное потепление». (0+)
В продолжении истории о ледниковом периоде мамонту Мэнни, ленивцу Сиду и саблезубому тигру Диего снова угрожает опасность. Из-за глобального потепления огромная плотина вот-вот прорвется и затопит долину...
- 21.20 «МИССИЯ ДАРВИНА». (12+)
- 23.05 «ОСОБНЯК С ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)
- 00.55 «ГЕНЗЕЛЬ И ГРЕТЕЛЬ: БОРЦЫ С КОЛДОВСТВОМ». (12+)
- 02.15 «СЫН РУСАЛКИ». (6+)
- 03.35 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Машинки Мокаса». (0+)
- 09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
- 09.25 «Царевны». (0+)
- 11.00 «Семья на урах» (0+)
- 11.25 «Долина Муми-троллей». (0+)
- 13.00 «Зелёный проект». (0+)
- 13.25 «Монсики». (0+)
- 13.50 «Буба». (6+)
- 15.35 «Ералаш». (6+)
- 17.05 «Сказочный патруль». (0+)
- 19.10 Семейное кино. «Большое путешествие». (6+)
Так уж вышло, что один нелуцый аист доставил малыша панду не совсем по адресу. Точнее, совсем не по адресу... В общем, новоиспечённым отцом неожиданно стал угрюмый медведь по кличке Мик-Мик. Недолго думая, наш герой решил доставить панду настоящему родителю.
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 Семейное кино. «Банда котиков». (6+)
Крутой кот собирает отряд, чтобы навести порядок на улицах Манхэттена, где все пляшут под дудку таинственного и очень опасного мистера Кроко. Однако банда ката не пугает!
- 21.55 «Барбоскины». (0+)
- 22.30 «Герои Гуджигусу». (6+)
- 22.40 «Ералаш». (6+)
- 01.00 «Новаторы». (6+)
- 03.15 «Лунтик». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.10 Достояние России. (6+)
- 01.45 Семь дней истории. (12+)
- 01.55 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
- 02.40 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 03.00 Историкограф. (12+)
- 03.45 Историада. (12+)
- 04.45 Морской узел. (12+)
- 05.20 История одной фотографии. (6+)
- 05.40 Историкограф. (12+)
- 06.30 Битва оружейников. (12+)
- 07.15 Морской узел. (12+)
- 07.50 Семь дней истории. (12+)
- 08.00 Нюрнберг. Казнь. (12+)
- 08.50 Первая мировая. (12+)
- 09.55, 10.50 Апокалипсис. Нескончаемая война 1918-1926. (16+)
- 11.45 Обыкновенная история. (6+)
- 11.55 Историада. (12+)
- 13.00 Михаил Зорин. Жизнь продолжается. (12+)
- 14.30 Суверенное государство Российское. (12+)
- 15.05 Загадки засечной черты. (12+)
- 15.45 Обыкновенная история. (6+)
- 15.55 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
- 18.00 Обыкновенная история. (6+)
- 18.10, 19.05 «ИСАЕВ». (16+)
- 20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЦИ». (16+)
- 22.00 «ПРИКАЗ «УНИЧОЖИТЬ». (16+)

VIASAT HISTORY

- 06.05 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.30 История нераскрытых дел: Смерть в Тауэре - король Ричард и два принца. (16+)
- 07.25 Исторические убийства: Эдинбургские похитители тел. (16+)
- 08.15 Карты убийства: Мэри Коттон - Черная вдова. (16+)
- 09.05 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Греции. (12+)
- 09.55, 10.55, 11.50, 12.45, 13.40 Выдающиеся женщины. (12+)
- 14.35 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
- 15.30, 16.30, 17.25 Шелковый путь. (12+)
- 18.25 Истоки Испании: Конкиста. (16+)
- 19.20 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)
- 20.10 Анна Бoley: арест, суд и казнь: Суд. (16+)
- 21.00 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 21.50 Выдающиеся женщины: Грейс Келли. (12+)
- 22.40 Выдающиеся женщины: Марта Геллхорн. (12+)
- 23.35 Выдающиеся женщины: Джозефина Бейкер. (12+)
- 00.30 Древние конструкторы. (12+)
- 01.25 Древние суперстроения: Ангор-Ват. (12+)
- 02.25 Мегаполис. (12+)
- 03.15 История нераскрытых дел. (16+)
- 04.10 Исторические убийства. (16+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00, 06.20, 06.45 Научные глупости. (16+)
- 07.10, 08.00, 08.50, 09.45 Дикий туец. (16+)
- 10.35 Осушить океан: Потерянные миры Средиземноморья. (16+)
- 11.30 Осушить океан: Рейс Malaysia Airlines 370. (16+)
- 12.25 Осушить океан: Тайны Китайских морей. (16+)
- 13.20, 14.10, 15.00, 15.55 Авто-SOS. (16+)
- 16.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 17.40 Расследования авиакатастроф: Уход легенды. (16+)
- 18.30 Расследования авиакатастроф: За миг до посадки. (16+)
- 19.15 Расследования авиакатастроф: Смертельная поставка. (16+)
- 20.05 Служба безопасности аэропорта: Бразилия: Какаинская драма. (16+)
- 21.00 Непокоренный остров: В боевой готовности. (16+)
- 21.50 Аляска: Новое поколение: Наш путь тернист. (16+)
- 22.40 Аляска: Новое поколение. (16+)
- 23.30, 00.20, 01.10 Авто-SOS. (16+)
- 01.55 Осушить океан: глубокое погружение. (16+)
- 02.40, 03.25, 04.10 Тайная история кораблекрушений. (16+)
- 04.55, 05.20 История десятилетий. (16+)
- 05.35 Научные глупости. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериалы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам старше 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам старше 18 лет.

РОССИЯ К **РОССИЯ К**
Культура

- 19.35 «КОРАБЛЬ ДУРАКОВ»
- 06.30 «Библейский сюжет»
07.05 02.15 «Мультфильмы»
08.40 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»
10.05 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным»
10.35 Неизвестные маршруты России
11.15 «ДНЕВНИК ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ»
12.30 «Эрмитаж»
13.00 01.25 «Брачные игры»
13.55 «Дом ученых»
14.25 «Рассказы из русской истории»
15.15 «Острова»
15.55 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ» СССР, 1941 г. Комедия.
17.30 «Роман в камне»
18.00 «Москва слезам не верит» - большая лотерея
18.40 «Русский бал»
19.35 «КОРАБЛЬ ДУРАКОВ»
22.00 «Агора»
23.00 «Незагаданные тайны грибов»
23.55 «ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ»

ТВЦ **ТВЦ**

- 13.45 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ». (12+)
- 05.45 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (12+)
07.25 Православная энциклопедия. (6+)
07.50 «Фактор жизни». (12+)
08.20 «ЛЮБОВЬ СО ВСЕМИ ОСТАНОВКАМИ». (12+)
10.00 «Самый вкусный день». (6+)
10.35 «Москва резиновая». (16+)
11.30 События
11.45 Петровка, 38. (16+)
11.55 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+)
13.45 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ». (12+)
14.30 События
14.45 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ». (12+)
17.25 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ-2». (12+)
21.00 «Постскриптум»
22.05 «Право знать!» (16+)
23.25 События
23.35 «Блудный сын президента». (16+)
00.20 «Прощание». (16+)
01.05 Специальный репортаж. (16+)

ТВ-3 **ТВ-3**

- 19.00 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (6+)
- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.45 «Слепая». (16+)
10.45 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА: БИТВА ЗА ОГНЕННОЕ СЕРДЦЕ». (12+)
12.45 «СМЕРТЬ ЕЙ КЛИЦУ». (16+)
14.45 «СТРАШИЛЫ». (16+)
17.00 «БЫВШАЯ С ТОГО СВЕТА». (16+)
19.00 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (6+)
Франция, Испания, Германия, 2008 г. Фэнтези. В ролях: Жерар Депардье, Кловис Корнийяк, Бенуа Пульворд, Аллен Делон, Ванесса Эсслер.
21.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (6+)
23.30 «ЗЛОВЕЩИЕ МЕРТВЕЦЫ: АРМИЯ ТЬМЫ». (18+)
01.15 «КОБРА». (18+)
02.30 «ПОЛТЕРГЕЙСТ». (18+)
04.00 «Тайные знаки». (16+)
05.30 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ

- 10.30 «УРАВНЕНИЕ ЛЮБВИ». (16+)
- 06.30 «СПИСОК ЖЕЛАНИЙ». (16+)
10.30 «УРАВНЕНИЕ ЛЮБВИ». (16+)
Россия, 2011 г. Мелодрама. В ролях: Наталия Антонова, Александр Робак, Дмитрий Муляр, Александр Зельский. Татьяна посвятила всю жизнь своей семье - любимому сыну Дениске и супругу. Накануне своей свадьбы Денис, выпив лишнего и сев за руль, сбивает человека.
18.45 Скажи, подруга. (16+)
19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
23.50 Скажи, подруга. (16+)
00.05 «ПОЛОВИНКИ НЕВОЗМОЖНОГО». (16+)
03.10 «ТУРЕЦКИЙ ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ». (16+)
04.55 «Ванга. Предсказания сбываются». (16+)
05.45 «Джуна: Последнее предсказание». (16+)

5 **5-Й КАНАЛ**

- 05.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
09.00 Светская хроника. (16+)
10.00 Они потрясли мир. (12+)
10.50 «СТARIK ХОТТА-БЫЧ». (6+)
12.35 «СОБАЧЬЕ СЕРДЦЕ». (16+)
15.10 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное». (16+)
00.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 06.00 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)
08.00 13.00 18.00 Новости
08.15 «МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА»
09.40 «Война миров». (16+)
10.25 «Улика из прошлого». (12+)
11.05 «Загадки века». (12+)
11.50 «Не факт!» (12+)
12.15 «СССР. Знак качества»
13.15 «Морской бой». (6+)
14.15 Круиз-контроль. (12+)
14.50 «Легенды музыки». (12+)
15.20 «Легенды кино». (12+)
16.15 18.25 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
18.15 «Задело!». (16+)
22.30 Конкурс «Новая звезда-2022». (6+)
23.50 «Десять фотографий»

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
10.00 «Маша и медведь». (0+)
11.00 «ДВЕ ЖЕНЫ». (16+)
12.00 «Специальный репортаж». (12+)
12.15 «Актуальное интервью». (12+)
12.30 02.30 «Формула здоровья». (12+)
13.00 03.00 «Точка.ру». (12+)
13.30 23.30 «Здоровый интеллект». (12+)
13.45 «МАША». (12+)
15.15 «Эксперт». (12+)
15.30 «Просто жизнь». (12+)
16.00 «12». (12+)
17.45 «В тени чемпионов». (12+)
18.00 23.45 «Марафон». (12+)
19.00 «Территория успеха». (12+)
19.30 «Губернские новости». (12+)
19.45 «#open vrn». (12+)
20.00 «Ur&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
20.30 «Понятная политика». (12+)
20.45 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
22.30 «Такие разные». (12+)
00.45 «Малая сцена». (12+)
03.30 «Футбол губернии». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ** **МАТЧ! СТРАНА** **МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
07.00 09.00 13.05 16.50 21.00 Новости
07.05 13.10 16.55 21.05 23.45 Все на Матч!
09.05 «ЗАПАСНОЙ ИГРОК». (6+)
13.55 Баскетбол. ЦСКА - «Цмоки-Минск» (Белоруссия). Единая лига ВТБ
15.55 Профессиональный бокс. (16+)
17.25 Футбол. «Манчестер Сити» - «Ливерпуль». Кубок Англии. 1/2 финала. Прямая трансляция
19.30 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Рубин» (Казань). Тинькофф Российская Премьер-лига
21.40 Футбол. «Лацио» - «Торино». Чемпионат Италии
00.20 Лёгкая атлетика. Мировой континентальный тур
02.00 Волейбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Газпром-Югра» (Сургут). Чемпионат России «Суперлига Paribet». Мужчины. (0+)
- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)
07.50 10.00 13.00 14.50 Новости
07.55 11.55 12.45 Специальный репортаж. (12+)
08.10 02.05 «Тот самый бой». (12+)
08.35 00.25 «Драмы большого спорта». (6+)
09.00 «Мой дом там, где высоко». (12+)
09.30 16.55 Страна смотрит спорт. (12+)
10.05 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)
12.20 «Парусный спорт» (16+)
13.05 02.30 Профессиональный бокс. (16+)
14.55 17.55 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины
17.25 «Вид сверху». (12+)
19.55 «Большой хоккей» (12+)
20.25 04.10 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
22.15 Скачки. Открытие скакового сезона. (0+)
00.50 Фигурное катание. Фестиваль «Влюблённые в фигурное катание». (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 04.00 Золотая лихорадка. (16+)
06.25 08.40 Про-новости. (16+)
06.40 13.00 Top 30 - Русский крутяк недели. (16+)
09.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
10.00 Прогноз по году. (16+)
11.00 Top Чарт Европы плюс. (16+)
- 12.00 Про-новости. (16+)
12.30 Хит-сториз. (16+)
15.00 Отпуск без путёвки. (16+)
15.30 Русские хиты. (16+)
16.00 «Мама может: одиночки шоу-бизнеса». (16+)
17.00 DFM - Dance chart. (16+)
18.00 День Рождения в Кремле. (16+)
20.20 Top 30. (16+)
22.25 Танцпол. (16+)
00.00 Муз'итив. (18+)
02.00 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

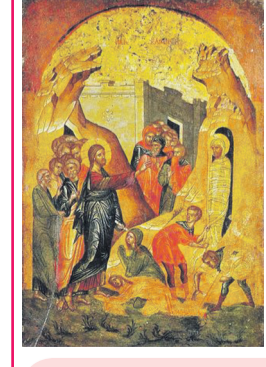
- TV1000** **TV1000** **TV1000** **TV1000**
- 05.00 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ИЗМЕНИЛ ВСЁ». (16+)
07.30 «ЭВАН ВСЕМОГУЩИЙ». (12+)
09.35 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)
11.30 «Эмоджи фильм». Мультфильм. (6+)
13.00 «ЛЕМОНИ СНИКЕТ: 33 НЕСЧАСТЬЯ». (12+)
14.45 «ХРАНИТЕЛЬ ВРЕМЕНИ». (12+)
17.00 «ИНОПЛАНЕТЯНИН». (6+)
19.00 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
21.10 «ВОСХОЖДЕНИЕ ЮПИТЕРА». (16+)
23.20 «ГОСТЬЯ». (16+)
01.30 «10 ПРИЧИН МОЕЙ НЕНАВИСТИ». (16+)
03.05 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ИЗМЕНИЛ ВСЁ». (16+)
- 06.35 «МОЯ МОРЯЧКА». (12+)
08.00 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (6+)
10.00, 10.25, 10.50, 11.20, 11.45, 12.10 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
12.40 «ЗВЁЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
14.20 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ПЕРВЫЙ». (16+)
15.55 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
17.35 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
19.05 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
20.30 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНКОК». (16+)
21.55 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
23.20 «ВНУК КОСМОНАВТА». (12+)
00.45 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (12+)
- 04.30 «Ералаш». (6+)
05.10 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». (12+)
06.25 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
07.55 «Три богатыря. Ход конём». (6+)
09.15 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
10.55 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
12.15 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
13.40 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
15.00 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
Россия, 2015 г.
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.40 «ПРИЗРАК». (6+)
01.40 «ИГРА». (16+)
03.15 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (16+)
- 05.00, 04.30 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
06.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
14.00, 14.50 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
14.45 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)
16.00, 17.10 Богиня шопинга. (16+)
18.20 Жидковские штучки. (16+)
19.00, 19.50, 20.50, 21.40 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). Россия, 2004-2012 гг.
22.30, 23.30, 00.20, 01.10, 02.00, 02.40, 03.20, 03.50 Топ-модель по-американски. (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ** **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ** **ФЕНИКС ПЛЮС КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**
- 00.55 «ЗАМУЖ НА ДВА ДНЯ». (12+)
03.05 «УБОЙНЫЙ ФУТБОЛ». (16+)
04.55 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА». (12+)
06.40 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА-2». (12+)
08.20 «БОЛЬШЕ ЧЕМ СЕКС». (16+)
10.20 «ВЫШИБАЛА». (18+)
11.55 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
13.55 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
15.40 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
17.30 «СЛИШКОМ КРУТА ДЛЯ ТЕБЯ». (16+)
19.30 «ПОЧЕМУ ОН?». (16+)
21.35 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
23.25 «НЕСНОСНЫЕ БОС-СЫ-2». (16+)
- 06.05 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (12+)
07.40 «ДЕНЬ ПОЛНОЛУНИЯ». (12+)
09.20 «ЦАРЕУБИЙЦА». (12+)
11.10 «КО МНЕ, МУХТАР!». (12+)
12.40 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
15.25 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
20.20 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
22.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
СССР, 1979 г.
00.45 «АКСЕЛЕРАТКА». (12+)
02.05 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)
03.45 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
05.15 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов, Наталья Данилова
12.00, 20.00, 04.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ». (16+)
Сериал. Мелодрама, драма, Россия, 2011 г. В ролях: Дмитрий Дюжев, Карина Андоленко
14.00, 22.00, 06.00 «ИЗМЕНА». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
Сериал. Комедия, Россия, 2007 г.
Маша встречает парня своей мечты, который считает, что умных женщин не бывает. Без помощи Галины Сергеевны здесь не обойтись.
00.00 Сердца за любовь. (16+)
«Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** **СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Псалтырь. Кафизма б. (0+)
05.30 «АДМИРАЛ НАХИМОВ». (0+)
07.20, 20.15, 02.05 Расскажи мне о Боге. (6+)
07.55, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
09.05 Простые чудеса. (12+)
09.55 Друг Христов. (0+)
10.30 В поисках Бога. (6+)
11.05 «Свой» с Андреем Даниленко. (6+)
11.40 Тайна Ноева Ковчега. (0+)
12.35, 13.45 Апокалипсис. Глава 21-22. (16+)
- 14.55 Завет. (6+)
15.30 «ЗДЕСЬ ТВОЙ ФРОНТ». (16+)
17.00 Всенощное бдение. Прямая трансляция. (0+)
19.30 Простые чудеса. (12+)
20.45, 02.35 Профессор Осипов. (0+)
21.15, 03.35 Украина, которую мы любим. (12+)
21.45 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
22.40, 23.10, 23.40 Лестница. (6+)
00.10 Геронда: исповедь миру. (0+)
01.05 День Патриарха. (0+)
01.20 Простые чудеса. (12+)
03.05 Вербное воскресенье. Цикл: Праздники. (0+)
04.05 Во что мы верим. (0+)

Православный календарь

16 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица вай). Лазарева суббота. Глас 1.
Воскрешение праведного Лазаря.

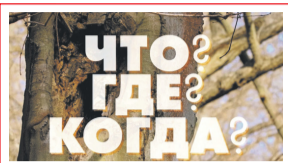


Прп. Никиты исп., игумена обители Мидийской. Мчч. Елпидифора, Дия, Вифония и Галика. Мц. Феодосии девы. Прп. Иллирика. Иконы Божией Матери «Неувядаемый Цвет».

Постный день. Разрешается рыбная икра.

«Как тихий ветер лобызает деревья, так Дух Божий прикасается к душе человека».
Прп. Иоанн Кронштадтский

ПЕРВЫЙ



22.35 «Что? Где? Когда?»
Весенняя серия игр. (16+)

- 05.45 «**ХИРОМАНТ: ЛИНИИ СУДЕБ**». (16+)
- 06.00 Новости
- 06.10 «**ХИРОМАНТ: ЛИНИИ СУДЕБ**». (16+)
- 08.25 Часовой. (12+)
- 08.55 Здоровье. (16+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «АнтиФейк». (16+)
- 11.05 «Ванга». (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 **15.15 18.20 «МОСГАЗ: НОВОЕ ДЕЛО МАЙОРА ЧЕРКАСОВА**». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 21.00 Время
- 22.35 «Что? Где? Когда?»
Весенняя серия игр. (16+)
- 23.45 «**СОЛЯРИС**». (16+)
- 02.35 Наедине со всеми. (16+)
- 04.05 «Россия от края до края». (12+)

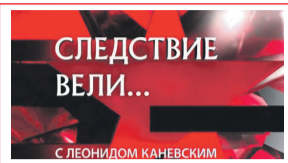
РОССИЯ 1



12.00 «Доктор Мясников». (12+)

- 05.20 «**ЧУЖОЕ ЛИЦО**». (12+)
- 07.15 Устами младенца
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 12.00 «Доктор Мясников». (12+)
- 13.10 «**КЛЮЧИ ОТ ПРОШЛОГО**». (12+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Песни от всей души». (12+)
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.30 «**ТЕРАПИЯ ЛЮБОВЬЮ**». (12+)
Нина разведена, она живёт вместе с дочерью. На занятиях йогой героиня знакомится с владельцем клуба Женей.
- 03.15 «**ЧУЖОЕ ЛИЦО**». (12+)

НТВ



15.00 Следствие вели... (16+)

- 04.55 «**ТОНКАЯ ШТУЧКА**». (16+)
- 06.25 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+)
- 12.00 Дачный ответ. (0+)
- 13.00 НашПотребНадзор. (16+)
- 14.00 Своя игра. (0+)
- 15.00 Следствие вели... (16+)
- 16.00 Сегодня
- 16.20 Следствие вели... (16+)
- 18.00 Новые русские сенсации. (16+)
- 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
- 20.40 Маска. (12+)
- 23.40 Звезды сошлись. (16+)
- 01.05 Основано на реальных событиях. (16+)
- 03.30 «**ПОРОХ И ДРОБЬ**». (16+)

СТС



23.20 «МЭРИ ПОППИНС ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)

- 06.00 05.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 07.55 «**ФАНТАСТИЧЕСКИЕ ТВАРИ И ГДЕ ОНИ ОБИТАЮТ**». (16+)
- 10.20 «**ФАНТАСТИЧЕСКИЕ ТВАРИ. ПРЕСТУПЛЕНИЯ ГРИН-ДЕВАЛЬДА**». (12+)
- 12.50 «**ГАРРИ ПОТТЕР И ОРДЕН ФЕНИКСА**». (16+)
- 15.20 «**ГАРРИ ПОТТЕР И ПРИНЦ-ПОЛУКРОВКА**». (12+)
- 18.15 «**ГАРРИ ПОТТЕР И ДАРЫ СМЕРТИ. ЧАСТЬ 1**». (16+)
- 21.00 «**ГАРРИ ПОТТЕР И ДАРЫ СМЕРТИ. ЧАСТЬ 2**». (16+)
- 23.20 «**МЭРИ ПОППИНС ВОЗВРАЩАЕТСЯ**». (6+)
- 01.45 «**ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ-2**». (18+)
- 03.25 «**ВОРОНИНЫ**». (16+)

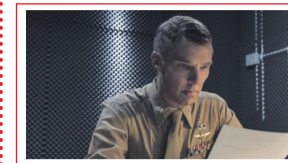
ТНТ ГУБЕРНИЯ



20.30 «Женский стендап». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «Перезагрузка». (16+)
- 09.30 «**СЕМЬЯ**». (16+)
- 13.00 «**ХОББИТ: ПУСТОШЬ СМАУГА**». (12+)
- 16.10 «**ХОББИТ: БИТВА ПЯТИ ВОИНСТВ**». (16+)
Третья и заключительная часть кинотрилогии «Хоббит». Бильбо, Гэндальф и гномы проберутся в логово Смауга. Но получат ли они свое золото и вернутся ли домой?
- 19.00 «Звезды в Африке». (16+)
- 20.30 «Женский стендап». (16+)
- 23.00 «Stand up». (18+)
- 00.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- 01.50 «Импровизация». (16+)
- 03.25 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.15 «Открытый микрофон». (16+)
- 05.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.30 «МАВРИТАНЕЦ». (16+)

- 05.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 09.55 «**ВОЗДУШНАЯ ТЮРЬМА**». (16+)
- 12.05 «**ПОХИЩЕНИЕ**». (16+)
- 13.45 «**ПАССАЖИР**». (16+)
- 15.45 «**ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ**». (16+)
- 18.15 «**ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ-2**». (16+)
- 20.30 «**МАВРИТАНЕЦ**». (16+)
Великобритания - США, 2020 г. Триллер. В ролях: Джоди Фостер, Тахар Рахим, Бенедикт Камбербэтч, Шейлин Вудли. Не получив официальных обвинений и возможности защиты в суде, Мохаммед Ульд Слахи провёл в тюрьме Гуантанамо более 6 лет...
- 23.00 «Добров в эфире». (16+)
- 23.55 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 01.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 04.20 «Территория заблуждений с Игорем Прокопенко». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
- 05.00 Тату навсегда. (16+)
- 05.50 01.50 04.30 Пятница News. (16+)
- 06.20 Дикари. (16+)
- 08.30 Мамы Пятницы. (16+)
- 09.00 Гастротур. (16+)
- 10.00 Умный дом. (16+)
- 11.00 На ножах. (16+)
Владелец кафе «Мартин» в Нижнем Новгороде - шеф-повар, у которого свое видение на то, каким должно быть меню.
- 22.00 «ГРОМКАЯ СВЯЗЬ». (16+)
- 00.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХАЯ УЧИЛКА». (18+)
- 02.20 Инсайдеры. (16+)
- ЧЕ!**
- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.30 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 07.30 Бегущий косарь. (12+)
- 09.30 Улётное видео. (16+)
- 13.00 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)
Острозащитный документальный детектив возвращается! Каждый выпуск расскажет о резонансном преступлении.
- 15.30 Дорожные войны. (16+)
- 18.00 Улётное видео. (16+)
- 21.00 «+100500». (16+)
- 00.00 «ВИКИНГИ». (18+)
- 01.55 Улётное видео. (16+)
- ОТР**
- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.30 ОТражение. Детям
- 10.00 16.45 «Календарь»
- 11.05 ОТражение. Воскресенье
- 13.10 «Отчий дом». (12+)
- 13.25 «Музыка. Фильм памяти...» (12+)
- 14.05 «Большая страна». (12+)
- 15.10 03.15 «Расскоченные материалы». (16+)
- 16.05 «Воскресная Правда?»
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Неделя». (12+)
- 18.00 «Территория успеха»
- 18.30 «Просто жизнь». (12+)
- 19.05 «ОТражение недели»
- 20.30 «ЗЕМЛЯНИЧНАЯ ПОЛЯНА». (16+)
- 22.05 «Луи Армстронг» (0+)
- 23.00 «Соль земли». (18+)
- Ю**
- 05.00 «Папа попал». (12+)
- 08.55 «Беременная в 16». (16+)
По данным Минздрава в России на 100 тысяч беременных женщин приходится 800 несовершенных девочек. Большинство из них решают сохранить ребенка, и это решение кардинально меняет их жизнь: теперь они не просто девочки-подростки, они — молодые мамы. В каждом эпизоде мы будем знакомиться с одной историей.
- 17.15 «Обмен женами». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
- 01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.25 «Папа попал». (12+)
- МИР**
- 05.00 Мультфильмы. (0+)
- 07.40 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (6+)
- 09.05 Наше кино. (12+)
- 09.30 ФазендаЛайф. (6+)
- 10.00, 16.00 Новости
- 10.10, 16.15 «ТАЛЬЯНКА». (16+)
В партизанском отряде в Италии полюбили друг друга русский летчик Степан и танцовщица Джульетта. Жена и сын Степана погибли в немецкой оккупации, и Степан открылся новому чувству. После войны с дочерью Софи они приезжают на родину Степана, в родную деревню.
- 17.30, 19.30, 01.00 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
- 18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»
- Победа**
- 05.50 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 07.30 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
- 11.00 «**ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА**». (16+)
Многосерийная военная драма об относящихся к легендарному пятому управлению РККА военных разведчиков и их секретных операциях, которые они проводили на Западном фронте в 1941-1943 годах. В центре повествования - секретная группа разведчиков, военных диверсантов, которые выполняют особо опасные, секретные и «делкатные» задания.
- 01.00 «ПРИКАЗ: «УНИЧОЖИТЬ»». (16+)
- 02.30 «ЕДИНИЧКА». (16+)

ДЕТСКИЕ

- КАНАЛ DISNEY**
- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 05.40 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 06.50 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.25 «Чудеса на виражах». (0+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Псэмми. Пять детей и волшебство». (6+)
- 11.30 «Книга джунглей-2». (0+)
- 13.05 «100% волк: Легенда о Лунном камне». (6+)
- 14.25 «МИССИЯ ДАРВИНА». (12+)
- 16.05 «Ледниковый период». (0+)
- 17.45 «Ледниковый период-2: Глобальное потепление». (0+)
- 19.30 «Жил-был кот». (6+)
Котенок Рудольф жил дома под присмотром своей хозяйки, пока однажды из-за случайности не оказался совсем одиноким в большом городе. Однако малышу повезло, его приметил кот по имени Ихмилио.
- 21.20 «ОСОБНЯК С ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)
- 23.05 «ГЕНЗЕЛЬ И ГРЕТЕЛЬ: БОРЦЫ С КОЛДОВОСТВОМ». (12+)
- 00.45 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ-3». (12+)
- 02.20 «Гравити Фолз». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Грузовичок Лёва». (0+)
- 09.00 «Еда на ура!» (0+)
- 09.25 «Команда Флоры». (0+)
- 11.00 «Трам-пам-пам». (0+)
- 11.30 «Большое путешествие». (6+)
- 12.55 «Банда котиков». (6+)
- 14.00 «С.О.Б.Е.З.». (6+)
Вот уже который год идёт борьба между кланами двух суперзлодеев - Носорога Гегемона и Ядерной Мартышки. Ослепленные жаждой власти над миром, они превратили его в поле боя и, наверное, давно бы уничтожили... Если бы не Специальный Отряд Бесстрашных Зверей! А девиз у отряда такой: «Один - коготь, вместе - лапа!»
- 15.00 «Студия красоты». (0+)
«Студия красоты» с Настей Приказчиковой - место, где создаются уникальные гармоничные образы для любого случая! Дружеская вечеринка, школьный бал, участие в конкурсе чтецов - поводы для встреч будут самые интересные и необычные!
- 15.15 «Ералаш». (6+)
- 17.05 «Зебра в клеточку». (0+)
- 18.10 «Три кота». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
- 22.40 «Ералаш». (6+)
- 01.00 «Новаторы». (6+)
- 03.15 «Лунтик». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365 ДНЕЙ ТВ**
- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.10 Достояние России. (12+)
- 01.45 Семь дней истории. (12+)
- 01.55 Битва оружейников. (12+)
- 02.40 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 03.00, 05.40 Историограф. (12+)
- 03.45 Историада. (12+)
- 04.45 Морской узел. (12+)
- 05.20 История одной фотографии. (6+)
- 06.30 Битва оружейников. (12+)
- 07.15 Морской узел. (12+)
- 07.50 Семь дней истории. (12+)
- 08.00 Историада. (12+)
- 09.00 Михаил Зорин. Жизнь продолжается. (12+)
- 10.30 Суверенное государство Российское. (12+)
- 11.10 Загадки засечной черты. (12+)
- 11.45 Обыкновенная история. (6+)
- 11.55 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
- 13.50 Обыкновенная история. (6+)
- 14.00, 15.05 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЦИ». (16+)
- 16.10 «ПРИКАЗ «УНИЧОЖИТЬ»». (16+)
- 18.10, 19.05 «ИСАЕВ». (16+)
- 20.00 Взгляд с высоты. Доминанты Санкт-Петербурга. (12+)
- 20.30 Крупнейшая битва в истории человечества. (12+)
- 22.05 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)
- 23.10 Под грифом «Секретно». (12+)
- VIASAT HISTORY**
- 06.10 Древние конструкции: Дороги, которые изменили мир. (12+)
- 07.00 Древние конструкции: Великая китайская стена. (12+)
- 07.55 Древние суперстроения: Ангкор-Ват. (12+)
- 08.55 Мегалиты: секреты древнего мира: Александрия. (12+)
- 09.55, 10.45, 11.35, 12.25 Расшифрованные сокровища: Могилы Тутанхамона: скрытые комнаты. (12+)
- 13.20 Расшифрованные сокровища: Могилы Тутанхамона: скрытые комнаты. (12+)
- 14.10 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Греции. (12+)
- 15.05 Древние суперстроения: Великая китайская стена. (12+)
- 16.00 Древние суперстроения: Мачу-Пикчу. (12+)
- 17.00 Древние суперстроения: Лувр. (12+)
- 18.00 Древние суперстроения: Ангкор-Ват. (12+)
- 19.00 Древние суперстроения: Собор св. Софии. (12+)
- 20.00 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Мальты. (12+)
- 21.00, 21.50 Забытые гробницы древних майя (12+)
- 22.45 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 23.30, 00.25, 01.20 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюджей. (12+)
- 02.05, 02.50, 03.35 Сокровища Инда. (12+)
- 04.20, 05.05 Очень странные экспонаты. (12+)
- NATIONAL GEOGRAPHIC NG**
- 06.00, 06.25, 06.50 Научные глупости. (16+)
- 07.15, 08.05, 08.55, 09.50 Дикая туеца. (16+)
- 10.40 Осушить океан: Тайны начала операции. (16+)
- 11.35 Осушить океан: Мегакораблекрушения во время войны на Тихом океане. (16+)
- 12.30 Осушить океан: Спасательная операция в тайской пещере. (16+)
- 13.25, 14.15, 15.05, 16.00 Авто-SOS. (16+)
- 16.50, 17.40, 18.30, 19.20 Расследования авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
- 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 21.00 Злоключения за границей: Преступление и наказание: Безумная заварушка. (16+)
- 21.50 Злоключения за границей: Преступление и наказание: Тайландская ловушка. (16+)
- 22.45 Злоключения за границей: Преступление и наказание: Мамочки-контрабандистки. (16+)
- 23.35 Поймать контрабандиста: Подозрительные чемоданы. (16+)
- 00.30 Поймать контрабандиста: Укромный уголок. (16+)
- 01.15 Поймать контрабандиста: Крупный улов. (16+)
- 02.00, 02.50, 03.40 Осушить океан. (16+)
- 04.30 Осушить океан: Погрешные тайны золотой лихорадки. (16+)

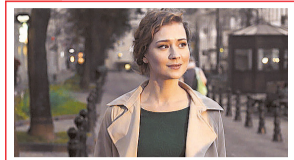
РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



20.10 «ДНЕВНИК ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ»

- 06.30 **Лето Господне**
- 07.05 «Тайна третьей планеты»
- 07.55 «ЦИРК»
- 09.25 «Обыкновенный концерт»
- 09.55 «Мы - грамотеи!»
- 10.35 «ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ»
- 12.05 Письма из провинции
- 12.35 00.30 Диалоги о животных
- 13.15 «Невский ковчег»
- 13.45 «Игра в бисер»
- 14.25 «Рассказы из русской истории»
- 15.25 Музыкально-драматический спектакль «Ибсен. Recycle»
- 16.30 «Картина мира»
- 17.10 «Пешком...»
- 17.40 Линия жизни
- 18.35 «Романтика ромansa»
- 19.30 Новости культуры
- 20.10 «ДНЕВНИК ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ»
- 21.25 «Сквозь звёзды». Музыка к кинофильмам
- 23.00 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ»
- 01.10 «Искатели»

ТВЦ



16.40 «НЕФРИТОВАЯ ЧЕРЕПАХА». (12+)

- 06.25 «ПОКОПАЙТЕСЬ В МОЕЙ ПАМЯТИ». (12+)
- 07.55 «ПРИГЛАСИ В ДОМ ПРИЗРАКА». (16+)
- 09.30 «Здоровый смысл». (16+)
- 10.05 «Знак качества». (16+)
- 10.50 «Страна чудес». (6+)
- 11.30 События
- 11.45 «ЧТО ЗНАЕТ МАРИАННА?» (12+)
- 13.30 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Как стать оптимистом». Юмористический концерт. (12+)
- 16.40 «НЕФРИТОВАЯ ЧЕРЕПАХА». (12+)
- 20.10 «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЛЕС». (12+)
- 23.40 События
- 23.55 «СВОДНЫЕ СЁСТРЫ». (12+)
- 01.40 Петровка, 38. (16+)
- 02.00 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ». (12+)
- 04.55 «Закулисные войны юмористов». (12+)

ТВ-3



19.00 «ВОКРУГ СВЕТА ЗА 80 ДНЕЙ». (12+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.15 Новый день. (12+)
- 08.45 «КАПИТАН ЗУМ: АКАДЕМИЯ СУПЕР-ГЕРОЕВ». (12+)
- 10.30 «СТРАШИЛЫ». (16+)
- 12.45 «ВОРИШКИ». (6+)
- 14.30 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (6+)
- 16.45 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИК В БРИТАНИИ». (6+)
- 19.00 «ВОКРУГ СВЕТА ЗА 80 ДНЕЙ». (12+)
- 21.15 «ВСЁ МОГУ». (16+)
- 23.00 «МИЛЛИОН ДЛЯ ЧАЙНИКОВ». (18+)
- 01.00 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА: БИТВА ЗА ОГНЕННОЕ СЕРДЦЕ». (12+)
- 02.30 «КАПИТАН ЗУМ: АКАДЕМИЯ СУПЕР-ГЕРОЕВ». (12+)
- 04.00 «Тайные знаки». (16+)
- 05.15 «Городские легенды». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

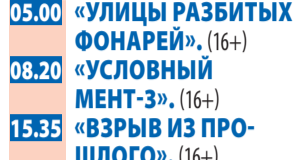
ДОМАШНИЙ



19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)

- 06.30 «Предсказания: 2022». (16+)
- 07.30 «АМЕТИСТОВАЯ СЕРЁЖКА». (16+)
- 11.00 «НИТИ ЛЮБВИ». (16+)
- Россия, 2014 г. Мелодрама. В ролях: Анна Арефьева, Дмитрий Ульянов. Аня Балабина работает швейей на фабрике провинциального города и мечтает о карьере модельера.
- 14.50 «ПЕРЕВОД НЕ ТРЕБУЕТСЯ». (16+)
- Украина, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Дмитрий Белякин, Полина Громова. Начальник Андрей и его подчинённая Катя - полные противоположности с разными мировоззрениями.
- 18.45 Пять ужинов. (16+)
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 23.45 Про здоровье. (16+)
- 00.00 «СЕМЕЙНОЕ ДЕЛО». (16+)
- 03.25 «СПИСОК ЖЕЛАНИЙ». (16+)

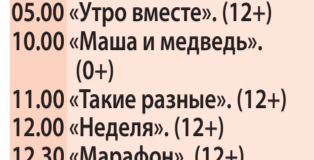
5-Й КАНАЛ



05.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

- 08.20 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
- 15.35 «ВЗРЫВ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 19.20 «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ». (16+)
- Беларусь, 2008 г. Боевик. В ролях: Сергей Чугин, Андрей Голубев.
- 22.55 «ДВОЕ». (16+)
- 00.40 «СОБАЧЬЕ СЕРДЦЕ». (16+)
- 02.55 «СТАРИК ХОТТАБЫЧ». (6+)
- 04.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 05.25 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)
- 07.10 «АКЦИЯ». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка»
- 10.45 «Скрытые угрозы». (16+)
- 11.30 «Секретные материалы»
- 12.15 «Код доступа». (12+)
- 13.00 «Битва оружейников»
- 13.50 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 20.00 «Часовые памяти». (16+)
- 21.00 «Легенды сыска». (16+)
- 22.35 «Сделано в СССР». (12+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Маша и медведь». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Понятная политика». (12+)
- 14.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- 16.00 «Просто жизнь». (12+)
- 16.30 «Точка.ру». (12+)
- 17.00 «Футбол губернии». (12+)
- 17.30 «#open vrn». (12+)
- 17.45 «12». (12+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «ЕЩЕ ОДИН ГОД». (16+)
- Том и Джерри - семейная пара предпенсионного возраста. Вечера и выходные они коротают с родными и близкими...
- 22.15 «Записки из провинции». (12+)
- 22.45 «Такие разные». (12+)
- 23.45 «Эксперт». (12+)
- 00.00 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
- 00.30 «Точка.ру». (12+)
- 01.00 «Малая сцена». (12+)
- 02.45 «ЕЩЕ ОДИН ГОД». (16+)

СПОРТ

МАТЧ!

- 06.00 Профессиональный бокс. (16+)
- 07.00 09.00 13.05 15.55 Новости
- 07.05 13.10 16.00 23.30 Все на Матч!
- 09.05 «ВЗАПЕРТИ». (16+)
- 11.05 «ПОЕДИНОК». (16+)
- 13.55 Мини-футбол. КЛРФ (Москва) - «Тюмень». Чемпионат России «Парибет-Суперлига»
- 16.25 Футбол. «Сочи» - «Локомотив» (Москва). Тинькофф Российская Премьер-лига. Прямая трансляция
- 18.25 Футбол. «Челси» - «Кристал Пэлас». Кубок Англии. 1/2 финала
- 20.25 Футбол. «Байер» - «Лейпциг». Чемпионат Германии
- 22.30 «После футбола»
- 23.20 Новости. (0+)
- 00.20 Баскетбол. «ПАРМА-ПАРИБЕТ» (Пермский край) - «Нижний Новгород». Единая лига ВТБ. (0+)
- 02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 06.00

МАТЧ СТРАНА

- 06.00 13.25 21.40 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.50 Новости
- 07.55 09.25 09.40 11.55 12.15 13.05 19.45 21.20 01.40 Спецрепортаж. (12+)
- 08.15 Жизнь после спорта. (12+)
- 08.45 01.25 Сборная России. (12+)
- 09.00 «Драмы большого спорта». (6+)
- 10.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
- 12.30 20.00 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 15.20 «Большой хоккей» (12+)
- 15.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ
- 17.55 Мини-футбол. Чемпионат России. (0+)
- 20.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 23.35 Баскетбол. «ПАРМА-ПАРИБЕТ» - «Нижний Новгород». Единая Лига ВТБ
- 02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 06.00

КИНО И СЕРИАЛЫ

ТВ1000

- 05.40 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)
- 07.55 «ИНОПЛАНЕТАНИН». (6+)
- 10.00 «ГОСТЬЯ». (16+)
- 12.05 «ВОСХОЖДЕНИЕ ЮПИТЕРА». (16+)
- 14.10 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
- 16.25 «ПРАВДИВАЯ ЛОЖЬ». (16+)
- 19.00 «СУПРУГИ МОРГАН В БЕГАХ». (16+)
- 20.50 «РАЗВОД ПО-АМЕРИКАНСКИ». (16+)
- США, 2006 г. В ролях: Винс Вон, Дженнифер Энистон, Джоэл Лорен Адам
- 22.40 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (16+)
- 00.40 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
- 02.50 «ФОРРЕСТ ГАМП». (12+)

ТВ1000 РУССКОЕ КИНО

- 07.10 «ВЕРТИКАЛЬ». (6+)
- 08.35 «ВНУК КОСМОНАВТА». (12+)
- 10.00, 10.25, 10.50, 11.20, 11.45, 12.10 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
- 12.40 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- 14.10 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- 15.30 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГ-КОК». (16+)
- 17.00 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
- 18.30 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (12+)
- 20.20 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
- 22.05 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИновНИК». (16+)
- Россия, 2021 г.
- 23.40 «НАПАРНИК». (12+)
- 01.15 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)

ДОМ КИНО

- 04.50 «Карлик Нос». Мультфильм. (6+)
- 06.05 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 07.35 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 08.55 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 11.55 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 13.35 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 15.00 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (16+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.20 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- 01.05 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (16+)
- 03.05 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ. СХВАТКА». (16+)

СУББОТА!

- 05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 14.05, 14.50 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)
- 14.10, 15.00 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 16.00 Моя жена рулит. (16+)
- 18.20 Жидковские шутки. (16+)
- 19.00, 19.50, 20.40, 21.40 «ДОКТОР ХАУС» (субтитры). (16+)
- 22.40, 23.30, 00.20, 01.10, 02.00, 02.40, 03.20, 04.00 Топ-модель по-американски. (16+)
- 04.50 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.25 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)
- 02.55 «МАЙКЛ». (16+)
- 04.50 «ЗАМУЖ НА ДВА ДНЯ». (12+)
- 06.45 «ДИКАЯ ПАРОЧКА». (16+)
- 08.40 «ЛЮБОВЬ И ПРОЧИЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (16+)
- 10.25 «ПЕРВАЯ ДОЧЬ». (12+)
- 12.25 «НОЧЬ В «РОКСБЕРИ». (18+)
- 13.55 «НОРТ». (12+)
- 15.35 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ!». (12+)
- Комедия, США, 1992 г.
- 17.25 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ-2!». (12+)
- 19.30 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (12+)
- 21.35 «КРАСОТКИ В БЕГАХ». (16+)
- 23.15 «ВЫШИБАЛА». (18+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.40 «ВСАДНИК ПО ИМЕНИ СМЕРТЬ». (16+)
- 08.30 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
- 09.55 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (12+)
- 11.35 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА». (12+)
- 15.25 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)
- 17.05 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
- 18.40 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
- 21.15 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
- 23.00 Воскресная премьера
- 02.15 «ТРИ ТОПОЛА НА ПЛЮЩИХ». (12+)
- 03.30 «НА ЯСНЫЙ ОГОНЬ». (16+)
- 04.50 «АГОНИЯ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г.
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ИЗМЕНА». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2011 г. В ролях: Мария Миронова, Марат Башаров, Андрей Мерзликин, Анна Легчилова
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА. НОВАЯ ВЕРСИЯ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.00 «КУХНЯ». (12+)
- Сериал. Комедия, Россия, 2012 г.
- Шеф выигрывает в покер у крупного торговца мясом... Макс всячески пытается добиться расположения Вики и снова устраивается на работу в ресторан...
- 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 03.00 Караокинг. (16+)
- 07.30 Check-In на Муз-ТВ. (16+)
- 08.30 Про-новости. Лучшее. (16+)
- 09.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 10.00 Ждите ответа. (16+)
- 11.00 Русский чарт. (16+)
- 12.00 Хит-сториз. (16+)
- 12.30 «Мама может: одиночки шоу-бизнеса». (16+)

- 13.30 Отпуск без путёвки. (16+)
- 14.00 «10 самых!» (16+)
- 14.30 Русские хиты. Чемпионы недели. (16+)
- 15.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 День Рождения в Кремле. Муз-ТВ 22 года в эфире. (16+)
- 21.45 Муз'итив. (16+)
- 00.00 Муз'итив. (18+)
- 02.00 Наше. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Псалтырь. Кафизма 7. (0+)
- 05.30 Молитвослов. (0+)
- 06.10 «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА». (12+)
- 08.00 В поисках Бога. (6+)
- 08.30 Профессор Осипов. (0+)
- 09.00 Дорога. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.15 Вербное воскресенье. Цикл: Праздники. (0+)
- 13.45 Простые чудеса. (12+)
- 14.35 Во что мы верим. (0+)
- 15.35 «И ТЫ УВИДИШЬ НЕБО». (12+)

- 17.00 «Бесогом». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 18.00, 01.55 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.40 «СЕМЁН ДЕЖНЁВ». (0+)
- СССР, 1984 г.
- 21.10 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.00 Щипков. (12+)
- 22.30 Лица Церкви. (6+)
- 22.45 День Патриарха. (0+)
- 23.00 Страстная неделя. (0+)
- 23.30, 00.00, 00.30 Лестница. (6+)
- 01.00 Во что мы верим. (0+)
- 03.30 Братья из Оптиной. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 04.00 В поисках Бога. (6+)
- 04.30 Щипков. (12+)

Православный календарь

17 апреля
Неделя 6-я ваий
(цветоносная, Вербное воскресенье).
Вход Господень в Иерусалим.



Прп. Иосифа песнописца. Прп. Георгия, иже в Малеи. Мцц. Фервуфы девы, сестры и рабыни ее. Прп. Зосимы, обретшего прп. Марию Египетскую в пустыне Иорданской. Прп. Иосифа многоболезненного, Печерского. Прп. Зосимы Воробозомского. Прмчца. Вениамина и Никифора. Щмчч. Николая, еп. Вельского, прмц. Марии. Щмчч. Иоанна пресвитера. Мч. Иоанна. Иконы Божией Матери, именуемой «Герондисса».

Постный день. Разрешается рыба.
«... Душа, доколе обращается и беседует с Богом, бывает огнем, и пожигает врагов своих, которые обыкновенно утешают ее, нанося ей вред во время нерадения».
Авва Исайя

Окончание. Начало читайте в №13.

Муж не ночевал дома уже три дня. Не ночевал, отключил телефон и не подходил к трубке рабочего.

Его секретарша неизменно вежливым голосом заученно отвечала мне: «Алексей Павлович на совещании, он сейчас не может говорить». Я переживала, плакала. Наказывает? Учит? Пытается добиться беспрекословной покорности?

Из детства во взрослость

Мне было больно и обидно. Ну, увлеклась шитьем, ну, радовалась возможности поучаствовать в конкурсе. Что тут такого? Но чувство вины все равно подгрызало бока моей совести. Оно всегда меня грызло, с детства.

То мне было стыдно перед мамой. Стыдно за то, что я голодная, а она устала на работе. Так с одиннадцати лет я научилась готовить обеды и ужины на всю нашу семью.

То стыдно перед отцом: «Все дети сами уроки делают, а ты мне с этой тематикой всю плешь про-

Без вины виноватая

ела». И я ночами штурмовала решетки и смогла-таки договориться с алгеброй и геометрией, получив за них в аттестате заслуженные пятерки.

А теперь вот мне стыдно перед мужем. Он у меня большой начальник, на ответственной должности, у него в подчинении десятки людей, а я тут со своими тряпками и конкурсами.

Свекровь едет поговорить

За три дня, что Алексей не был дома, я извелась вся. Наконец решилась поговорить со свекровью.

– Мам, мама, – рыдала я в трубку телефона, не в силах сдержать эмоций, – Алёша у вас? С ним все хорошо? Я не могу до него дозвониться, он не берет трубку.

Свекровь ответила не сразу.

– Дочка, Машенька, я приеду сейчас к тебе. Не уходи никуда, – свекровь произнесла это каким-то замогильным голосом и нажала кнопку отбоя.



Я чуть в обморок от страха не упала.

– Что с Алёшей? – накинулась я на нее, не в силах больше терпеть неведения.

– Да все с ним нормально, Машенька. Все нормально, – грустно улыбнулась мне свекровь.

Насильно мил не будешь

– Маш, ты прости меня, что так долго молчала, – свекровь отважилась на разговор. – Думала, надеялась, что все у вас образуется со временем. Я

нарадоваться не могла вашей семье. А он, этот... сын мой. Маш, ты только не плачь, ладно? Связался опять с этой прохвосткой, своей бывшей. Третий день уже ему мозги вправляю, дураку такому.

– Как связался? – ту-по переспросила я, глядя сквозь свекровь.

– Да окрутила она его, прохиндейка. Все у работы его встречала, звонила без конца, плакалась, как ей плохо. Когда гуляла от него, хорошо, видать, было, а теперь хвост прижало, поплохело. Машенька, ну не плачь, детка. Может,

образуется еще все. Оду-мается.

– Не образуется, мама, не образуется. Насильно мил не будешь, – я зарыдала.

Узнала, что такое счастье

Как я тогда решилась все-таки участвовать в показе, сама не знаю. И боль кончилась, и обида. Осталось одно только отупение и равнодушие. Вот в таком состоянии на конкурс и пришла.

– Вы прекрасны! Ваши работы великолепны! – пожимал мне в холле выставочного центра руку какой-то мужчина.

Я горько усмехнулась. Видел бы сейчас это Алёша, позлорадствовал бы, наверно. Не Милан, а вон, и мужчины тут есть.

– Спасибо, – поблагодарила я и тоже улыбнулась в ответ.

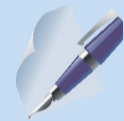
– Мария, – мужчина наконец отпустил мою руку, – у меня свой дом моды. Небольшой пока, но мы развиваемся, растем. Я хотел бы предложить вам сотрудничество. Вы бесценны, не ожидал, что сумею найти тут такой бриллиант.

Я засмушалась, покраснела. Снова взглянула на собеседника – не шутит ли?

...Не шутил. О той работе, что я получила тогда, можно было только мечтать. Она, наверно, и спасла меня от депрессии и самоубийства. Я чувствую себя нужной и давно ни перед кем не испытываю чувства вины. В моей жизни сейчас есть работа, друзья, любимый человек. Любящий человек – меня, оказывается, тоже можно любить. Это хорошая привычка, она делает меня счастливой. Наконец я узнала, что это такое счастье!

МАРИЯ

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



Дорогие читатели, не пропустите Декаду подписки! С 4 по 14 апреля «Почта России» проводит «Всероссийскую декаду подписки» на 2-е полугодие 2022 г. Успеете подписаться в этот период на «ТЕЛЕК Черноземье»* ПО ЛЬГОТНОЙ ЦЕНЕ.



** От цены основной подписки на 2-е полугодие 2022 г.

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Газета выходит 1 раз в неделю

Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России»

Стоимость ПОДПИСКИ в период ДЕКАДЫ на газету «ТЕЛЕК Черноземье»* на 2-е полугодие 2022 г.

Срок подписки	В основной период	В период с 4 по 14 апреля	Срок подписки	В основной период	В период с 4 по 14 апреля
на 1 месяц	162,97 ₽	149,23 ₽	на 4 месяца	651,88 ₽	596,92 ₽
на 2 месяца	325,94 ₽	298,46 ₽	на 5 месяцев	814,85 ₽	746,15 ₽
на 3 месяца	488,91 ₽	447,69 ₽	на 6 месяцев	977,82 ₽	895,38 ₽

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

преимущества онлайн-подписки

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

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

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

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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

Весной многие растения переселяются в новые горшки.

И чтобы они хорошо росли и развивались, важно правильно подобрать не только грунт, но и дренаж. Зачем это нужно? Дренаж на самом деле крайне важен. Он повышает воздухопроницаемость грунта, напрямую влияя на дыхание и развитие корневой системы. Выводит излишнюю влагу, что помогает предотвратить закисание почвы и развитие болезнетворных микроорганизмов, которые поражают корни. Это делает растение ослабленным и более уязвимым перед вредителями и болезнями. Итак, выбираем дренаж для цветка.

Не забудьте про дренаж



Кирпичная крошка

Если у вас есть остатки красного кирпича, его можно измельчить и использовать для дренажа. Красный кирпич получается из обожженной глины, а значит, имеет схожие с керамзитом свойства.

Галька, гравий, щебень

Эти материалы легко найти в природе или купить в строительных магазинах. Как правило, они достаточно тяжелые, поэтому придадут пластмассовым горшкам большую устойчивость. Такой вид дренажа не поглощает влагу. Перед использованием щебень, гальку или гравий желательно тщательно промыть (в идеале и продезинфицировать), высушить.

Керамзит

Напомним, что керамзит получают из глины, обожженной в печи. Как такового деления керамзита на цветочный и строительный нет. Это один и тот же материал, но если хотите, можно его различить по размеру гранул – от 1 до 4 см. Гранулы у керамзита снаружи гладкие, внутри пористые, легкие. Прекрасно впитывают и отдают влагу, что хорошо для влаголюбивых растений – в промежутках между поливами они не будут страдать от засухи.

Керамические черепки

Если разбилась керамическая посуда, горшки, не выкидывайте осколки, а оставьте их для использования в качестве дренажа для растений. Они имеют небольшой вес, влагу не впитывают, но хорошо отводят. Требуют аккуратного использования во избежание порезов.

Перлит

Это легкий материал вулканического происхождения. Имеет хорошую влаго- и воздухопроницаемость. При поглощении влаги утяжеляется в четыре раза, а потом постепенно отдает ее растениям. Перлит разрыхляет тяжелые, плотные почвы. Благодаря тому, что имеет нейтральный показатель pH, помогает уменьшить избыточную кислотность или защелоченность грунта.



Если в качестве дренажа вы решите использовать песок, помните, что он забивает дренажные отверстия и слеживается. Песок можно добавлять в земляную смесь для придания ей большей рыхлости.

Детали

Правила использования

Высота дренажного слоя в горшке должна быть около 3 см. Но на эту величину могут влиять три основных фактора:

- 1 Высота и ширина горшка.** Чем уже и выше горшок, тем больше должен быть слой дренажа (до четверти высоты).
- 2 Материал ёмкости.** Если горшок глиняный, он лучше отводит влагу, и можно использовать меньше дренажа. Для пластмассовых горшков слой дренажа выкладывается больше.
- 3 Дренажные отверстия.** Чем их больше и чем большего они размера, тем меньше должен быть дренажный слой. И наоборот.

Будь оригинален, девушка уже не удивит цветами. Импровизируй – подари ей букет вареников.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Тверь
107,9 FM

Москва и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«Он вызвал из гроба Лазаря и воскресил его из мёртвых»

За шесть дней до Пасхи пришел Иисус в Вифанию, где был Лазарь умерший, которого Он воскресил из мертвых. Там приготовили Ему вечерю, и Марфа служила, и Лазарь был одним из возлежавших с Ним. Мария же, взяв фунт нардового чистого драгоценного мира, помазала ноги Иисуса и отерла волосами своими ноги Его; и дом наполнился благоуханием от мира. Тогда один из учеников Его, Иуда Симон Искариот, который хотел предать Его, сказал: Для чего бы не продать это миро за триста динариев и не раздать нищим? Сказал же он это не потому, чтобы заботился о нищих, но потому что был вор. Он имел при себе денежный ящик и носил, что туда опускали. Иисус же сказал: оставьте ее; она сберегла это на день погребения Моего. Ибо нищих всегда имеете с собою, а Меня не всегда. Многие из Иудеев узнали, что Он там, и пришли не только для Иисуса, но чтобы видеть и Лазаря, которого Он воскресил из мертвых.

Первосвященники же положили убить и Лазаря, потому что ради него многие из Иудеев приходили и веровали в Иисуса. На другой день множество народа, пришедшего на праздник, услышав, что Иисус



идет в Иерусалим, взяли пальмовые ветви, вышли навстречу Ему и восклицали: осанна! благословен грядущий во имя Господне, Царь Израилев! Иисус же, найдя молодого осла, сел на него, как написано: Не бойся, дочь Сионова! се, Царь твой грядет, сидя на молодом осле. Ученики Его сперва не поняли этого; но когда прославился Иисус, тогда вспомнили, что так было о Нем написано, и это сделали Ему. Народ, бывший с Ним прежде, свидетельствовал, что Он вызвал из гроба Лазаря и воскресил его из мертвых. Потому и встретил Его народ, ибо слышал, что Он сотворил это чудо.

Этот отрывок из Евангелия от Иоанна будет читаться в православных храмах 17 апреля, в воскресенье.

Напряжение евангельской истории подходит к своему апогею. Атмосфера раскалена, диапазон отношения к загадочному Иисусу все больше и больше. Все понимают, что долго такое сверхнапряжение продолжаться не может – что-то произойдет. Вопрос только в одном: что именно? На фоне постоянно повторяемых Иисусом слов о предательстве и насильственной смерти хороших перспектив не видно: все замерло в тревожном ожидании, а дальше-то что будет?

А дальше Иисус входит в Иерусалим на ослике. Тот, Кого первосвященники уже приговорили к смерти, Кого разыскивали, – открыто, на глазах у всех, медленно едет в город – и народ от души ликует! Наивные, они так надеялись, что теперь-то все пойдет по их плану: Иисус объявит Себя Мессией, поднимет восстание, наконец свершится

Комментирует протоиерей Павел Великанов



должданное освобождение от ненавистных римлян, – а Он не спорит с ними, ничего не доказывает, ничему не противоречит, просто едет на ослике...

В этом действии – кажущемся глубоко противоречивым – видится образ того, как Бог действует в жизни каждого из нас. Мы ждем от Него одного, строим планы, возбуждаем их предвкушениями их осуществления – и Бог не возражает нам, Он позволяет нам постигать наши одежды на Его пути, кричать от души «Осанна! Аллилуйя!». Он даже не пытается бороться с нашими глубоко ложными представлениями

ми – а зачем? Он просто делает Свое дело...

Только вот Богородица почему-то не видно в этом гомоне праздника. Она – едва ли не единственная, кто знает: все будет совершенно не так, как думается. Она очень хорошо помнит слова пророка об оружии, которому еще предстоит пронзить ее душу болью. Только она знает: Бог снова явит Себя таким, каким Его еще никто не видел.

Потому, что Бог Свое дело знает. Он идет на встречу Своей смерти. И не только Своей – но и твоей, и моей. «Не бойся, она от Него не уйдет: никуда не спрячется ей!»

Иметь выраженную талию – мечта любой женщины. Но что делать, если природа распорядилась иначе? Грустить и плакать? Ни в коем случае! Какой бы ни была ваша фигура, помните: ваша талия в ваших руках.

Модные дизайнеры давно уже придумали, как можно подчеркнуть талию, даже если на нее нет и намека. Самое приятное, что сделать это совсем не сложно, нужно всего лишь применить один из пяти очень простых приемов.

1 **Обернуть**
Пояс или ремень, просто завязанный или застегнутый на талии, – это самый простой способ ее подчеркнуть. Причем чем больше будет контраст с платьем или юбкой, тем отчетливее будет обозначена талия. Дамам миниатюрного сложения достаточно тонкого ремешка, возможно, даже в тон платья. А вот особам весомых достоинств лучше выбирать широкие варианты. Но при этом нельзя слишком утягиваться, так как в этом случае одежда выше и ниже пояса будет очень некрасиво топорщиться. Талию нужно именно подчеркивать, а не формировать.

2 **Окружить объёмом**
Дополнительный объем выше и ниже талии не только подчеркивает ее, но и делает визуально тоньше. Поэтому разнообразные рюшечки-оборочки как сверху, так и снизу – наши хорошие помощники. Не помешают также подплечики, пышные рукава и неглубокие вырезы горловины – лодочка или каре. Изумительный вариант для юбки, платья или жакета – баска. Этот небольшой волан, расположенный в районе талии, волшебным образом убирает с нее сразу несколько лишних сантиметров. Кроме того, баска отлично скрывает лишнее в области бедер.



3 **Нарисовать**
Настоящие чудеса способен творить рисунок на ткани. Зрительные иллюзии, созданные рисунком или определенными сочетаниями цветов, – еще один безотказный помощник в борьбе за талию. Например, вставки контрастного цвета по бокам в районе пояса «рисуют» на любой фигуре талию без каких-либо дополнительных усилий. Примерно так же работают и не слишком широкие вертикальные контрастные полосы. Хорошо подчеркивает талию однотонная ткань темных оттенков. Монохромные ткани наиболее эффектно подчеркивают все изгибы фигуры, в том числе и талию.

5 приемов подчеркнуть талию

4 **Запахнуть**
Одежда с запахом – это практически идеальный вариант для всех, кто хочет продемонстрировать талию. Даже на самой корпулентной фигуре запах сам, без вашей помощи, формирует талию, подчеркивая при этом и наличие эффектного бюста (даже если он не особенно эффектен), и приятную округлость бедер. Единственное, о чем крайне важно помнить, выбирая одежду с запахом, – это то, что материал, из которого она изготовлена, не должен быть эластичным. Выбирайте достаточно плотные ткани, которые держат форму, или, наоборот, легкие – которые самостоятельно образуют изящную драпировку. Еще совет: старайтесь не обтягивать ваши формы, ведь так вместе с талией вы подчеркнете много лишнего, не предназначенного для посторонних глаз.

Надеть юбку А-силуэта

Юбка А-образного силуэта всегда образует талию, даже если ее нет вовсе. Все дело в расклешении книзу и строгой форме. Кроме того, такие юбки отвлекают внимание на ноги, что очень женственно и всегда в моде.

Светлана ИВАНОВА

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

11 апреля	Восход: 5 ч. 34 м. Заход: 19 ч. 14 м. Долгота дня: 13 ч. 40 мин.
Растущая Луна в знаке Льва	
12 апреля	Восход: 5 ч. 31 м. Заход: 19 ч. 16 м. Долгота дня: 13 ч. 45 мин.
Растущая Луна в знаке Девы	
13 апреля	Восход: 5 ч. 29 м. Заход: 19 ч. 17 м. Долгота дня: 13 ч. 48 мин.
Растущая Луна в знаке Девы	
14 апреля	Восход: 5 ч. 27 м. Заход: 19 ч. 19 м. Долгота дня: 13 ч. 52 мин.
Растущая Луна в знаке Весов	
15 апреля	Восход: 5 ч. 25 м. Заход: 19 ч. 21 м. Долгота дня: 13 ч. 56 мин.
Растущая Луна в знаке Весов	
16 апреля	Восход: 5 ч. 23 м. Заход: 19 ч. 23 м. Долгота дня: 14 ч. 00 мин.
Полнолуние, Луна в знаке Весов	
17 апреля	Восход: 5 ч. 21 м. Заход: 19 ч. 24 м. Долгота дня: 14 ч. 03 мин.
Убывающая Луна в знаке Скорпиона	

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 11 ПО 17 АПРЕЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

11 АПРЕЛЯ
В 1857 году император Александр II утвердил государственный герб России – двуглавого орла.
В 1919 году была создана Международная организация труда (МОТ).
12 АПРЕЛЯ
В 1242 году войско Александра Невского одержало победу над немецкими рыцарями на Чудском озере.
В 1961 году Юрий Гагарин совершил первый в мире полет в космос.
13 АПРЕЛЯ
В 1902 году в Санкт-Петербурге проведены испытания первого в России троллейбуса (День рождения троллейбуса).
14 АПРЕЛЯ
В 1912 году «Титаник» столкнулся с айсбергом.

15 АПРЕЛЯ
В 1951 году в Лондоне прошел первый конкурс красоты «Мисс мира».
В 1929 году Советский Союз ввел на уровне государства пенсионное обеспечение по старости.
16 АПРЕЛЯ
В 1722 году Пётр I повелел открыть школы обучения мореходному делу только для русских подданных.
В 1934 году было учреждено почетное звание «Герой Советского Союза».
17 АПРЕЛЯ
В 1722 году Пётр I ввел подать на ношение бороды в размере 50 рублей в год.
В 1877 году Л.Н. Толстой закончил роман «Анна Каренина».

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ
11 АПРЕЛЯ. Кирилл, Марк, Станислав.
12 АПРЕЛЯ. Захар, Иван.
13 АПРЕЛЯ. Анна, Яков.
14 АПРЕЛЯ. Мария, Макар, Сергей.
15 АПРЕЛЯ. Георгий, Григорий.
16 АПРЕЛЯ. Никита.
17 АПРЕЛЯ. Вениамин, Николай, Фёдор.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ
11 АПРЕЛЯ ■ Международный день освобождения узников фашистских концлагерей
12 АПРЕЛЯ ■ Всемирный день космонавтики
13 АПРЕЛЯ ■ День мецената и благотворителя
■ Всемирный день рок-н-ролла
14 АПРЕЛЯ ■ Международный день топ-менеджера
■ День медицинской службы уголовно-исполнительной системы РФ
15 АПРЕЛЯ ■ Международный день культуры
■ Международный день экологических знаний
■ День специалиста по радиоэлектронной борьбе Вооруженных Сил России
16 АПРЕЛЯ ■ Международный день цирка
17 АПРЕЛЯ ■ Вход Господень в Иерусалим
■ День ветеранов органов внутренних дел и внутренних войск МВД России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Марьяны щи – хоть портянки полощи

11 апреля в народе отмечали Берещенье. Обилие березового сока предвещало дождливое лето.
12 апреля считали днем Ивана Лествичника и наблюдали за растениями: цветение одуванчиков означало короткое лето.
В день Ипатия Чудотворца, **13 апреля**, было принято следить за облаками: низкие облака к похолоданию, а плывущие против ветра – к дождю.
14 апреля, на день Марьи, говорили: «Марьяны щи – хоть портянки полощи». И говорили так неслучайно, поскольку очень часто к этому времени у крестьян заканчивались запасы и готовили апрельские щи – пустые и жидкие. На Марью было принято наблюдать за ночным небом: звезд не видно – погода будет теплой. В день Тита Ледолома, **15 апреля**, погоду определяли по поведению ворон: если они летают высоко, то стоит ждать потепления, а если плещутся в лужах – дождя.
Обилие березового сока **16 апреля**, в день Никиты Водопола, предвещало дождливое лето.
17 апреля, на Ольховые смотрины, многие приемы были связаны с этим деревом: ольха усыпана сережками – год будет урожайным, ольха распустила листья раньше березы – жди дождливо-го лета.



Когда ваши дела идут плохо, просто не ходите с ними. Выберите другую дорогу.

ТЕЛЕК Черноземье

Газета «Телек Черноземье». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. (Роскомнадзор) Свидетельство ПИ № ФС 77 - 77731 от 29.01.2020 г. Издаётся с ноября 2015 года.



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А. Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

Заместитель директора департамента рекламы ГРИГОРЬЕВА Л.А. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 147
Ведущие менеджеры отдела рекламы: ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., ГУБАНОВА Т.В., КОВАЛЬЧУК Е.В. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 142, 206
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами: ЖУЙКО О.В. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 273
Ведущие дизайнеры: НАЙДЕНОВ А.А., НЕМЫКИН Н.Н.
Телефон рекламной службы: 8-495-937-95-77, доб. 225, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 14 (335).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 05.04.2022 г. Дата производства: 05.04.2022 г. Дата выхода в свет: 06.04.2022 г. Тираж 46 590 экз. Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48н, Тел.: +7. (473) 246-52-70. Заказ 2668. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях. Тираж этого номера 911 790 экз. Рекомендованная цена в розницу 24 рубля. Ежедневная семейная газета для читателей 12+.
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://rodpiska.pochta.ru
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Копирование без указания источника запрещено.

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

О ЧЁМ ГОВОРИТ ЦВЕТ ОВОЩЕЙ

Вы когда-нибудь задумывались, почему помидор красный, а огурец – зелёный? Всё в природе не просто так. Именно по цвету овоща можно сразу определить, какие полезные для нашего организма вещества он содержит.

Ученые обратили внимание, что цвет овощей не только радует глаз, но и подсказывает нам, что продукт содержит много полезного. Оказалось, что ориентироваться в такой «радуге» не сложно, по цвету овощей можно определить, насколько можно поддержать свой организм теми или иными «вкусняшками». Конечно, от болячек помидор или огурец не вылечат, но пользу для организма принесет точно. И так, начинаем. Конечно, в каждом овоще содержится целая группа витаминов и микроэлементов. Мы же сконцентрируемся на тех, которые определяют именно цвет.

Все овощи условно поделим по цветам на пять основных групп:

- красные и розовые,
- желтые и оранжевые,
- зеленые,
- синие и фиолетовые,
- белые и коричневые.

Красный перец, свекла, помидоры, ревеня



Полезные вещества

- **ликопин:** помогает нормализовать состав крови, препятствует образованию холестериновых бляшек, очищает организм, замедляет процесс старения;
- **флавоноиды:** помогают защитить клеточные мембраны от разрушения свободными радикалами, позитивно влияют на память и зрение;
- **фенол:** активный антиоксидант, замедляет процессы старения, благотворно влияет на нервную систему, укрепляет психику, повышает жизненный тонус;
- **витамин С:** этот витамин известен всем. Напомним, что он обладает широким спектром положительного влияния на внутренние органы, укрепляет иммунитет, помогает в борьбе с разного рода инфекциями, повышает жизненный тонус.

Репа, желтый перец, морковь, тыква



Полезные вещества

- **бета-каротин:** укрепляет иммунитет, стимулирует нормальную работу мозга, позитивно влияет на зрение, память и когнитивные функции, повышает концентрацию внимания, благотворно влияет на здоровье кожи, является природным антиоксидантом;
- **витамин А:** улучшает зрение, укрепляет иммунитет и стенки сосудов, поддерживает нормальную работу сердечно-сосудистой системы.

Огурцы, зеленая спаржа, цуккини, горох, листовая и черешковый сельдерей, зеленый лук, все виды зеленой капусты, зеленые листовые салаты, артишоки



Полезные вещества

- **лютеин:** укрепляет зрение, полезен для профилактики катаракты и дистрофии сетчатки, помогает работе сердца;
- **индол:** повышает активность ряда ферментов печени, позитивно влияет на нормализацию работы кишечника.

Баклажан, базилик, салат радиккьо, краснокочанная капуста



Полезные вещества

- **антоцианин:** полезен для здоровья сосудов, способствует активации обмена веществ на клеточном уровне, позитивно влияет на зрение, повышает качество соединительных тканей, полезен для работы кишечника, улучшает его барьерные функции;
- **фенолик:** помогает справиться со стрессами;
- **фитонциды:** помогают нормализовать обмен веществ, давление, сердечный ритм и кровообращение, благотворно влияют на нервную систему, укрепляют иммунитет.

Репчатый лук и чеснок, дайкон, кабачки, белая спаржа, все виды белой капусты (белокочанная, цветная, кольраби), белый картофель, пастернак, корневые петрушка, фенхель и сельдерей



Полезные вещества

- **аллицин:** природный антибиотик, позитивно влияет на работу кровеносных сосудов;
- **селен:** укрепляет иммунитет, защищает клетки от окислительных повреждений, помогает работе мозга и сосудистой системы, снижает риск сердечных приступов, позитивно влияет на работу щитовидной железы.

– Почему вы в супермаркете сначала взвешиваете овощи, а лишь потом кладёте их в целлофановый пакетик? – Пакетик тоже что-нибудь да весит!



Старайтесь употреблять зелень и плоды как можно более свежими. Заметьте, что при термообработке часть полезных веществ теряется, лучше использовать духовку или пароварку.

Светлана ИВАНОВА

ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
ДОМАШНИЙ ПОВАР^{СВ}
ПРОСТЫЕ РЕЦЕПТЫ на ОБЕД



НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✔ Более 100 проверенных хозяйками рецептов в каждом номере
- ✔ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве порций
- ✔ Советы по выбору и хранению продуктов
- ✔ Интересные истории создания блюд, ставшие легендами кулинарного творчества
- ✔ Варианты меню для праздников
- ✔ Советы по приготовлению блюд для детей

12+ РЕКЛАМА

В ПРОДАЖЕ С 8 АПРЕЛЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON ozon.ru¹
WILDBERRIES wildberries.ru²

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: журнал Домашний повар Золотая коллекция

¹ 000 «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741.

² 000 «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр.1. ОГРН 1067746062449

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

Вера окинула взглядом холл коттеджа. Захотелось присвистнуть, но женщина подавила в себе это желание. Во-первых, свистеть не умела, а во-вторых, была уверена, что обитатели здешнего особняка ее не поймут. Поэтому тихонечко поохала про себя, внешне стараясь ничем не выдать своего удивления и, что уж скрывать, восторга.

– Томас, стой, проказник!

Вера обернулась на звук заливающего лая и следом за ним раздавшегося крика и увидела, как прямо к ней несется, радостно виляя хвостом и высунув язык, лопухий спаниель, а за ним торопливо семенил... горничная.

Веринуму удивлению не было предела. Горничная в белом чепце и фартуке.

– Ах ты, хулиган, – беззлбно бранилась она, тчетно пытаясь поймать счастливого пса, вырвавшегося, видимо, из «заочения» и признавшего в

Копайте, Вера, копайте

Вере компаньона для своих щенячьих игр. – Погоди же у меня, вот поправится хозяин, я ему расскажу, что ты сбежал вчера и дома не ночевал.

Но лопухому Томасу все эти стенания о неподобающем его поведении были совершенно неинтересны. Он прыгал вокруг Веры, весело таявал и явно звал ее присоединиться к его веселью.

– Добрый день! – поздоровалась горничная с Верой и ухватила-таки непоседу с хвостом за ошейник. – Вы простите Томаса, он еще юный и глупый. Сетует хаос вокруг себя. Вчера вечером пришлось гостиную после его игр час прибираться. Хозяйка ужасно не любит беспорядка. Пришлось заглянуть под каждый стул и каждое кресло, чтобы все в идеальное состояние привести, – делалась своими чаяниями словоохотливая девушка.

Мария! – окликнул ее жесткий женский голос откуда-то сверху.

Вера, Томас и горничная одновременно подняли головы, последняя, правда,



тут же ее и опустила, потупив взор. Со второго этажа особняка по широкой мраморной лестнице спускалась красивая строгая женщина с чуть надменным лицом.

– Мария, уведи Томаса и запри его. Вы следователь? – обратилась она уже к Вере.

– Да, добрый день, – поздоровалась Вера с хозяйкой дома.

Собственно, мне нечего добавить к своим показаниям. По-моему, все предельно ясно, не знаю, что вы еще пытаетесь накопать.

– Копать – это моя работа, – недобро усмехнулась Вера, которую не удостоили даже приветствия.

– Что ж, я могу лишь повторить то, что уже рассказала вашим коллегам. Я не видела, как все произошло, но хорошо слышала и могу делать выводы о причинах и следствиях.

– Позвольте, все же выводы делать буду я, а вы расскажите, что слышали.

– Извольте, – пожала плечами женщина. – Василий Петрович задерживался вчера на службе, о чем и осведомил меня заранее. Василий Петрович – это мой муж, – женщина с усмешкой посмотрела на Веру.

– Мне это известно, – улыбнулась следователь хозяйке дома.

Я просто решила, что важна каждая деталь, – снова ус-

мехнулась дамочка. – Так вот, муж предупредил меня, что придет поздно, и я легла спать, не дождав-шись его с работы. Уже задремала, когда услышала внизу, в холле, грохот. Быстро накинула халат и спустилась. Увидела, что Василий Петрович лежит возле лестницы без сознания, с разбитой головой. Позвала прислугу, вызвали скорую, вот и вся история. Ах да, причиной падения моего мужа с лестни-

цы стал банальный мячик, игрушка Томаса, которую Василий Петрович не заметил в темноте. Не знаю, что еще вы хотите накопать в этой истории, но вот она вся как есть. Копайте.

А все предельно ясно, вы сами все подробно и рассказали, – улыбнулась Вера собеседнице. – Одевайтесь, думаю, разговор нам лучше продолжить в отделе-нии.

Любовь АНИНА



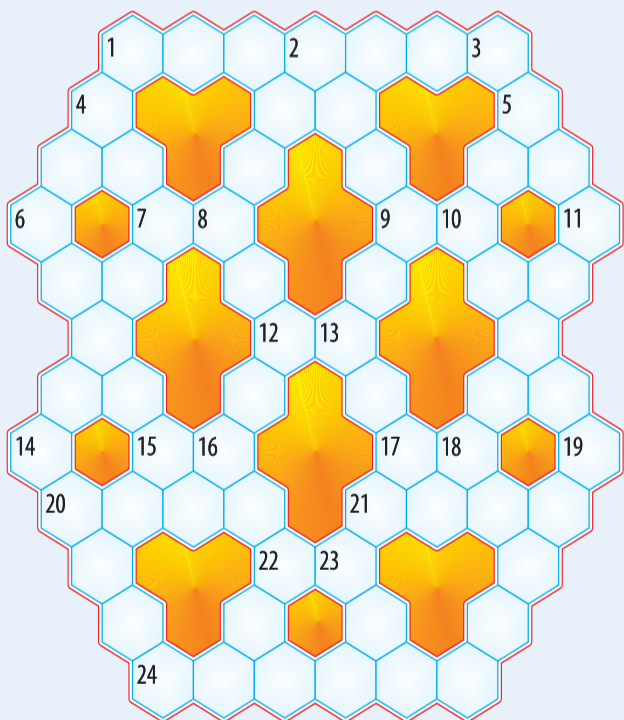
В чем и почему Вера заподозрила хозяйку дома?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 13: *Игнат Сергеевич заверял Веру, что приехал на дачу еще вчера, а утром уже успел переделать кучу дел. Но для чистки снега ему нужны были лопаты, а для того, чтобы натаскать воду в баню – ведра, ну или все тот же шланг. Меж тем, подвозивший ее до дачного поселка мужчина упомянул, что ключ от сарая Игната, где хранился дачно-садовый инвентарь, у него. Плюс он обмолвился, что Игнат раньше мая в поселке никогда не появлялся. Ну и маленькая деталь: если внимательно посмотреть на картинку, то видно, что на капоте его машины свернулась клубочком кошка. На улице холодно, а кошки греются обыкновенно на капотах, пока те не остыли. Значит, Игнат все-таки куда-то ездил. Или не так давно приехал.*

Рис. Ирины Светловой

КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»



Джейн, ставшей впоследствии Рочестер (Шарлотта Бронте). **6.** Старый хит, «начавший новую жизнь». **8.** Тонкий стержень для поиска предметов в земле или снегу. **10.** Добыча рыбы в промышленных масштабах. **13.** «Галоша» аквалангиста. **14.** Группа заводил в коллективе. **16.** Деньги, что шуршат в кармане. **18.** Чай «... Грей» пахнет бергамотом, но не сортом груши, а разновидностью цитруса. **23.** «Сотовое лакомство».

Справа-вниз-налево: **1.** Знаменитый художник для своих учеников. **2.** Супчик рубинового цвета. **5.** Оглушающий вопль разгневанного льва. **7.** «Знаменитая поэтесса ... Казакова (имя)». **9.** Банкетный, танцевальный, актовый. **11.** Абрис фигуры, виднеющейся в полумраке. **12.** Денежная единица некоторых стран. **15.** Бегемот в романе «Мастер и Маргарита». **17.** Валюта узбекская. **19.** «... гасят ветер» Стругацких. **22.** И липняка, и дубрава.

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

Слева-вниз-направо: **2.** Легкий ветерок, приносящий свежий морской воздух на побережье. **3.** Канат в багажнике на всякий аварийный случай. **4.** Девичья фамилия

ОТВЕТЫ

По горизонтали: **1.** Мужик, профессионально делающий укол. **20.** «Колос» из волы. **21.** Стихи Тургенева «... туманное, ... седое». **24.** Проклюнувшиеся ростки.

По вертикали: **1.** Медбрат. **20.** Коса. **21.** Утро. **24.** Вскоходы. **11.** Силуэт. **12.** Пенс. **15.** Кот. **17.** Сум. **19.** Волны. **22.** Лес. **Справа-вниз-налево:** **1.** Метр. **2.** Борщ. **5.** Рев. **7.** Римма. **9.** Зал. Шпун. **10.** Вылов. **13.** Ласт. **14.** Актин. **16.** Нал. **18.** Эрл. **23.** Мед. **8.** Ремикс. **4.** Эйр. **3.** Трос. **6.** Ремикс. **9.** Банкетный. **11.** Абрис. **12.** Денежная единица. **15.** Бегемот. **17.** Валюта узбекская. **19.** «... гасят ветер». **22.** И липняка, и дубрава.

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

Стоимость
строчного
объявления от **250** рублей
за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

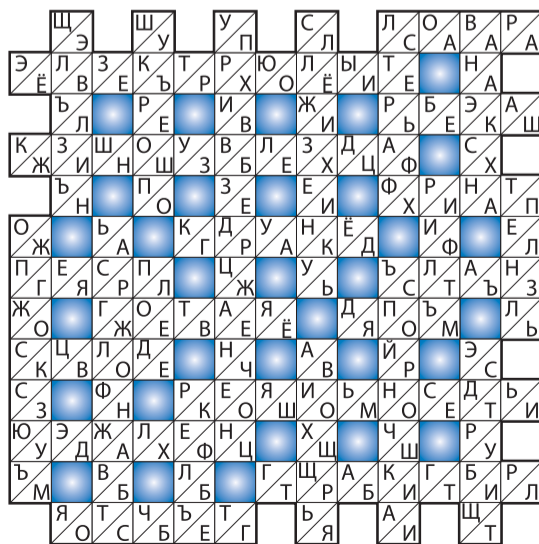
Скидки
уточняйте
у менеджера

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

В каждой клетке, где вписана пара букв, нужно вычеркнуть одну букву. Если вы сделаете это правильно, то оставшиеся буквы сложатся в слова, как в обычном кроссворде.

По горизонтали: Сова. Электролит. Река. Кинозвезда. Храп. Гранд. Перл. Стан. Гевея. Дом. Свод. Решимость. Удалец. Трактир. Отчет.

По вертикали: Эллин. Укроп. Привереженец. Слизень. Страх. Вакса. Ритм. Пень. Опоссум. Аргонавт. Лед. Сорочка. Вихрь. Стрит. Реле.



ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Новейший автоматический веник

1800 руб.

1290 руб.

Автоматический веник необходим любой хозяйке на каждый день. По бокам прибора размещены щетки, которые вращаются и собирают мусор. Работает без батареек и электричества. Соприкасаясь с поверхностью, щетки начинают двигаться. Боковые щетины веника собирают мусор и подметают его к центральному валу. Пыль и грязь попадают в специальный контейнер. Основание ручки вращается на 360° и облегчает работу.



Набор «Парикмахер»

1800 руб.

1290 руб.

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



Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

1300 руб.

990 руб.

Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт – нервущиеся колготки! Они представляют собой переплетения миллионов мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью что позволяет им быть более устойчивыми к внешним воздействиям. Держат форму, не теряют своих качеств даже после 2 тыс. стирок. Отлично скрывают недостатки фигуры, особенно «апельсиновую корку» в области ягодиц и галифе. Помогают тону, защищают ноги от переутомления благодаря специальным вставкам в области носка. Колготки не сковывают движений и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищены вены и сосуды.



Швейная мини-машинка + Ножницы с лазерным прицелом в подарок!

2800 руб.

2490 руб.

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



Чудо-пленка «Надежная защита»

3 м x 60 см

2 шт. 990 руб.



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

Ультразвуковое устройство для бережной стирки «Золушка» НОВИНКА!

2600 руб.

1990 руб.

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



Чудо-шланг + ПОДАРОК!

30 м 1390 руб.

45 м 1690 руб.

60 м 1990 руб.

Состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего износостойкого нейлона. Конструкция «два в одном» позволяет шлангу под напором воды увеличиваться в размерах до трех раз от изначального размера! Благодаря этой конструкции вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. Компактный, занимает мало места при хранении и перевозке. При покупке «Чудо-шланга» – садовый разнорезимный пистолет в подарок!

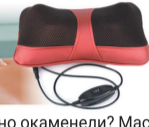


Массажная подушка с функцией нагрева

3800 руб.

1690 руб.

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



Набор для детского творчества синий или розовый

2600 руб.

1390 руб.

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



Набор для детей «Рисуй светом»

1500 руб.

990 руб.

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



Утилизатор отходов САНЭКС

1900 руб.

1490 руб.

Хозяева частного дома, где нет подключения к центральной системе канализации, сталкиваются с вопросом очистки накопительной емкости. Поможет «Санэкс» для септиков и выгребных ям. Перерабатывает жиры, органику, бумагу, остатки пищи и отходы жизнедеятельности. Попадая в выгребную, сливную яму, туалет, канализационную систему, перерабатывает ее содержимое в воду, ликвидирует неприятные запахи органического происхождения и уменьшает содержание в объеме почти в 30 раз. Упаковки 400 г хватит на 4 летних сезона.



Культиватор «Торнадо»

2300 руб.

1690 руб.

Культиватор «Торнадо» – это ручной садово-огородный инструмент для рыхления (перекопки) почвы на глубину 20 см под посадку, удаления сорняков, разработки целинных участков, обработки приствольных участков деревьев и кустарников. По сравнению с обычной лопатой «Торнадо» позволяет работать гораздо эффективнее. При работе с культиватором нагрузка равномерно распределится по рукам, ногам, прессу и спине. Благодаря удобной высокой ручке вам не нужно пригибаться к земле. Обработать почву будет очень легко, им могут пользоваться даже дети и люди пожилого возраста.



Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

1400 руб.

990 руб.

Щетка с магнитами не представляет собой сложного устройства, но, как мы знаем, все гениальное – просто! Ее конструкция – это просто две щетки, но главное их свойство – магниты. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. Вы не будете балансировать на краю открытого окна на любом этаже, поскольку человек, производящий уборку, находится внутри помещения. Вы легко помоеете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка. С магнитной щеткой вы убедитесь в отличном качестве уборки. Она одновременно моет водой и сразу же вытирает насухо. Чистые окна, без разводов гарантированы!



Светильник «Чемпион солнечная батарея»

990 руб.

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



Усилитель звука

1700 руб.

1490 руб.

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



Матрас-топпер с анатомическим эффектом

СУПЕРЦЕНА от 1690 руб.

Делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника, бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов, разглаживает ямки и перепады.



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

Стул для ванны и душевой с регулируемыми ножками

2900 руб.

2690 руб.

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



Палочки для очистки водосточных труб

690 руб.

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



Термокерамический обогреватель

1900 руб.

1490 руб.

Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую t от 15 до 32°C. Система матричного термостат (автоматически выключается, когда достигнет заданной температуры). Встроенный таймер, дисплей и система защиты от перегрева. Малое потребление электроэнергии. Прибор способен легко согреть помещение площадью 20 кв.м!



Фиксатор голеностопа «Легкий шаг»

2 шт. по СУПЕРЦЕНЕ 990 руб.

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



Ножеточка 990 руб.

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



Набор для уборки «Чистые руки»

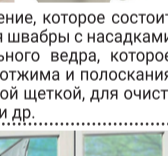
Это инновационное изобретение, которое состоит из легкой самоочищающейся швабры с насадками из микрофибры и специального ведра, которое имеет два отсека: отсек для отжима и полоскания и отсек со встроенной жесткой щеткой, для очистки швабры от волос, шерсти и др.



Пленка солнцезащитная на окна СУПЕРЦЕНА!

2 шт. 890 руб.

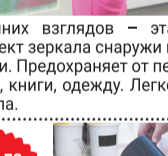
Если в полдень в ваше окно сильно светит солнце, а вечером вы не защищены от посторонних взглядов – эта пленка для вас! Создает эффект зеркала снаружи и абсолютно прозрачна изнутри. Предохраняет от перегрева и выгорания мебель, книги, одежду. Легко крепится к поверхности стекла.



Лента «Супер Фикс»

2 шт. по СУПЕРЦЕНЕ 990 руб.

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



Наколенник «Двигайся легко»

2 шт. по СУПЕРЦЕНЕ 990 руб.

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



Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акций, правилах их проведения, кол-ве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по тел. 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 06.04.2022. по 27.04.2022. *По итогам продаж 2021 г. ООО «Топ-Шоп» ОГРН 1177746729115/19.07.2017. Юр. адрес: 115191, г. Москва, ул. 2-я Рошинская, 4, эт. 5, пом. 1а, ком. 1 раб. М №ХII. Товар сертифицирован. Реклама.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 499 213-03-16

Работаем без выходных

с 9.00 до 20.00 ч.