

№24  
(449)  
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 17 по 23 июня 2024 года

# ТЕЛЕК

**36**  
КАНАЛОВ  
ТВ

**ОДИНОЧЕСТВО:  
ВРАГ ИЛИ ДРУГ?**

стр. 4

**ВЫБИРАЕМ  
ГИБКИЙ ПУТЬ  
К СТРОЙНОСТИ**

стр. 7

**ХОЛОДНЫЙ СУП  
В ЖАРУ  
КАЖДОМУ ЛЮБ**

стр. 26

**ВОТ ОН,  
ПОДХОДЯЩИЙ  
МИКСЕР!**

стр. 28

**КАК  
ВЫРАСТИТЬ  
КАПУСТУ  
БЕЗ ХИМИИ?**

стр. 29

**ВЯЧЕСЛАВ  
ЧЕПУРЧЕНКО**

**ЖИЗНЬ – САМЫЙ  
ГЕНИАЛЬНЫЙ СЦЕНАРИСТ** стр. 6

12+

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

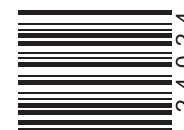
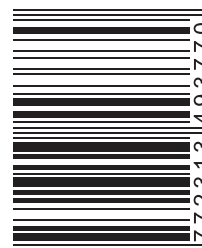


Фото телеканала ТНТ  
ISSN 2313-4933



9 1772313 493770 24024

На телеканале «Россия» стартовала премьера мелодрамы «Галка» режиссёра Романа Нестеренко. Участвовать в этой истории он пригласил замечательных артистов: Ксению Гусеву, Зою Буряк, Виктора Супруна, Марию Ремер...

**Зоя БУРЯК:**

**З**оя Буряк, сыгравшая в картине одну из главных ролей, рассказала о том, что понравилось в этом проекте, как относится к своей героине, что нового сегодня в ее творческой биографии.

**Расплата за ошибку**

– *Зоя, поделитесь сюжетом нового проекта...*

– Моя экранная дочь Галка (Ксения Гусева) считает себя счастливым человеком: работает в больнице, мечтает поступить в медицинский вуз и соберется замуж за своего парня (Иван Клещевников). Но однажды она узнает невероятную тайну своего рождения. Оказывается, ее мать Тамара, которую я играю, и отец (Виктор Супрун) – не родные ее родители. Много лет назад, чтобы скрыть от мужа измену, моя героиня пошла на отчаянный шаг – поменяла детей в роддоме, темноволосую девочку на светловолосую. Не в силах простить мать, Галка начинает поиски своей настоящей семьи...

– *Вам симпатична ваша Тамара?*

– Она доверчива и наивна, и этим подкупает. Тамара – простая женщина, которая хотела сделать как лучше (в ее понимании) и совершила ошибку, которая дорого ей обойдется.

– *Как можно, на ваш взгляд, жить с ощущением, что ты воспитываешь неродного ребёнка?*

– Если ребенком заниматься с пеленок, кормить грудью, вкладывать в него силы и душу, он все равно становится родным.

**Не точка, а многоточие**

– *Картину снимали в Ростове?*

– Да. В город на Дону режиссер Роман Нестеренко приехал с небольшой командой актеров, потому как 120 исполнителей отобрал уже на месте.

– *Как вы думаете, «Галка» будет иметь продолжение?*

– Вполне вероятно, поскольку в этой истории

# Нас оберегает петербургский ангел»

**Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:**

– **Всем здоровья, хорошо отдохнуть летом, больше солнца и тепла.**



В «Галке» Зоя Буряк играет простую женщину, много лет хранившую страшную тайну.

можно поставить не точку, а многоточие.

– *Ждали выхода этой картины?*

– Да, с удовольствием бы ее посмотрела, но у меня так много работы, что не вижу ничего из того, что делаю. А хотелось бы...

**«Люблю детективы»**

– *Востребованная актриса – большое счастье. У вас сейчас выходит один проект за другим. Скажите, в каких картинах лю-*

*бите сниматься больше всего?*

– В детективах. В них всегда есть интрига. А главное – интересно наблюдать за человеком, который находится в экстремальной ситуации. Он по-другому раскрывается.

– *Ваша фильмография насчитывает 140 работ. Вы легко соглашаетесь на предложения или цепительны в выборе ролей?*

– Когда вижу, что мне дают то, что уже играла, отказываюсь – неинтересно эксплуатировать один и тот же образ. Лучше сыграть интересный спектакль, нежели заниматься повторами.

**«Чонкина» снимали за границей**

– *140 киноработ – это целое достояние. Можете*

*те назвать самые яркие свои работы, самые важные, памятные?*

– Конечно, это «Холодное лето 53 года», где сыграла свою первую большую роль, будучи студенткой второго курса театрального вуза. Картина получилась интересной и резонансной. После нее я действительно проснулась знаменитой, меня стали узнавать.

– *Вам повезло в этом фильме встретиться с такими мастерами, как Анатолий Папанов и Валерий Приемыхов...*

– С Папановым у меня было мало сцен и потому мало общения, а вот с Валерием Приемыховым общалась много. Он меня очень подбадривал, поскольку я волновалась, старался снять мое напряжение шутками-прибаутками. С ним было легко и приятно работать.

В 90-х годах, когда окончила институт, началось время застоя, картин снималось мало. Тем не менее, в это время я снялась в двух известных кинолентах – комедии «Особенности национальной охоты» и «Жизнь и приключения солдата Ивана Чонкина» по экранизации романа Войновича. Обе добавили мне популярности.

– *Чем запомнились эти проекты?*

– Съемки в «Чонкине» – это мой первый опыт работы за границей, да и само произведение мне очень нравилось. Снимал картину чешский режиссер Иржи Менцель, хотя почти все артисты были из России. За два месяца съемок, которые прохо-

дили под Прагой, мы все передружились. Это были счастливые дни, которые вспоминаю до сих пор.

**Возобновились съёмки**

– *Но зритель знает вас и по другим сериалам, таким, как «Агент национальной безопасности», «Чужой район»...*

– Да, люди с удовольствием смотрят эти картины и каждый раз интересуются: будет ли продолжение? Сейчас, спустя десять лет, хочу порадовать поклонников сериала «Чужой район». Мы начали снимать его продолжение! Думаю, будет интересно.

– *Вы родились в Красноярске, потом переехали в Одессу, теперь живёте в Петербурге. Кем себя считаете: сибирячкой, одесситкой, петербурженкой?*

– Одесса – замечательный город, здесь прошли мое детство и юность, я мечтаю туда вернуться. Там осталось много друзей и родственников. И первые мои съемки были на Одесской киностудии. Это было золотое время, когда все впервые и вновь. Но теперь мой родной город Петербург, где у меня тоже друзья, единомышленники, любимые места. Климат петербургский уже кажется родным и приятным, хотя очень люблю Чёрное море и солнце. И хотя я мечтаю погостить в Одессе, жить хочу только в Петербурге. Это самый красивый город на земле.

**Наталья АНОХИНА**

**ПОДРОБНОСТИ**

## Зрители вяжут шарфики

– *После студенческой скамьи вы сразу пришли работать в Молодёжный театр на Фонтанке. Он стал для вас домом?*

– Конечно, я его очень люблю. Наш театр находится на берегу Фонтанки, в красивом Измайловском саду, где давно поселился (присел на скамеечку, да так и остался)

маленький петербургский ангел. Все, кто приходит в наш театр, наш сад, обязательно с ним фотографируются. А когда наступают холода, вяжут ему шарфики и аккуратно повязывают на шею. Шарфики меняются почти каждый месяц. Это очень трогательно. Верю, что этот ангел нас всех оберегает.

– *Мечты сбываются?*

– Конечно. Я много мечтала сниматься, хотела быть востребованной, и это случилось. У меня большой театральный и киноопыт. Надеюсь, что этот опыт будет и дальше наполняться новыми проектами в театре и кино и помогать мне познавать себя, чтобы идти дальше в ногу со временем.

## Ирина Пегова рассказала о работе над ролью

На телеканале «Россия» – премьера многосерийного исторического фильма «Царская прививка» режиссёра Егора Анашкина. Проект создан при участии ИРИ (Института развития интернета). Роли в картине исполнили Ирина Пегова, Филипп Янковский, Сергей Марин, Светлана Смирнова-Кацагаджиева, Юрий Кузнецов, Полина Резаева, Антон Денисенко, Мария Палей и многие другие.

Сюжетная линия фильма отправляет нас в прошлое. Время правления Екатерины Великой омрачено страшной эпидемией оспы. Медицинская коллегия прилагает все усилия, чтобы ограничить масштабы бедствия. Осознавая опасность, которая грозит Российской империи, Екатерина Вторая (ее играет Ирина Пегова) решает на отчаянный шаг: просвещенная императрица выписывает



в Россию английского доктора Томаса Димсдейла (в этой роли – Петар Зекавица), чтобы с его помощью привиться от оспы самой и примером подвигнуть людей принять участие в вакцинации.

– У меня была уникальная возможность довольно глубоко погрузиться в историю жизни Екатерины, – вспоминает о съемках Ирина Пегова. – Мне дали доступ во все архивы, какие только возможно, я читала документы, ее письма. Из книг, из мемуаров, из писем я выписывала различные фразы Екатерины, которые, мне казалось, подходят к нашему сценарию, и просила режиссера и продюсеров позволить мне вставить их в нашу историю. Екатерина чудовищно боялась оспы с самого детства, для нее это реально была самая страшная болезнь на свете. И то, что она пересилила этот свой страх, абсолютный подвиг! *Фото телеканала «Россия»*



## У «Ивановых-Ивановых» появились родственники

Осенью на телеканале СТС состоится премьера седьмого сезона популярного сериала «Ивановых-Ивановых». Напомним, это история о двух семьях с одинаковой фамилией, которые породнились благодаря тому, что их детей когда-то перепутали в роддоме. В новых сериях к уже полюбившимся актерам (Михаил Трухин, Станислав Дужников, Анна Уколова, Светлана Колпакова, Юрий Ицков, Андрей Леонов, Алексей Лукин) присоединятся Анна Невская (она сыграет Машу – сестру главной героини Лиды, которую играет Анна Уколова) и Никита Тарасов (муж Маши Костя). Им предстоит влиться в новое семейство, что станет поводом для шуток и комичных ситуаций.

*Фото телеканала СТС*



## Алексею Гуськову поручили важную задачу

В Москве завершились съёмки масштабной многосерийной исторической драмы «Атом» режиссёра Нурбека Эгена. Телепреьера сериала запланирована в эфире канала «Россия». Роли в картине исполняют Алексей Гуськов, Юрий Чурсин, Илья Малаков, Ольга Сутулова, Аня Чиповская, Алексей Кирсанов, Гурам Баблишвили, Екатерина Климова и многие другие. Действие фильма разворачивается в 1943 году. Лаврентий Берия (Гурам Баблишвили) поручает своему заместителю Всеволоду Замя-

тину (Алексей Гуськов) собрать команду ученых, чтобы спроектировать первую советскую атомную бомбу. Сделать это в разгар войны и в сжатые сроки – задача практически невыполнимая. Под руководством Курчатова (Юрий Чурсин) в Москве начинается работа секретной Лаборатория № 2, сотрудниками которой становятся лучшие умы со всего Советского Союза.

– Я очень люблю данную тему, сам окончил школу с физико-математическим уклоном, и мне всегда были интересны эти люди – ученые, – рассказывает режиссер фильма Нурбек Эген. – И эпоха эта меня очень увлекает: я долго изучал ее до того, как получил сценарий. Рад, что появилась возможность не только мне, но и всей нашей команде рассказать историю этих ученых.

*Фото телеканала «Россия»*



## Юные таланты снова выйдут на сцену

Одна из самых любимых семейных телепередач – вокальный конкурс «Ты супер!» – готовится к премьере. По традиции (это будет уже восьмой сезон) она состоится осенью на телеканале НТВ, но основные приготовления идут уже сейчас. Недавно закончился кастинг, на котором было отобрано 50 детей из России и других стран.

Напомним, что этот проект был создан для того, чтобы поддержать талантливых детей, оставшихся без попечения родителей и проживающих в детских домах, школах-интернатах, приемных и опекунах семьях. Участие в шоу – это не только возможность заявить о себе: ребята получают конкретную помощь. Одни обретают семью, другие получают квартиры, третьи поступают в музыкальные учебные заведения. На базе проекта работает Благотворительный фонд «Ты супер!», из которого всем полуфиналистам и финалистам проекта выплачиваются стипендии до достижения совершеннолетия.

## Евгения Кривцова покорила Волга

Евгений Кривцов готовит новый сезон передачи «Жизнь своих», которая выходит на Первом канале.

Один из будущих выпусков будет посвящен Саратову.

– Помимо исторической застройки, мне здесь очень понравилась сама великая русская река Волга, – признается Евгений. – Самое интересное, что буквально несколько недель назад мы снимали ее исток. Это бук-

вально такой маленький ручеек, а здесь она превращается в нечто потрясающее! Это величественное зрелище! И сам город Саратов очень красив.

На съемках Евгений вместе со съемочной группой с удовольствием прокатился на катере и даже попробовал местную уху. Все это будет показано в одном из выпусков «Жизнь своих».

*Фото из личного архива Евгения Кривцова*



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА»

**Инфарма** **ВЕРНУТЬ КРАСИВЫЕ НОГТИ И МЯГКУЮ КОЖУ СТОП**

**ТЕПЕРЬ РЕАЛЬНО БЕЗ БОЛЬШИХ ЗАТРАТ**

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

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

Для мастера педикюра устранить проблему ногтей не составляет труда. Современные методы, включающие местные средства, аппаратные методики позволяют справиться с любой ситуацией. Но это требует регулярного посещения мастера педикюра, что вызывает затруднение и вынуждает людей иногда смириться и терпеть.

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

Разработка состава крема проводилась сотрудниками ФГБОУ ВПО РНИМУ им. Н. И. Пирогова Минздрава России совместно с ООО «Инфарма 2000» г. Москва. Клинические исследования крема проводились в МНПЦДК, ЦТП ФХФ РАН, Клинике «Веларт». Было показано, что избавиться от измененных ногтей удавалось в срок от 1 до 2 месяцев. Значительно дольше (более 5 месяцев) идет отрастание новых ногтей на ногах.

Для того, чтобы не столкнуться с проблемой в зрелом возрасте можно рекомендовать молодым людям применение «ФУНДИЗОЛА» после посещения тренажерных залов, бассейнов, пляжей, где приходится ходить босиком. «ФУНДИЗОЛ» можно использовать после маникюра и педикюра.

Л. Р. САКАНИЯ, Л. Ш. ТОГОЕВА, И. В. ОПЕНИЧ, С. С. АВЕТИКЯН, А. В. ПАВЛЕНКО, И. М. КОРСОНСКАЯ, ФГБУН «Центр теоретических проблем физико-химической фармакологии РАН», г. Москва, Россия, 119991; ГБУЗ г. Москвы «Московский научно-практический центр дерматологии и косметологии Департамента здравоохранения Москвы», г. Москва, Россия, 119071; Клиника «Веларт», г. Москва, Россия, 111673. КЛИНИЧЕСКАЯ ДЕРМАТОЛОГИЯ И ВЕНЕРОЛОГИЯ 4, 2017, стр. 59-61.

**КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ: WWW.INPHARMA2000.RU**

**8 (800) 201-81-91 (звонок бесплатный)**

От 180 руб.

**8 (800) 500-92-62, 8 (800) 700-88-88, 8 (800) 775-17-58, 8 (937) 009-30-03 (звонок бесплатный)**

**СКИДКА ПРИ ПОКУПKE НА САЙТАХ: ZDRAVCITY.RU<sup>1</sup> APTEKA.RU<sup>2</sup>,**

Косметические средства. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ООО «Инфарма 2000». ОГРН 1097746613953. 109202, г. Москва, ул. 1-я Фрезерная, д. 2/1, стр. 26. <sup>1</sup>Zdravcity.ru, ООО «Здравсити», г. Москва, Чермянская ул., д. 2, стр. 1, этаж 8, помещ. 1, ком. 9. ОГРН: 1217700264561. <sup>2</sup>АО «Научно-производственная компания «Катрен»», г. Химки, Вашутинское шоссе, вл. 22, ОГРН: 1025403638875. РЕКЛАМА

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Летом в офисе без кондиционера

Жаркое лето не способствует трудовому вдохновению. Но что делать, если ещё и кондиционер сломался или совсем отсутствует? Искать и находить выход!



## ВЕНТИЛЯТОР

Самый очевидный вариант. Его стоимость вполне приемлемая, да и эффект неплохой. Выбрать можно как настольный, так и настольный прибор. Правда, он не охлаждает воздух, а гоняет его из одной части офиса в другую, поэтому работать вентилятору придется целый день. А вам – мириться с шумом.

## ПЛЁНКА НА ОКНА

Пленка помогает рассеивать прямые лучи, а значит, воздух внутри будет нагреваться хоть немного, но меньше.

## ГОРЯЧИЙ ЧАЙ ИЛИ ВОДА

На первый взгляд, совет может показаться сомнительным. Однако после горячего чая запустится терморегуляция организма, помогающая вам охладиться: температура тела начнет повышаться, а чтобы ее сбалансировать, начнется естественный процесс потоотделения. В результате после испарения пота наступит долгожданная прохлада. Холодная вода, напротив, будет понижать температуру тела, и организм попытается это исправить, нагреваясь сильнее.

## КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

Цветы помогают циркуляции воздуха благодаря способности вырабатывать кислород. А это понижает температуру в помещении на пару градусов.

В комплексе эти способы работают лучше, поэтому бороться с жарой нужно с использованием всех доступных средств сразу.

Парадокс современности в том, что чем больше людей на планете, тем более одинокими они себя чувствуют.

Сравните: почти 100 лет назад, в 1927 году, население Земли насчитывало 2 миллиарда человек. Сейчас нас вчетверо больше, общайся – не хочешь, а проблема одиночества стоит остро как никогда. Предлагаем поразмыслить о том, что может сделать в этой ситуации каждый конкретный человек. Начнем, так сказать, с себя.

Я никогда не слушаю музыку в одиночестве. Со мной её слушают ещё три этажа.

## О временах и нравах

Социализация необходима абсолютно каждому человеку. Вся наша эволюция строится на том, что выживать проще всем вместе, а не в одиночку. И детей растить, и безопасность обеспечивать, и пропитание добывать проще, когда роли распределены, у каждого свои функции. В наше время все эти задачи во многом автоматизированы, людям не обязательно взаимодействовать, чтобы покупать еду, платить за коммуналку или узнавать прогноз погоды. Это удобно, но и потенциально проблематично. Навыки общения теряются, а потребность в нем остается. Отсюда вывод: если вам одиночество не по душе, нужно «прокачивать» свое умение общаться.

# Одиночество – враг или друг?



## ШАГ 1 Признать проблему

Одиночество – понятие весьма субъективное и, можно сказать, неравномерное. Можно ощущать себя одиноким на работе, потому что там нет (или пока не выявлено) единомышленников, а дома чувствовать себя уютно и тепло в кругу семьи. Или наоборот – в общественной жизни полно интересных контактов, а в семье будто царит изоляция. Но хуже всего, когда человек ощущает себя одиноким во всех сферах жизни и, что самое главное, его это тяготит. По мнению психологов, очень важно для себя назвать вещи своими именами: да, я столкнулся/столкнулась с одиночеством. Нет, мне это не нравится, и я готов/готова что-то предпринимать, чтобы это исправить.

## КСТАТИ

## Это нормально!

От навязанного стереотипа, что быть одиноким позорно, давно пора отказаться. Одиночество вовсе не означает ненужность. Это скорее переходный этап к новой жизни. И вы пока не сделали шаг туда только потому, что не выбрали направление.

## ШАГ 2 Преодолеть страхи

В большинстве случаев одинокие люди уже предпринимали попытки найти компанию, но сталкивались с непониманием, игнором или даже травлей. Теперь им страшно снять «броню» и снова пустить кого-то в свою жизнь. Но и оставаться в изоляции уже нет сил. Важно признать за собой право на ошибку и перестать винить в одиночестве себя. Во-первых, и в нем есть плюсы. Например, возможность спокойно обдумать свое положение и разобраться в себе. Может быть, вы просто неверно себя оцениваете, потому и ищите компанию не там, где нужно? Подружитесь с собой, разглядите свои сильные и слабые стороны – те, которые есть на самом деле, а не те, которые вы себе приписываете. Возможно, есть смысл обратиться за помощью к психологу.

## ШАГ 3 Начать действовать

Как и любой навык, умение общаться можно натренировать. Например, так:

- **Короткий разговор со случайным знакомым (попутчиком, соседом).** Важно, чтобы он действительно был коротким. Не стоит пересказывать собеседнику всю свою жизнь. Достаточно обменяться несколькими фразами по ситуации. И обязательно внимательно слушайте человека!

- **Прогулка.** Цель прогулки – не найти, с кем пообщаться, а научиться чувствовать себя комфортно в своей же собственной компании. С удовольствием разглядывайте цветы на клумбах или слушая птичек, отмечая про себя красивые виды или смешные облака. Делитесь впечатлениями с собой – мысленно.

- **Помощь окружающим.** Порой, упиваясь собственным одиночеством, люди не замечают проблем окружающих. Эмпатия – важный навык для тех, кто хочет человеческого общения. Можно начать с мелочей – сделать комплимент грустной коллеге, погулять с соседской собачкой, если хозяин приболел.

- **Смена обстановки.** Порой бывает достаточно пойти домой с работы непривычным маршрутом, чтобы почувствовать себя новым человеком в новом месте. Может быть, на соседней улочке встретится кафе с дружелюбной атмосферой и вкусными пирожными? Или окажется, что там сквер с уютными лавочками? Попадая в непривычную обстановку, мы как бы обнуляемся и легче меняем линию поведения, нащупывая верную.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

## БЫВАЕТ И ТАКОЕ

## Не палочки, а корочки

Обращали ли вы внимание, что палочки корицы имеют странную форму? Все дело в том, что эта пряность – кора дерева. С поверхности растения аккуратно срезают тонкий прямоугольник, который скручивается при высыхании. Так что палочки корицы на самом деле не палочки, а корочки.



## Какой вкус любят кошки?

Многие уверены, что кошки – настоящие сладкоежки. Такой вывод складывается из того, что пушистики с удовольствием едят мороженое или сгущенку. Но, согласно исследованиям, у кошачьих нет рецепторов, которые помогают распознавать сладость. Зато кошки и коты различают соленый, кислый и горький вкусы. Последнего животные избегают, а вот кислым или соленым лакомятся с удовольствием.



## Лакомство для Македонского

Известно, что мороженое готовили ещё 5 тысяч лет назад! В Китае богачи любили лакомиться замороженными фруктами с соком. Очень любил мороженое Александр Македонский, он держал у себя специального слугу – юношу, способного бегать очень быстро. Этот юноша бегом доставлял с гор снег, чтобы полководцу могли приготовить его любимое лакомство. В Европе мороженое завоевало популярность в Средние века. За лучшего мороженщика порой боролись самые богатые семьи.



## Где находится центр России?

Административный – в Москве. А географический? Он расположен на юго-восточном берегу озера Виви, на плато Путорана в Красноярском крае. Чтобы туда добраться, потребуется долететь от Красноярска до поселка Тура на самолете, а затем преодолеть еще около 400 км на вертолете, на катамаране летом или на машине зимой. На месте установлен специальный знак в виде распускающегося цветка.

Светлана СИДОРЧУК

# ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА: РАЗРАБОТКА ИЗ СССР, КОТОРАЯ ПОСТАВИТ ВАС НА НОГИ



И случилось просто невероятно! На медицинской выставке миру был представлен великолепный аппарат высокочастотной терапии «Надежда» для оздоровления всего организма! Он является гордостью нашей страны. Можно сказать, прорывом в мире физиотерапии. Даже профессора и доктора наук были поражены. Ведь это не просто аппарат, а целый физиотерапевтический комплекс для домашнего использования! Лечит более 60 заболеваний! Остеохондроз, артрозы, ишиас, гипертонию, астму! И это только некоторые из них. Представьте? Теперь Вы сможете избавиться от мучивших Вас годами болезней. Или хотя бы добиться стойкой ремиссии. Это технология на миллиард! Сегодня она готова помочь Вам вернуть своё здоровье! Именно Вы, рождённые в СССР, сможете одними из первых оздоровиться с помощью «Надежды».

## МЕДИЦИНА НОВОГО УРОВНЯ ДОСТУПНА КАЖДОМУ

Чем же так удивительна «Надежда», что её называют инновацией в мире медицины? Всё дело в уникальных импульсах. Благодаря широкополосной модуляции, они без труда проникают на разную глубину в ткани и достигают очага Вашей боли. И это происходит независимо от того, чем Вы больны, ведь «Надежда» настолько уникальна, что запускает процесс восстановления всего организма. Только представьте, теперь Вы можете максимально оздоровиться уникальной высокочастотной электротерапией прямо у себя дома. И сделать это, когда Вам удобно. А главное, без посторонней помощи. Такое лечение эффективно и полностью надёжно. Ведь инструкции для него разработаны профессором и доцентами медицинских наук старейшей в России кафедры физиотерапии. И рассчитаны на то, чтобы помочь каждому человеку, ведь «Надежда» лечит практически все болезни.

## РЕАЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ ВАШИХ ПРОБЛЕМ

Вы только посмотрите, какой огромный перечень показаний к применению у «Надежды»:

- **остеохондроз позвоночника с корешковым синдромом;**

- **остеоартроз;**
- **деформирующие дорсопатии;**
- **другие дорсопатии;**
- **спондилопатии;**
- **поражения межпозвоночных дисков;**
- **радикулопатия;**
- **полиартроз;**
- **коксартроз;**
- **гонартроз;**
- **артроз первого запястно-пястного сустава;**
- **другие артрозы.**

Не нашли своё заболевание? Не страшно, ведь этим возможностями «Надежды» не ограничиваются. Согласно рекомендациям ведущих физиотерапевтов страны, ей можно успешно лечить такие заболевания как:

- **гипертоническая болезнь 1-2 стадии;**
- **ишемическая болезнь сердца, постинфарктный кардиосклероз;**
- **бронхиальная астма;**
- **сосудистая деменция;**
- **ишиас, ишиалгия;**
- **облитерирующие заболевания сосудов нижних конечностей;**
- **переломы костей;**
- **вазомоторный ринит;**
- **хронический гастрит в стадии ремиссии.**

Согласитесь, внушительный список показаний. Если это не панацея от всех болезней, то, по крайней мере, серьёзная заявка на этот титул.

И поэтому неудивительно, что «Надежда» не осталась незамеченной!

Аппарат внесли в 100 лучших товаров России. Более того, его отметили на ведущем конкурсе страны и наградили платиновым «знаком качества XXI века».

Это высшая награда конкурсов «Всероссийская Марка (III тысячелетие)».

В эффективности «Надежды» не остаётся сомнений. А всё потому, что это не просто физиотерапевтический аппарат, а настоящее медицинское чудо. Прорыв в медицине! Можно сказать, дверь в будущее! И это не просто слова, ведь «Надежда» тестировалась в лучших клиниках страны. И показала просто ошеломляющие результаты.

Советская медицина по праву считалась лучшей в мире. Однако после распада СССР её буквально похоронили заживо. Уникальные разработки просто забросили. А физиотерапия в 2000-х совсем пришла в упадок. Старое оборудование списали, а новое не закупили. Это было тяжёлое время. И по сей день мы нередко слышим, что Россия тогда многое потеряла.

Неужели мы всё так и оставим?! Особенно в свете последних мировых событий, когда всем стало ясно, что Запад нам — не помощник. И нужно надеяться только на себя. К счастью, нашлись люди, которые не только вспоминают прежние величие СССР, но и, опираясь на прошлое, строят наше будущее. Они смогли не просто возродить физиотерапию, но и вернули её на законное первое место в мире!

И стало это возможно благодаря старейшей кафедре физиотерапии при университете им. И.И. Мечникова. Совсем недавно ей исполнилось 130 лет. Представьте, какой колоссальный опыт накоплен за это время? Она смогла не просто пережить распад Союза, но и сохранила тайны прошлого. Неудивительно, что в поисках идеи наши учёные обратились именно к архивам кафедры, и не зря.

Они нашли всеми забытые исследования СССР о возможностях электрического тока. За основу взяли амплипульс-терапию, или «русскую стимуляцию», разработанную в 60-х. И с помощью новых технологий не просто улучшили, а создали нечто уникальное, особые целебные импульсы. И даже смогли адаптировать их для домашнего применения.

Например, в городской больнице № 23 г. Санкт-Петербурга в ходе клинических испытаний улучшения наблюдались у всех пациентов. Представляете? Не было ни одного человека, которому не помогла бы «Надежда», это вселяет уверенность, что этот удивительный медицинский аппарат поможет и Вам.

«Надежда» просто обязана быть в Вашем доме всегда под рукой. Ведь болезни есть практически у каждого человека. Даже если кто-то не знает об этом, то он просто не дообследован. А те, кто уже попробовал «Надежду», убедились в её эффективности и смогли вернуть себе здоровье! Ведь обычно как бывает, подлечили одно, а через месяц другое заболело. Здесь такого нет! Импульсы аппарата настолько умные, что, действуя даже в одном месте, запускают оздоровительный процесс во всём организме. Наконец-то у Вас появился реальный шанс навсегда забыть о многих болезнях!

## ИСЦЕЛЯЮЩИЕ ИМПУЛЬСЫ ДАЮТ НАДЕЖДУ

Чтобы понять, как всё-таки лечит «Надежда», давайте вообразим такую картину. Боль, как выстрел, пронзила Ваше колено или спину (каждый вспомнит своё). Что же делать?

Протяните руку и возьмите «Надежду». Расположите лечебный электрод на место Вашей боли, включите аппарат, а дальше он сделает всё за Вас.

Уже с первых минут вы почувствуете облегчение. Как бусины рассыпаются по полу, так и оздоровление начнёт распространяться по Вашему телу. Вы будете ощущать, словно Вам проводят глубокий внутриклеточный массаж.

Начнёт проходить воспаление. А главное — изнуряющая боль наконец-то стихнет! Ведь аппарат действует безопасно и в то же время глубоко. Сказать честно, ни одному массажисту такое не под силу.

Да и лечение будет полностью адаптировано под Вас. Есть силы сейчас — полечились! Никаких очередей и строгих расписаний в физкабинет. С «Надеждой» наконец-то Вы вздохнёте спокойно.

Ведь боль, мешающая жить, пройдёт, и Вы начнёте полноценно дышать и восстанавливаться. Вскоре каждое движение будет даваться Вам с небывалой лёгкостью. А каждый Ваш шаг наполнится уверенностью! И вот Вы уже на своей любимой даче, рыбалке или просто гуляете на свежем воздухе. И у Вас ничего не болит! А энергия просто бьёт ключом.

## ПРЕИМУЩЕСТВА, КОТОРЫЕ ДАРИТ ВАМ «НАДЕЖДА»

«Надежда» подарит не только ощущение молодости, но и реально обновит весь Ваш организм.

Под действием импульсов аппарата у Вас образуются новая капиллярная сеть, и нарушенное кровообращение начнёт восстанавливаться. Вы почувствуете, как каждая Ваша клеточка наполняется кислородом. Отток лимфы улучшается, а значит, уходят отёки и выводятся токсины. При регулярном использовании Вы ощутите, как тело оживает, мышцы становятся сильнее, а боли уходят в прошлое. К тому же под действием исцеляющих импульсов «Надежды» Ваш организм начнёт вырабатывать эндорфины (гормоны счастья). А это даёт не только обезболивающий эффект, но и улучшает Ваше настроение и общее самочувствие!

Все дела, намеченные с вечера, теперь не кажутся Вам чем-то нереальным, ведь Ваш организм наполнен силой и энергией! Вот она — медицина будущего!

## «НАДЕЖДА» — ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ФИЗИОТЕРАПЕВТ ПРЯМО У ВАС ДОМА

Как избавиться от большинства болезней? Сегодня Вы знаете ответ на этот вопрос. Вам поможет аппарат «Надежда»! Болезнь, травма или сильное перенапряжение после тяжёлого дня — всё это под силу «Надежде». Уже сегодня Вы можете наслаждаться жизнью, а не просто доживать свой век. «Надежда» — это Ваш шанс вернуть былое здоровье и энергию. Больше Вам не нужно беспокоиться о высокой стоимости лечения, потому что «Надежда» делает его бесплатным для Вас! Это очень ценно, особенно для пенсионеров и жителей регионов. Ведь на пенсию и прокормиться-то сложно. Что уж говорить о качественном лечении? Только представьте, Вы можете обрести надёжную и эффективную помощь не выходя из дома. С «Надеждой» Вы будете чувствовать себя спокойно. Ведь на расстоянии вытянутой руки есть домашний доктор, который окажет помощь, когда Вам это нужно. «Надежда» помогла многим справиться с болезнью и вернуться к полноценной жизни. Не откладывайте заботу о своём здоровье на потом. Не доводите свой недуг до операции или инвалидности. Сделайте выбор в свою пользу и, как можно скорее, начните лечение «Надеждой»!

Позвольте себе наслаждаться каждым моментом жизни без боли и ограничений. Звоните по бесплатному номеру и получайте «Надежду» в своё полное распоряжение.

Сделайте подарок себе и своим близким прямо сейчас. Это Ваш билет к здоровой жизни! Берите и пользуйтесь.



**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!**

**8 (800) 333-56-71**

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

- ▶ **УМЕНЬШЕНИЕ БОЛЕВОГО СИНДРОМА**
- ▶ **ПОВЫШЕНИЕ ПОДВИЖНОСТИ СУСТАВОВ**
- ▶ **УКРЕПЛЕНИЕ МЫШЦ СПИНЫ**
- ▶ **УЛУЧШЕНИЕ ОБЩЕГО СОСТОЯНИЯ**

**ХИТ  
ПРОДАЖ**

[WWW.PRODEX.RU](http://WWW.PRODEX.RU)<sup>1</sup>

[WWW.APTEKA.RU](http://WWW.APTEKA.RU)<sup>2</sup>



**СКИДКА ПО ПРОМОКОДУ\*\***

**ИЮНЬ**

**ЕСЛИ АППАРАТ НЕ ПОМОЖЕТ — ВЕРНЕМ ДЕНЬГИ!\***

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. \*Подробную информацию о возврате денежных средств уточняйте у оператора. \*\*Акция действует с 12.06.2024г по 12.07.2024г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел. 8-800-333-56-71. 'ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. \*АО НПК "КАТРЕН" ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская Область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Телеканал ТНТ 16 июня представит долгожданную премьеру – новый сезон реалити «Выжить в Дубае. Возвращение».

**В**едущие Павел Воля и Ляйсан Утяшева вновь будут проводить испытания для участников двух команд – звездной и зрительской, чтобы определить, кто будет ночевать в пустыне, а кто – в роскошном отеле. Один из звездных участников – наш сегодняшний гость, актер Вячеслав Чепурченко. Ему уже приходилось выживать в экстремальном шоу «Звезды в Африке», поэтому без сравнений не обошлось.

## Акцент на интеллект

– Вячеслав, когда вам поступило предложение принять участие в проекте «Выжить в Дубае», вы связывались с кем-то из участников прошлых сезонов – посоветоваться, разузнать подробности?

– Я сразу написал Оле Серябкиной, но нам не удалось связаться. В результате я был в совершенном неведении. Хотелось бы узнать, хотя бы для сравнения, насколько этот проект отличается, например, от тех же «Звезд в Африке». Потому что «Звезды в Африке» были очень сложным испытанием и морально, и физически. И меня интересовало, дают ли в Дубае поесть, дают ли поговорить по телефону, потому что мне хотя бы раз в сутки важно позвонить домой, узнать, как дети, как жена. Вот такие банальные вещи меня интересовали. Все остальное было не так важно, потому что я очень люблю это шоу – и первый сезон «Выжить в Дубае», и второй сезон в Самарканде.

# Вячеслав ЧЕПУРЧЕНКО:

# «ЖИЗНЬ – ГЕНИАЛЬНЫЙ СЦЕНАРИСТ»



Мне нравится, что делает акцент на настольных играх, что в испытаниях не только «физуха». Если, например, у мальчика рука длиннее, чем у девочки, у него больше шансов. А тут акцент на интеллект, на стратегию, мышление и логику. Меня это очень привлекало.

– Считается, что первое впечатление – самое правильное. Каким оно было у вас по приезду к месту съёмок?

– На любых съемках, на любой площадке есть какие-то проблемы, какие-то казусы. Самое главное – как это решается. В одних случаях все начинают кричать, ругаться, искать виноватого – это всегда огромный минус. Но есть замечательные площадки, на которых все решается быстро. Кажется, есть проблема, а вскоре оказывается, что ее уже и нет. Это как раз случай с «Выжить в Дубае». Поэтому за организацию низкий поклон команде!

## В испытаниях нужны силы

– Понимаю, что раскрывать подробности шоу до премьеры вы не можете. Поэтому спрошу так: вы довольны тем, как проявили себя?

– Очень доволен! Горжусь и собой, и тем, что произошло, и драматурги-

ческими поворотами, которые как будто специально писались. Но жизнь – настолько гениальный сценарист, что сам поражаешься, как такое могло произойти. Остальное увидите!

– У вас уже есть опыт участия в экстремальном шоу, в Африке. Он пригодился в этот раз?

– Я знал, что в Дубае главный противник – не голод. Все-таки в Африке на нем сделан акцент. Здесь с этим было проще, чему я очень рад. Я считаю, что нужны силы – и для тех же ссор, и для испытаний, и для того, чтобы быть в кадре энергичным.

## Маленький Славка счастлив!

– Кто из участников стал для вас настоящим открытием – в хорошем смысле слова?

– Я ни с кем не был знаком до появления на площадке. Но впоследствии были открытия как в плюс, так и в минус, особенно в отношении тех, кого я наблюдал раньше с экрана. А так со многими ребятами из народной команды мы до сих пор на связи, и с Торнике Квитатиани мы общаемся, уже пару раз встречались после шоу. Еще мне очень понравилась Виктория Боня. Она оказалась очень приятной в общении, несмотря на яркий образ на экране.

– Что для вас самое интересное в таких шоу на выживание? Победа, приз, возможность про-



В пустыне Руб-эль-Хали Вячеслав побывал впервые благодаря проекту «Выжить в Дубае. Возвращение».

верить себя, шанс пережить яркое впечатление?

– Вы за меня ответили: и приз, и победа, и возможность проверить себя, и пережить приключение (улыбается). Но вообще мой маленький внутренний пацан Славка (при том, что мне скоро 37 лет) очень радуется, когда для меня строят какие-то испытания, конкурсы, я по ним прыгаю, бегаю, еще могу заработать денег – это же чудо! В детстве я о таком мог только мечтать. Тогда у меня была только железная ракета на детской площадке, и то в нее нельзя было заходить.

Анна ЯШКОВА

## ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Жизнь порой такая колючая, такая болючая, но если есть возможность, нужно стараться получать удовольствие от происходящего. Хотя бы раз в день улыбаться – например, солнечным лучам. Иначе для чего тогда жить? Так что всем желаю успевать получать удовольствие от жизни!

## Приключение каждый день

– Вам очень важно общение с семьей. Вы с женой «спланированные» родители – читаете специальную литературу по воспитанию дочки и сына? Или вам ближе точка зрения, что воспитывать нужно себя, а дети возьмут с вас пример?

– Что бы я ни считал, дети это все равно переворачивают. Я читал про воспитание одно, другое, с этими знаниями подошел к ним, начал сосуществовать, веселиться и играть, ругаться, плакать – и вся информация улетучилась. Все, что мы читали, прекрасно, но поток жизни берет свое. И дети и мы пытаемся привыкнуть друг к другу, найти какие-то ключики. Каждый день – новое приключение.

– Вы считаете чтение обязательным занятием для современного ребёнка? Читаете дочке и сыну книги, когда есть такая возможность?

– Читаю с самого детства и дочери, и сыну сказки. Сейчас сложнее, потому что дочь постарше и с удовольствием слушает, а сыну три года, у него кризис, ему не сидится на месте. Он хочет играть, веселиться, баловаться. Получается, из-за Тимофея Ярослав лишается сказок.

## Лето – пора работы и шашлыка

– Наступило лето. Для актёров это время активных съёмок, фестивалей, гастролей. Какие у вас планы? Отдохнуть получится?

– На лето запланированы три проекта, и какой-то период будет совсем без выходных. Лето пролетит чуть-чуть мимо. А уже ближе к октябрю, я надеюсь, мы поедем с семьей куда-то отдохнуть. И позже, может быть, отдельно с женой.

– Какой вкус у вас ассоциируется с летом? Может быть, ягода, фрукт, шашлык, окрошка?

– Естественно, окрошка! Лучшее всего на кефире или на тане. Ягод и фруктов я так наелся в детстве, что с летом они уже не ассоциируются. Вот шашлык – да!

## ДЕТАЛИ

## «Жуки»: как в деревню к бабушке

– Знаю, что вы продолжаете сниматься в проекте ТНТ «Жуки», который сделал вас очень популярным. Если можно, подели-

тесь впечатлениями со съёмки. 7

– Это очень похоже на очередную поездку к бабушке в деревню. Это что-то теплое, ламповое, все знакомо. По-

этому мы начали работать – и как будто не было прошедшего времени. Те же ребята, та же теплая энергетика, клевый сценарий. Я думаю, этот сезон будет замечательным.

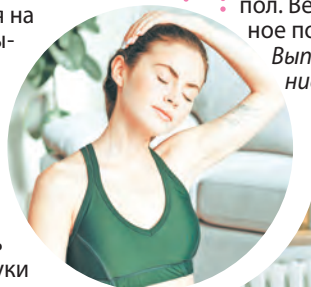
Гибкость появляется благодаря способности мышц, связок и суставов двигаться с максимальной амплитудой.

Она оказывает значительное влияние на наше самочувствие и результаты тренировок. А это значит, что развитие гибкости способствует в том числе стройности. Давайте начнем развивать гибкость прямо сейчас!

### Упражнение для шеи

Улучшает осанку, способствует лучшему кровоснабжению головы.

ИП: сидя на стуле, выпрямите спину. Правую руку заведите за спину, а ладонь левой руки заведите над головой к противоположной стороне. Тяните голову в левую сторону к плечу. Вернитесь в исходное положение. Поменяйте руки и повторите упражнение. Выполните упражнение по 5 раз для каждой стороны.



### Упражнение «Бабочка»

Полезно для раскрытия тазобедренных суставов.

ИП: сядьте на пол. Чтобы лучше контролировать спину, можно расположиться возле стены. Согните ноги в коленях, а затем разведите их в стороны. Подошвы стоп касаются друг друга. Постарайтесь колени опустить на пол. Вернитесь в исходное положение.

Выполните упражнение 10 раз.



### Упражнение «Кошка»

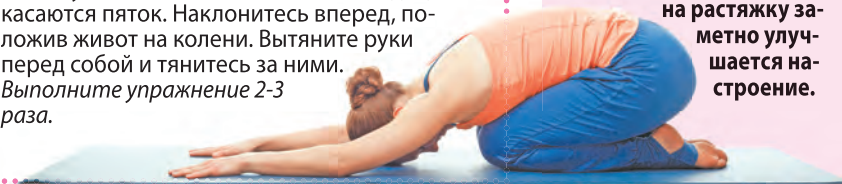
Полезно для позвоночника, плеч и шейного отдела.

ИП: стоя на четвереньках, расположите ладони под плечами, в коленях должен образоваться прямой угол. Медленно прогните спину, поднимая голову вверх. Задержитесь в этом положении на несколько секунд. После чего так же медленно выгните спину вверх. Опуская голову вниз (подбородок к груди не прижимайте), задержитесь в этом положении. Выполните упражнение 10 раз.

### Упражнение «Поза ребёнка»

Очень полезно для расслабления уставшей спины.

ИП: опуститесь на пол на колени, ягодицы касаются пяток. Наклонитесь вперед, положив живот на колени. Вытяните руки перед собой и тянитесь за ними. Выполните упражнение 2-3 раза.



### СОВЕТ

#### АМПЛИТУДА – ДЕЛО ПОСТЕПЕННОЕ

Не старайтесь с первого раза выполнить упражнение идеально. Мышцы только привыкают, и даже если вы будете выполнять упражнения в половину амплитуды, этого будет достаточно для развития гибкости. Со временем мышцы станут более податливыми, и амплитуда увеличится.

### КСТАТИ

#### СРЕДСТВО ДЛЯ ПОДНЯТИЯ НАСТРОЕНИЯ

Упражнения на растяжку хорошо снимают напряжение и стресс. Причем это касается как непосредственно мышц, так и душевного состояния. После занятий на растяжку заметно улучшается настроение.

Если на Земле ты весишь 90 кг, то на Марсе будешь весить всего 35. Ты не толстый. Просто ты не на той планете.



### МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

#### ПОСЛОЖНЕЕ ИЛИ ПОПРОЩЕ? ВЫБОР ЗА ВАМИ



Советы по правильному выполнению упражнений на растяжку нашим читателям дает тренер Юлия Панкратова.

– В каких случаях при выполнении упражнений на растяжку хорошо использовать кирпичики, фитнес-ленту?

– Фитнес-лента нужна, если мы не можем, например, в наклоне дотянуться до стопы. Лента используется для облегчения выполнения упражнения. Кирпич может использоваться как для упрощения, так и для усложнения упражнений в более продвинутых практиках. Например, сидя в шпагате, можно подложить под стопу кирпич для усиления эффекта.

– Сколько времени нужно находиться в статичной позе?

– Не менее 20-30 секунд.

– Если заниматься дважды в неделю, эффект будет? Или лучше делать это каждый день, уделяя растяжке хотя бы 5-10 минут?

– Конечно, результат будет. Это лучше, чем ничего. Если же задаться целью растянуть определенную часть тела, например, ноги, можно выполнять каждый день по несколько упражнений. Но опять же, если нужно просто снять гипертонус мышц, достаточно заниматься 2-3 раза в неделю.

Татьяна МИХАЛЁВА

# ЗАБУДЬТЕ ПРО ЗАПОРЫ РАЗ И НАВСЕГДА С НОВЫМ СРЕДСТВОМ РегуляторПРО!

Вопрос от читателя: «Уже не знаю, что делать. У меня хронический запор. Мучаюсь больше 10 лет. Из-за запора появился геморрой. Поэтому постоянно пью слабительные. Понимаю, что так нельзя. Но без них в туалет не хожу – очень боюсь обострений и кровотечений. Тут подруга рассказала о новом средстве РегуляторПРО. Скажите, в такой, как у меня, ситуации будет ли польза?» Лидия Алексеевна, 74 года

Запор – это одна из самых частых проблем, особенно после 50 лет, когда простой поход в туалет становится настоящей пыткой! И это может длиться годами! При этом на фоне запоров яды и токсины копятся и гниют в кишечнике, всасываются в кровь и отравляют весь организм. Поэтому к запору добавляются слабость, отеки, геморрой, головные и суставные боли, повышенное давление.

Но почему кишечник перестает работать и появляются запоры? Главная причина – разрушение микрофлоры. Это когда растёт количество патогенных бактерий, а полезных становится все меньше. Из-за этого

нарушается перистальтика, развиваются воспаления, кишечник становится «ленивым» и регулярно не очищается. Это может случиться из-за долгого приема лекарств, неправильного питания, недостатка воды, хронических болезней... Поэтому чтобы избавиться от запора, нужно прежде всего восстановить микрофлору кишечника! Новейшее средство РегуляторПРО – это скорая помощь при запоре любой степени тяжести. Два натуральных компонента в составе, французская запатентованная формула Фибрегам и «золотой стандарт» пребиотиков лактулоза, работают сразу в трех направлениях:

- 1 стимулируют рост 22 видов полезных бактерий (это в 11 раз больше, чем обычные пребиотики), быстро восстанавливая здоровую микрофлору кишечника;
- 2 нормализуют перистальтику кишечника и регулярность стула. Результат Вы сможете почувствовать уже через 5-8 часов после применения;
- 3 глубоко очищают кишечник, мягко выводя из него все шлаки, яды и гнилостные вещества, что копились годами. Вы забудете про клизмы и слабительные, ведь запоры Вам больше не грозят!

РегуляторПРО подарит Вам легкость и свободу раз и навсегда!

Звоните по телефону горячей линии:  
**8-800-100-55-60**

или с мобильного на номер: **\*2031**

Ваш код подарка: «РЕГУЛЯТОР-ПОМОЩЬ»



Реклама

1 упаковка  
**БЕСПЛАТНО\***  
при покупке в течение 7 дней

\*При покупке 3 упаковок. Не является лекарственным средством. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, РФ, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр-д, д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. 1, комн. 28. СГР № RU.77.99.11.003.R.002307.08.20 от 03.08.2020 г. Акция действует с 01.06.2024 года по 01.11.2024 года. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по телефону 8-800-100-55-60 ПЕРЕВОД: RegulatorPro – РегуляторПРО. БАД.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Валдис Пельша зритель хорошо знает как телеведущего, хотя в его копилке уже 16 документальных фильмов.

**Валдис ПЕЛЬША:**

# «Мне интересно снимать кино»

Свой новый фильм «Гагарин. Второй виток вокруг Земли» он представил в Калуге на 5-м Международном фестивале фильмов и программ о космосе «Циолковский». И – большая творческая победа. На торжественной церемонии закрытия фестиваля именно этому фильму был вручен главный приз кинофорума – Гран-при «Гагарин».

Наш корреспондент встретился с обладателем Гран-при и попросил Валдиса рассказать, почему он решил обратиться к космической теме, какой из своих фильмов считает самым «быстрым», самым опасным и самым любимым...

## Гагарин говорил на языке мира

– Валдис, ваш фильм «...Второй виток вокруг Земли» приурочен к 90-летию Юрия Гагарина. Но о Гагарине столько написано и снято, что трудно найти что-то, что могло бы ещё удивить или заинтересовать...

– Личность Гагарина всегда будет интересна и притягательна. Но в фильме я сделал акцент на его 46 поездок в 29 (!) стран мира, которые оставили след в истории не только этих стран, но и всего мира. Достаточно сказать, что после выступления Гагарина и Терешковой на Генеральной ассамблее ООН, Космический комитет ООН принял единогласное ре-

**ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:**

– Обязательно живите с мечтой и на пути к мечте не бойтесь рисковать.

шение о запрете размещения ядерного оружия в космосе. Гагарин со всеми говорил на языке мира. Подобных историй мы нашли несколько. Из них сложился фильм, который рассказывает о яркой и неординарной личности этого человека.

– А лично для вас герой фильма открылся заново?

– Я был поражен огромным обаянием Гагарина. Мы просмотрели много хроники и поразились, как 27-летний молодой человек, выросший в деревне, в крестьянской семье, сумел покорить своим обаянием и внутренней интеллигентностью весь мир, всю планету. Вспомним, до полета в космос Юрий Алексеевич никогда не

выезжал за рубеж, но уже через две недели после полета летит в Чехословакию, а дальше по всему миру – от Франции до Кубы. Не имея дипломатического опыта, встречается с королями, премьер-министрами, реально влияет на изменение отношений между странами. Это все задокументировано. Мы работали в Российском государственном архиве кинофотодокументов, архивах Госфильмофонда, прочитали много воспоминаний о космонавте, работа была проделана огромная. И это притом, что фильм делался чуть больше месяца и был сдан в эфир за 55 минут до его начала! Это был самый быстрый мой фильм и один из немногих, который на Первом канале показали два раза за день. На мой взгляд, это гово-

рит о том, что фильм «зашел».

## Гора всех гор

– Вы как-то сказали, что, приступая к работе над очередным фильмом, в первую очередь думаете о необычности сюжета. Именно поэтому вы то отправляетесь в путешествие за три полюса, то решаетесь подняться на самую высокую вершину земли...

– Нельзя снять хорошее документальное кино «в тему», не «побывав в ней», например, не посетив ту же Антарктиду или не поднявшись на Эверест. Если ты взялся о них рассказывать, будь добр там побывать. Да, это опасно, но интересно, а главное – правильно. И самое важное, слава Богу, все получилось.

– Расскажите об экспедиции на Эверест...

– На создание документальной картины «Ген высоты, или Как пройти на Эверест» у нас ушло два года и две экспедиции. Первая сорвалась из-за погодных условий. Не зря про Эверест говорят, что это гора всех гор. Когда на нее смотришь, не понимаешь, как ее можно «взять». Мы очень благодарны нашим высотным операторам, которые дошли до вершины и сняли весь этот путь. Из истории мы знаем, Эверест пускает не всех. Мы шли в 2023-м и понимали, что есть большой риск, переживали и, не скрою, где-то и боялись. Сначала у нас была потрясающая погода, потом полетели лавины, пошел снег, и мы до последнего не знали, будет выход на вершину или нет.

**Наталья АНОХИНА**

## ПОДРОБНОСТИ

### «Теперь кино – это часть меня»

– Публика привыкла вас видеть в качестве лёгкого, неунывающего телеведущего, к примеру, музыкальной программы «Угадай мелодию». Конечно, телезрители любят вас за ваше обаяние, душевность, позитив. А на поверку вы серьёзный, строгий и очень рискованный человек: 400 прыжков с парашютом, серьёзное увлечение дайвингом, сложные восхождения в горы... Зачем вам это всё?

– Не поверите, но от создания документального кино я получаю

больше удовольствия, нежели от ведения развлекательных шоу, которые для меня не более чем работа. Невероятные по силе эмоции я получаю именно от работы в кино, которое давно уже часть меня.

– Вы сняли 16 картин. Какая из них самая любимая?

– «Люди, сделавшие Землю круглой». Это первый мой фильм и, наверное, поэтому самый любимый. Однажды телеведущий и мой друг Дмитрий Хаустов обнаружил архив летчика Георгия Бай-

дукова. Зная, что я увлекаюсь историей русской авиации, предложил на основе этих документов снять фильм, посвященный сверхдальним трансполярным перелетам, которые совершили экипажи Героев Советского Союза В.П. Чкалова и М.М. Громова (вторым пилотом у Чкалова был как раз Байдуков). И я отчего-то согласился. Через два года мы представили 4-серийный документальный фильм. После этого мне захотелось снять еще. Сегодня для меня это самое интересное занятие.



## Про Александра Пушкина сняли новый сериал

Первый канал готовит к премьере сериал «Натали и Александр». Несложно догадаться из названия, что это история взаимоотношений великого русского поэта Александра Пушкина и его супруги Натальи Гончаровой – короткий период жизни, ставший самым счастливым и самым роковым для них... Главная героиня этой истории – женщина, жена, мать, муза и светская дива: Наталья Николаевна Гончарова. Как всякая девушка, Натали мечтала о простом человеческом счастье, но ей суждено было стать женой и музой гения...

Съемки проекта проходили в Москве, Подмосковье и Санкт-Петербурге. Роль Пушкина доверили Александру Зарядину, а Натальи Гончаровой – Ксении Трейстер. Также в фильме снимались Алексей Барабаш, Ростислав Бершауэр, Игорь Верник, Сергей Гармаш, Полина Кутепова, Кирилл Кяро и многие другие. Режиссером стал Владимир Щегольков.

Фото COSMOS studio

## «Чебурашка» скоро вернется

В Москве начались съемки фильма «Чебурашка 2». В новой киноленте о Чебурашке главный герой чуть-чуть повзрослел: не внешне, но внутренне. Он уже чувствует себя самостоятельным, не всегда слушает Гену и считает, что способен принимать собственные решения. Гена с этим не очень согласен, поэтому в какой-то момент они ссорятся. Чебурашка вместе со своими юными друзьями Соней и Гришей сбегает от взрослых в поход в горы. Этот поход – один из самых ярких элементов картины. Там они встречают нового персонажа. К своим ролям вернулись Ольга Кузьмина, Сергей Гармаш, Еле-

на Яковлева, Фёдор Добронравов, Ева Смирнова, Полина Максимова, Сергей Лавыгин и другие артисты.

– Мы на верном пути! – сказал в первый съемочный день Сергей Гармаш. – Это совершенно новая история с приятными неожиданностями от Гены, Чебурашки и всей нашей компании. Уверен: вы узнаете наших персонажей еще лучше! Отношения Гены и Чебурашки будут складываться и драматически, и смешно...

Новый фильм о приключениях уже полубившихся героев и новых персонажей планируется выпустить на экраны кинотеатров в новогодние каникулы.



Иногда надо остано-  
виться и оглянуться  
назад, посмотреть как  
бы со стороны: всё ли  
делаешь правильно?

**Н**е для того, чтобы  
исправить (это  
просто уже невоз-  
можно), а чтобы убедиться  
– именно так и должно  
быть.

### Встать на ноги, обустроить быт

Каждый человек рож-  
дается для какой-то своей  
миссии. Я пришла в этот  
мир, чтобы быть матерью.  
Даже не помню, когда по-  
явилось это осознание,  
кажется, оно было во мне  
всегда. В детстве я играла  
исключительно в «дочки-  
матери», часами занима-  
лась с куклами, выстраи-  
вала до мелочей отноше-  
ния между «большими и  
маленькими». Взрослые  
только диву давались, как  
пятилетняя девочка мож-  
ет знать тонкости воспи-  
тания.

В школьном сочинении  
на тему «Кем я хочу быть?»  
в первом же предложе-  
нии написала: «Хочу быть  
мамой» с выводами: за-  
чем и почему. ...Когда хо-  
чешь чего-то очень силь-  
но, именно это и убегает  
от тебя.

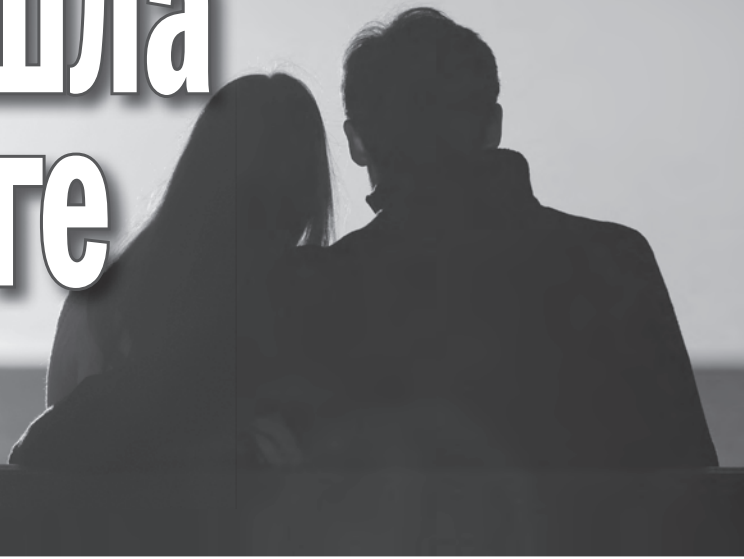
Мой муж сразу после  
свадьбы сказал, что ду-  
мать о ребенке мы не бу-  
дем еще лет десять. Надо  
встать на ноги, обустроить  
быт, закрепиться в про-  
фессии, посмотреть мир.

– Как можно брать от-  
ветственность за чужую  
жизнь, если в своей еще  
не разобрались, – говорил  
мне Фёдор. – И вообще, от  
одной мысли о подгузни-  
ках у меня начинается де-  
прессия.

Я не спорила, не разви-  
вала эту тему вообще. Бы-  
ла уверена, что все разре-  
шится само собой. Через  
несколько месяцев поня-  
ла, что жду ребенка.

Муж рвал и метал, гро-  
зил разводом, если я не  
первую беременность.

# Всегда шла по дороге мечты



– Этого не будет нико-  
гда. Малыш уже есть, и я  
очень постараюсь, чтобы  
он родился у счастливой  
мамы. А я сейчас – самая  
счастливая женщина на  
земле!

**“Надо мечтать,  
как можно боль-  
ше, как можно  
сильнее мечтать,  
чтобы будущее обра-  
тить в настоящее».**

Михаил Пришвин

Фёдор замкнулся, но по-  
степенно стал привыкать и  
готовиться к изменениям  
в нашей жизни. Но я чув-  
ствовала его внутреннее  
сопротивление. Видимо,  
это его нежелание стано-  
виться родителем наруши-  
ло какие-то мои биоритмы.  
Случилось непоправимое –  
я потеряла ребенка. Фи-  
зическая боль была ничем  
в сравнении с душевной.  
Врач не стал обнадежи-  
вать: стать матерью у меня  
один шанс из тысячи.

Но случившееся стало  
трагедией лишь для меня,  
муж воспринял это  
как подтверждение его  
точки зрения: «я же гово-  
рил, что не надо». Можно  
жить на разных континен-

тах земли и быть вместе,  
а можно находиться в од-  
ной квартире бок о бок и  
отсутствовать. С Фёдором  
мы расстались.

### Ангел с пасхальной открытки

Из депрессии меня вы-  
водили родители, кото-  
рые нашли тогда самые  
правильные слова.

– Найди дело по душе.  
Интересная работа – вот  
что тебе сейчас нужно.

Я пришла в благотвори-  
тельный фонд, который за-  
нимался инклюзивными  
программами для особен-  
ных детей. Очень скоро по-  
няла, что мои проблемы –  
вовсе не проблемы. Я мча-  
лась, не замечая, что жизнь  
проносится мимо меня, а я –  
мимо собственной жизни.  
Дело заземлило меня, по-  
могло разобраться с при-  
оритетами, вернуло безус-  
ловную любовь и безоце-  
нное принятие.

На одном мероприятии  
познакомилась с семьей,  
в которой подрастал ре-  
бенок с особенностями  
развития. Сначала увидела  
малыша. Беленький и  
большеглазый, он был по-  
хож на ангела с пасхаль-  
ной открытки. Мальчик

смотрел на меня долго и  
внимательно, как бы счи-  
тывая, а потом просто кив-  
нул головой.

– Вы понравились Ми-  
шеньке, – сказала подо-  
шедшая ко мне женщина.  
– Он чувствует людей. Не  
расплакался – значит, бу-  
дет с вами общаться.

Вера Сергеевна оказа-  
лась бабушкой. Она сама  
возила внука на занятия,  
а я удивлялась: где же ро-  
дители?

Малыш занял все мои  
мысли, и я не могла по-  
нять: почему? Вокруг бы-  
ло много детей – симпа-  
тичнее, здоровее, комму-  
никабельнее. Но именно  
Миша поселился в моем  
сердце. Мальчик тоже ко  
мне потянулся. Он почти  
не говорил, но мое имя  
выучил и старательно вы-  
водил: Юя.

На празднике, который  
был устроен в честь нача-  
ла лета, я, наконец, позна-  
комилась со всей Миши-  
ной семьей.

– Так вот вы какая, до-  
брая фея Юлия, – с этими  
словами ко мне подошел  
высоченный бородатый  
мужчина.

Я растерянно смотре-  
ла на незнакомца, но в  
эту минуту увидела за его  
спиной Веру Сергеевну и  
Мишу.

– Это Матвей, отец наше-  
го мальчика, мой сын.

Малыш оторвался от ба-  
бушки и потянулся ко мне.

– Он очень привязался к  
вам, – улыбнулась женщи-  
на. – Спасибо вам за такое  
неформальное отношение  
к Мише. Знаете что, прихо-  
дите вечером к нам на чай,  
мы живем рядом.

И я согласилась, мне за-  
хотелось больше узнать об  
этих людях.

### Когда наступит завтра

Критические моменты –  
проверка семьи на проч-  
ность. Мишина мама ушла,  
как только узнала о диа-  
гнозе ребенка. Она хотела  
сдать его в специализиро-  
ванное учреждение, но ни  
отец мальчика, ни его ба-  
бушка сделать этого ей не  
позволили. Редкий случай,  
обычно бывает все наобо-  
рот.

И хотя Миша рос в окру-  
жении безмерно любящих  
его людей, материнской  
любви – этой великой си-  
лы – в его жизни не было.

#### ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



В тот самый первый  
день, за чаем в неболь-  
шой кухне, меня как током  
ударило: я хочу остаться в  
этой семье!

Мы начали встречать-  
ся с Матвеем, оказалось,  
что у нас много общих ин-  
тересов. Вера Сергеевна с  
одобрением наблюдала за  
развитием наших отноше-  
ний. Но главное, изменил-  
ся Миша, он будто караб-  
кался по лестнице, пере-  
шагивая через ступеньку.  
Врачи в один голос отме-  
чали резкое улучшение  
его состояния.

– Вечером – праздни-  
чный ужин, – позвонил мне  
по телефону Матвей. –  
Очень тебя все ждем!

Я захватила торт и от-  
правилась на уже привыч-  
ные семейные посиделки.  
Матвей, Вера Сергеевна и  
Миша встретили меня тор-  
жественно-загадочно: на-  
рядная одежда, свечи на  
столе, цветы.

– Юленька, выходи за  
меня замуж, – голос Мат-  
вея дрожал от волнения. –  
Я очень тебя люблю.

– Мы все тебя очень лю-  
бим! – улыбалась Вера  
Сергеевна. – Правда, Ми-  
шенька?

Малыш уткнулся в мои  
колени и тихо сказал: «Ма-  
ма».

### Вместо послесловия

...Ускоряя события, на  
мой взгляд, никогда нет  
смысла. И контролиро-  
вать жизнь невозможно.  
Нужно ценить все, что она  
дает здесь и сейчас.

Я окидываю придири-  
чивым взглядом сумку –  
вроде все собрано. Скорая  
приедет с минуты на мину-  
ту. Волнений нет, уверена,  
что все будет хорошо, еще  
чуть-чуть, и у Миши по-  
явится младший брат.

ЮЛИЯ

## Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

7	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 <p>05.00 Телеканал «Доброе утро»</p>	 <p>17.30 «60 минут». (12+)</p>	 <p>11.00 «ПЁС». (16+)</p>	 <p>06.00 Ералаш. (0+)</p>	 <p>21.30 «Однажды в России». (16+)</p>	 <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p>			
<p>05.00 Телеканал «Доброе утро»</p> <p>09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>09.20 Премьера. «Модный приговор». (16+)</p> <p>10.10 «Жить здорово!». (16+)</p> <p>11.00 12.15 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)</p> <p>15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)</p> <p>16.05 «Мужское / Женское». (16+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>22.00 «ОДИН ШАНС НА ТРОИХ». (16+)</p> <p>23.00 «Большая игра». (16+)</p> <p>00.00 Подкаст.Лаб «Обязательно к прочтению». (16+)</p> <p>00.45 Подкаст.Лаб «Жизнь замечательных». (16+)</p> <p>01.30 Подкаст.Лаб «Обман веществ». (16+)</p>	<p>05.00 Утро России</p> <p>09.00 Вести. Местное время</p> <p>09.30 Утро России</p> <p>09.55 О самом главном. (12+)</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 «60 минут». (12+)</p> <p>14.00 Вести</p> <p>14.30 Вести. Местное время</p> <p>14.55 «Наши». (12+)</p> <p>16.00 Вести</p> <p>16.30 «Малахов». (16+)</p> <p>17.30 «60 минут». (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.05 Вести. Местное время</p> <p>21.20 «ЗА СЕМЬЮ ПЕЧАТЯМИ». (12+)</p> <p>Беременная Кристина оказывается одна на автостанции чужого города, у неё начинаются схватки. Благодаря акушерке Софье Григорьевне Кристина благополучно рождает девочку Сою.</p> <p>23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)</p> <p>02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)</p> <p>03.45 «ВЕРСИЯ». (16+)</p>	<p>04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)</p> <p>06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)</p> <p>08.00 «Сегодня»</p> <p>08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (12+)</p> <p>10.00 «Сегодня»</p> <p>10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (12+)</p> <p>11.00 «ПЁС». (16+)</p> <p>13.00 «Сегодня»</p> <p>13.25 «Чрезвычайное происшествие»</p> <p>14.00 «Место встречи»</p> <p>16.00 «Сегодня»</p> <p>16.45 «За гранью». (16+)</p> <p>17.50 «ДНК». (16+)</p> <p>19.00 «Сегодня»</p> <p>20.00 «АЛЕКС ЛЮТЫЙ: ДЕЛО СИРОТ». (16+)</p> <p>22.20 «ТОЧКА НОЛЬ». (16+)</p> <p>23.35 «Сегодня»</p> <p>00.00 «ТОЧКА НОЛЬ». (16+)</p> <p>00.45 «ЗОЛОТОЙ ЗАПАС». (16+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+)</p> <p>06.30 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>08.00 «ЮНОСТЬ». (16+)</p> <p>11.05 «СТАТУС: ОБНОВЛЁН». (16+)</p> <p>13.20 «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+)</p> <p>15.05 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)</p> <p>Мэкс Коннерс - очаровательная аферистка. Она давно поняла, что, пользуясь лишь своей красотой и хитростью, можно прожить припеваючи за чужой счёт.</p> <p>17.50 Уральские пельмени. (16+)</p> <p>18.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)</p> <p>21.00 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)</p> <p>22.45 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)</p> <p>02.00 «ШАРЛОТТА ГРЕЙ». (16+)</p> <p>03.50 «ВЫ ВСЕ МЕНЯ БЕСИТЕ». (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>05.50 Ералаш. (0+)</p>	<p>07.00 «Утро ТНТ. (16+)</p> <p>08.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)</p> <p>09.00 «Выжить в Дубае. Возвращение». (16+)</p> <p>11.30 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>14.00 «Титаны». (16+)</p> <p>20.00 «ТКАЧЁВЫ НА СВЯЗИ». (16+)</p> <p>21.30 «Однажды в России». (16+)</p> <p>22.30 «ДОСПЕХИ БОГА-3: МИССИЯ ЗОДИАК». (12+)</p> <p>00.55 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)</p> <p>Уличный преступник едет в путешествие в поисках своего прошлого и будущего. Ему предстоит проехать через самые экзотические страны и самые живописные уголки земного шара, увидеть подворотни Нью-Йорка и магический тибетский Затерянный город.</p> <p>02.25 «Импровизация. Команды». (18+)</p> <p>04.00 «Я тебе не верю». (16+)</p>	<p>05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрим утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «В ЭФИРЕ». (16+)</p> <p>22.00 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>23.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>00.30 «ПРОПАВШАЯ». (18+)</p>			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ЧЕ	ОТР	ОТР
<p>05.00 Гастротур. (16+)</p> <p>05.40 Пятница News. (16+)</p> <p>06.10 Зовите шефа. (16+)</p> <p>08.00 Кондитер. (16+)</p> <p>09.30 Секреты на кухне. (16+)</p> <p>10.40 Адаская кухня. (16+)</p> <p>12.50 На ножках. (16+)</p> <p>18.20 Черный список. (16+)</p> <p>22.30 Самородки. (16+)</p> <p>00.00 «ВЕРСАЧЕ». (18+)</p> <p>01.00 Пятница News. (16+)</p> <p>01.30 «Ной!». (16+)</p> <p>03.30 Черный список. (16+)</p> <p>04.30 Пятница News. (16+)</p> <p>04.55 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)</p>	<p>06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>06.45 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>07.15 Дорожные войны. (16+)</p> <p>10.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)</p> <p>16.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>18.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>18.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)</p> <p>20.00 Притворщики. (16+)</p> <p>21.00 Решала. (16+)</p> <p>22.00 Притворщики. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.50 Решала. (16+)</p> <p>05.10 Дорожные драмы. (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+)</p> <p>09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 Отражение</p> <p>11.50 00.55 «Первая помощь». (12+)</p> <p>15.10 «Коллеги». (12+)</p> <p>15.50 «Новости Совета Федерации». (12+)</p> <p>17.00 «Формула здоровья». (12+)</p> <p>18.00 «Губернская новости». (12+)</p> <p>20.40 04.15 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (16+)</p> <p>22.25 «СЕДЬМОЙ ПРОБЕГ ПО КОНТУРУ ЗЕМНОГО ШАРА». (12+)</p> <p>02.00 Отражение. (12+)</p>	<p>05.00 Ранние пташки. «Енотки. Первые слова», «Майло», «Синий трактор», «Три кота». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)</p> <p>07.35 «Цветняшки!». (0+)</p> <p>07.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</p> <p>07.55 «Петроникс». (0+)</p> <p>08.30 «Команда СТИМ!». (0+)</p> <p>10.45 «Детский патруль». (0+)</p> <p>Мальчишки и девочки вместе с телезрителями повторяют правила дорожного движения. Каждое дежурство детского патруля - это интересная игра, где нужны наблюдательность, сплоченность и, конечно же, знания важных правил безопасного поведения на улице.</p> <p>11.00 «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>12.45 «Турбозавры». (0+)</p> <p>14.05 «Тобот». (6+)</p> <p>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</p> <p>14.45 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)</p> <p>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</p> <p>17.00 «БФФ - лучшие друзья навсегда!». (0+)</p> <p>17.10 «Отель у овечек». (0+)</p> <p>Про дружную семью овечек и гостей их отеля.</p> <p>18.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>19.50 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)</p> <p>21.20 «Ум и Хрум». (0+)</p> <p>22.05 «Карбот». (6+)</p> <p>22.35 «Дикие скричеры!». (6+)</p> <p>23.00 «Буба». (6+)</p> <p>00.30 «Ералаш». (6+)</p> <p>01.30 «Фиксики». (0+)</p>	
Ю	МИР	ПОБЕДА		
<p>05.00 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>10.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</p> <p>Ее жизнь похожа на сказку: любимый муж Волкан, драгоценный сын, дом - полная чаша. Но в один день все рушится: Ася находит на рубашке мужа прядь чужих волос... Теперь ей предстоит выбрать: спасти брак или жестоко отомстить мужу.</p> <p>12.00 «Шоу Метод Юлии Ивлиевой». (16+)</p> <p>13.00 «Супермама». (16+)</p> <p>16.50 «Беременная в 45». (16+)</p> <p>21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</p> <p>00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</p> <p>02.00 «Измены». (16+)</p> <p>03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)</p>	<p>05.00 Мультфильмы. (6+)</p> <p>06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости</p> <p>06.15 Евразия. Дословно. (12+)</p> <p>06.35, 01.45 Наше кино. История большой любви. (16+)</p> <p>07.00, 10.20 «ЗОРГЕ». (16+)</p> <p>10.10 Белорусский стандарт. (12+)</p> <p>13.15 Мировое соглашение. (16+)</p> <p>14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)</p> <p>15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)</p> <p>17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</p> <p>18.50 Игра в кино. (16+)</p> <p>22.30 «ОПЕКУН». (16+)</p> <p>00.25 «ВЕРТИКАЛЬ». (16+)</p> <p>02.10 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА». (16+)</p>	<p>05.00 «Путь к Победе». (16+)</p> <p>06.00 «72 МЕТРА». (16+)</p> <p>08.30 «ПРИЗРАК». (16+)</p> <p>Его зовут Призрак. Он не помнит кто он и откуда. Он не помнит своего настоящего имени и прошлого. Все, что сохранила его память - лицо напуганной женщины. Единственная зацепка - татуировка с координатами скрона, в котором его ждут оружие, деньги и поддельные паспорта.</p> <p>12.20 «СПЯЩИЕ». (16+)</p> <p>23.59 «Путь к Победе». (16+)</p> <p>01.00 «ЕДИНИЧКА». (16+)</p> <p>02.45 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)</p> <p>04.20 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)</p>		

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. «Енотки. Первые слова», «Майло», «Синий трактор», «Три кота». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)</p> <p>07.35 «Цветняшки!». (0+)</p> <p>07.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</p> <p>07.55 «Петроникс». (0+)</p> <p>08.30 «Команда СТИМ!». (0+)</p> <p>10.45 «Детский патруль». (0+)</p> <p>Мальчишки и девочки вместе с телезрителями повторяют правила дорожного движения. Каждое дежурство детского патруля - это интересная игра, где нужны наблюдательность, сплоченность и, конечно же, знания важных правил безопасного поведения на улице.</p> <p>11.00 «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>12.45 «Турбозавры». (0+)</p> <p>14.05 «Тобот». (6+)</p> <p>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</p> <p>14.45 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)</p> <p>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</p> <p>17.00 «БФФ - лучшие друзья навсегда!». (0+)</p> <p>17.10 «Отель у овечек». (0+)</p> <p>Про дружную семью овечек и гостей их отеля.</p> <p>18.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>19.50 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)</p> <p>21.20 «Ум и Хрум». (0+)</p> <p>22.05 «Карбот». (6+)</p> <p>22.35 «Дикие скричеры!». (6+)</p> <p>23.00 «Буба». (6+)</p> <p>00.30 «Ералаш». (6+)</p> <p>01.30 «Фиксики». (0+)</p>	<p>06.00, 12.00 «Время малышей». (0+)</p> <p>07.00, 18.30, 02.15 «Лунтики». (0+)</p> <p>07.30 «Деревяшки». (0+)</p> <p>08.00, 11.30, 15.15, 19.00, 23.30, 04.25 «Барбоскины». (0+)</p> <p>08.25, 13.00 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>09.00 «Бодо Бородо. Бокварь». (0+)</p> <p>09.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)</p> <p>10.00, 18.00, 22.00, 05.00 «Фиксики». (0+)</p> <p>10.30, 22.25 «Геройчики». (0+)</p> <p>11.05 «Спина к спине». (0+)</p> <p>13.35, 01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)</p> <p>16.00 «Время малышей». (6+)</p> <p>16.55 «Чик-Чиркино». (0+)</p> <p>17.30 «Простоквашино». (0+)</p> <p>19.25 «Мини-Мишки. Странлики-смешлики». (0+)</p> <p>20.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Счастья секрет». «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>20.40 Сказка на ночь. «Цветняшки! Развиваем логическое мышление с Цветняшками». «Машины сказки». (0+)</p> <p>21.10 «Маша и Медведь. Добро пожаловать в «Гранд Уют». (0+)</p> <p>23.00 «Ник-изобретатель. Плато Всемогущий». (0+)</p> <p>00.30 «Буба». (6+)</p> <p>03.00 «Кошечки-собачки. Экзотический сад». (0+)</p> <p>03.45 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)</p>	

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	HISTORY	HISTORY	ДОКТОР
<p>00.00, 01.30, 02.20 Великие битвы России. (12+)</p> <p>00.50 Сквозь времена. (12+)</p> <p>03.15, 07.50, 11.30 Пешком в историю. (12+)</p> <p>03.50, 06.25, 17.45 Семь дней истории. (12+)</p> <p>04.00 Историада. (12+)</p> <p>05.00 Жил-был Дом. (6+)</p> <p>05.30, 09.20, 20.55 Во имя человечества. (12+)</p> <p>05.55, 09.45 Народный фронт Победы. (12+)</p> <p>06.35 Апрельский рубеж. (12+)</p> <p>07.05 Карим Хакимов: Советский паша. (12+)</p> <p>08.25 Свои и чужие. (12+)</p> <p>10.15 Музейный феникс. (12+)</p> <p>10.45 Карим Хакимов: Миссия выполнена. (16+)</p> <p>14.15 «ПИРОГОВ». (12+)</p> <p>16.00 Колоцко «А». (12+)</p> <p>16.15 Ступени Победы. (12+)</p> <p>17.00 Книжные аллеи. (12+)</p> <p>17.30 Не квартира - музей. (12+)</p> <p>17.55 Школа русских побед. (12+)</p> <p>18.40 Кремль. Эпоха царей. (12+)</p> <p>19.45, 20.45 Герои подполья. (12+)</p> <p>20.00 Петербург космический. (12+)</p> <p>21.20 Народовластие: Советы. (12+)</p> <p>21.50 Россия научная. Великие имена: Иван Губкин. (12+)</p> <p>22.15 Историкограф. (12+)</p> <p>23.05, 23.30 В поисках утраченного искусства. (12+)</p>	<p>06.00 Сопrotивление в Мутхаузене. (16+)</p> <p>06.50 100 чудес света. (16+)</p> <p>07.50 Ватикан - вечный город наместников божьих. (16+)</p> <p>08.50 Военные крепости: генеральные мегастроения. (12+)</p> <p>09.45, 10.50 Тайная гробница Клеопатры. (16+)</p> <p>11.50 Проклятые сокровища. (16+)</p> <p>12.45 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>13.35 Невоспетые герои эпохи Нельсона Манделы. (16+)</p> <p>15.15, 15.40 Родовые проклятия. (16+)</p> <p>16.10 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)</p> <p>17.05 Париж, город любви. (16+)</p> <p>18.10 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)</p> <p>19.10 Гондурас. По следам Майя. (12+)</p> <p>20.10 Проклятые сокровища. (16+)</p> <p>21.05, 04.05 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>21.55, 22.45 Освободители. (16+)</p> <p>23.30 Ватикан - вечный город наместников божьих. (16+)</p> <p>00.30 Военные крепости: генеральные мегастроения. (12+)</p> <p>01.30, 02.25 Тайная гробница Клеопатры. (16+)</p> <p>03.15 Проклятые сокровища. (16+)</p> <p>04.50 Древняя история Сибири. (12+)</p>	<p>06.00, 11.10, 18.55, 02.50 О самом главном. Что важно знать о крупах. (12+)</p> <p>06.50, 20.50, 04.35 Большой скачок. Хроническая усталость. (12+)</p> <p>07.20, 21.20, 03.40 Доктор, мне только спрoсить. Евгений Невзоров. (12+)</p> <p>07.50 Доктор на работе. (12+)</p> <p>10.45 Еда здорового человека. Птица. (12+)</p> <p>12.10, 20.20, 01.35 Без халатов. (12+)</p> <p>12.40 Доктор, мне только спрoсить. Алексей Хухрев. (12+)</p> <p>13.05 Наши пять чувств. Загадки вкуса. (12+)</p> <p>14.05 О самом главном. Какие болезни лишают возможности ходить? (12+)</p> <p>15.00 Доктор на работе. Прямой эфир</p> <p>17.55 Наши пять чувств. Господство зрения. (12+)</p> <p>19.50, 05.30 От первого лица. Дмитрий Мельников. Пластическая хирургия. (12+)</p> <p>21.50 О самом главном. Лекарства, которые вредят сердцу. (12+)</p> <p>22.45 Доктор на работе. Лучшее. (12+)</p> <p>01.10 ДокТок с Эвелиной Замкамской. Ожирение - проблема национальной безопасности? (12+)</p> <p>02.05 Химия нашего тела. Витамины. (12+)</p> <p>04.10 Скажите, доктор! Откуда берётся аллергия? (12+)</p> <p>05.05 Большой скачок. (12+)</p>	

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМОСТИ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериилы (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. 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  
Культура



21.45 «Сати. Нескучная классика...»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 «Острова»
- 07.45 18.45 02.15 «Свинарка и пастух»
- 08.30 «Невский ковчег»
- 09.00 «КАК МЫ ИСКАЛИ ТИШКУ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 00.10 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.25 ХХ век
- 12.45 «Уроки рисования»
- 13.15 Линия жизни
- 14.10 «Роман в камне»
- 14.35 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ»
- 16.15 «Литдрама»
- 17.15 «Передвижники»
- 17.45 01.30 Мастера фортепианного искусства
- 18.30 «Первые в мире»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 «Роман Шустров»
- 21.45 «Сати. Нескучная классика...»
- 22.25 «ХОЗЯЙКА ДЕТСКОГО ДОМА»

ТВЦ



22.35 Специальный репортаж. (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 04.55 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 08.45 «МОЯ ЛЮБИМАЯ СВЕКРОВЬ». (12+)
- 10.40 17.35 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 10.55 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 02.45 «ЗОЛОТАЯ КРОВЬ: ЧЁРНЫЙ ОРЛОВ». (12+)
- 16.55 «Фактор без опасности». (12+)
- 18.10 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: ГАЛАТЕЯ». (12+)
- 22.35 Специальный репортаж. (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.45 «Русские тайны. Охота на русских». (16+)

ТВ-3



08.40 «Слепая». (16+)

- 06.00 «ЖЕСТОКИЙ МИР МУЖЧИН». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.40 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 14.30 Гадалка. (16+)
- 16.15 «Слепая». (16+)
- 18.10 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.30 «БЕОВУЛЬФ И ГРЕНДЕЛЬ». (18+) Преданный Хротгару Беовульф отправляется со своим войском через море, чтобы избавить жителей деревни от мародерствующего монстра Гренделя.
- 01.30 Кадони шоу. (16+)
- 02.15 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



07.25 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 00.35 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «СЛЕПОЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 19.00 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ ДОКТОРА КАЛИСТРАТОВОЙ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 Тест на отцовство. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
- 08.20 «Фирменный рецепт с Емельяненко». (12+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.30 13.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
- 18.00 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 22.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 01.20 «СВОИ-5». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
- 12.35 13.25 15.05 17.15 03.35 «КРОТ». (16+)
- 18.00 «Воздушные войны». (16+)
- 20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 01.15 «Большие истории». (12+)
- 13.15 «Понятная политика». (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 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- 16.30 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+)
- 17.30 22.30 «Фолиант». (12+)
- 17.45 03.00 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.30 22.15 «Депутатский журнал». (12+)
- 18.45 22.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.45 «Спортивная семья». (12+)
- 23.00 «КОНФЛИКТНАЯ СИТУАЦИЯ». (16+)
- 03.30 «Документальное кино». (12+)

СПОРТ

- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.05 14.55 16.55 21.00 00.00 Все на Матч!
- 09.40 Футбол. Польша - Нидерланды. Чемпионат Европы-2024. (6+)
- 11.45 Футбол. Сербия - Англия. Чемпионат Европы-2024. (6+)
- 13.50 «Центральный круг»
- 15.55 17.25 Прыжки в воду. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 18.45 Футбол. Бельгия - Словакия. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция
- 00.45 «Один день на ЕВРО». (12+)
- 01.10 Футбол. Обзор. (6+)
- 01.40 Футбол. Бельгия - Словакия. Чемпионат Европы-2024. (6+)
- 06.00 20.00 Мини-футбол. «Газпром-Югра» - «Ухта». Чемпионат России. ПАРИ-Суперлига. Финал. (0+)
- 08.25 Автоспорт. (6+)
- 09.30 18.25 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 10.05 Регби. «ВВА-Подмосковье» - «Локомотив-Пенза». ПАРИ Чемпионат России. (12+)
- 12.00 Ушу. Спортивные игры стран БРИКС. (12+)
- 13.05 Лёгкая атлетика. (6+)
- 16.00 16.50 03.05 03.55 Пляжный волейбол. Кубок России. Трансляция из Анапы. (6+)
- 18.00 05.05 География спорта. (12+)
- 18.55 Прыжки в воду. Спортивные игры стран БРИКС. Смешанные команды. Синхронные прыжки. Вышка. Прямая трансляция из Казани
- 19.45 Небесная грация. (0+)
- 22.00 Прыжки в воду. (0+)
- 00.05 Бильярд. Чемпионат мира. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.35 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ». (16+)
- 07.25, 08.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 09.20 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 11.20 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 13.25 «МИЛЛИОН ЛЕТ ДО НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
- 15.25 «УЖАСНЫЕ ИСТОРИИ: ДРЕВНИЕ РИМЛЯНЕ». (16+)
- 17.10 «РОЖДЕСТВО КОТА БОБА». (16+)
- 19.00 «ЛУЛУ И БРИГГС». (16+)
- 21.00 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)
- 22.50, 23.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 00.40 «ДЕТКА». (16+)
- 02.20 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)
- 04.25 «ДЖЕЙН Эйр». (12+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.40 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
- 09.25 «ХОТАБЫЧ». (16+)
- 11.15 «АРИТМИЯ». (16+)
- 13.20 «БУЛЫТБЕР». (16+)
- 15.15 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (6+)
- 17.10 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
- 19.00, 20.00 «ГАДАЛКА». (16+)
- 21.05 «РОДНЫЕ». (16+)
- 23.00 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИновНИК». (16+)
- 00.40 «ХОТАБЫЧ». (16+)
- 02.10 «СЛОН». (16+)
- 03.30 «ГЛАВНЫЙ». (16+)
- 05.15 «Варежка», «Антошка». Мультфильмы. (6+)
- 06.00 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 07.25 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 08.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.30 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
- 02.10 «КОНЕЦ СЕЗОНА». (16+)
- 03.40 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ». (6+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ няня». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «Оля + Коля». (16+)
- 12.00, 20.00 «Оля + Коля». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)



РОССИЯ К  
Культура



20.45 «Спокойной ночи, малыши!»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 «Острова»
- 07.45 18.45 02.15 «Летят журавли»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 «ЕСЛИ ВЕРИТЬ ЛОПОТУХИНУ...»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 00.10 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.25 ХХ век
- 12.45 «Уроки рисования»
- 13.15 «Музыка мира и войны»
- 13.55 «Игра в бисер»
- 14.35 22.25 «ХОЗЯЙКА ДЕТСКОГО ДОМА»
- 16.15 «Сати. Нескучная классика...»
- 17.15 «Эрмитаж»
- 17.45 01.30 Мастера фортепианного искусства
- 18.30 «Первые в мире»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 Искусственный отбор
- 21.40 «Белая студия»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ ТВЦ



22.35 «Закон и порядок». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Фактор без опасности». (12+)
- 08.45 «МОЯ ЛЮБИМАЯ СВЕКРОВЬ». (12+)
- 10.55 04.55 «Актёрские судьбы». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 02.50 «ЗОЛОТАЯ КРОВЬ: ГРАДУС СМЕРТИ». (12+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 18.10 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РЕБУС ДЛЯ НИНЫ». (12+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Неузнаваемые звёзды». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «90-е. Вашингтонский обком». (16+)
- 01.30 «Звёзды против продюсеров». (16+)

3 ТВ-3



18.10 «ЛЕСНИК». (16+)

- 06.00 «ЖЕСТОКИЙ МИР МУЖЧИН». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.40 16.15 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 14.30 Гадалка. (16+)
- 18.10 «ПОСЛЕДНИЙ РЕЙС». (18+)
- 23.30 Салли - дальнбойщица. Она проводит свои дни в дороге, перевозя грузы в огромном трейлере. Она вынуждена заниматься контрабандой, чтобы спасти своего брата от смертельно опасной банды.
- 01.45 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
- 04.45 «Мультфильмы». (0+)

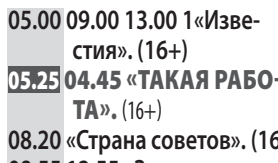
ДОМАШНИЙ



12.55 «Знахарка». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.20 Давай разведёмся! (16+)
- 08.20 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.40 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «МОЯ ЛЮБИМАЯ МИШЕНЬ». (16+)
- 19.00 «КАК МЫ ЛЮБИЛИ ДРУГ ДРУГА». (16+)
- 23.25 «Понять. Простить». (16+)
- 01.40 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.35 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.00 Тест на отцовство. (16+)
- 04.40 Давай разведёмся! (16+)

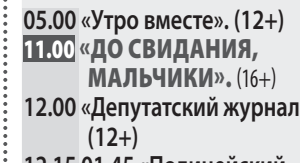
5 5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 1 «Известия». (16+)

- 05.25 04.45 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
- 08.20 «Страна советов». (16+)
- 08.55 12.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.30 13.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
- 18.00 02.45 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 22.20 01.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.10 12.35 13.25 15.05 17.15 «КРОТ». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
- 18.00 «Воздушные войны». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- 12.00 «Депутатский журнал». (12+)
- 12.15 01.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 12.30 «Документальное кино». (12+)
- 13.00 16.30 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Депутатский журнал». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «КОРОЛЬ РОК-Н-РОЛЛА». (16+)
- 00.45 03.30 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 Матч! Парад. (16+)
- 07.05 15.55 18.05 21.00 00.00 Все на Матч!
- 09.40 Футбол. Бельгия - Словакия. Австрия - Франция. Чемпионат Европы-2024. (6+)
- 13.50 «Центральный круг»
- 14.55 16.25 Прыжки в воду. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 17.30 География спорта. (12+)
- 18.45 Футбол. Турция - Грузия. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция
- 21.45 Футбол. Португалия - Чехия. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция
- 00.45 «Один день на ЕВРО». (12+)
- 01.10 Футбол. Обзор. (6+)
- 01.40 Футбол. Турция - Грузия. Чемпионат Европы-2024. (6+)

СТРАНА МАТЧ СТРАНА

- 06.00 00.05 Бильярд. Чемпионат мира. (0+)
- 08.05 02.05 Борьба. Спортивные игры стран БРИКС. (12+)
- 09.05 География спорта. (12+)
- 10.05 Регби. «Красный Яр» (Красноярск) - «Стрела-Ак Барс» (Казань). PARI Чемпионат России. (12+)
- 11.55 13.25 Прыжки в воду. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция
- 13.10 17.45 Специальный репортаж. (12+)
- 14.25 Смешанные единоборства. «Наше дело». (16+)
- 16.00 16.50 03.05 03.55 Плажный волейбол. Кубок России. Финал. (6+)
- 18.00 «Что за спорт?» (12+)
- 18.25 Борьба. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 21.05 Автоспорт. (6+)
- 22.00 Прыжки в воду. Спортивные игры стран БРИКС. Женщины. Синхронные прыжки. Трамплин 3 м. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 VIJU TV1000

- 06.35 «My Little Pony в кино». Мультфильм. (6+)
- 08.45, 09.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 10.40 «ЛУЛУ И БРИГГС». (16+)
- 12.40 «РОЖДЕСТВО КОТА БОБА». (16+)
- 14.25 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)
- 16.20 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (18+)
- 19.00 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (12+)
- 21.00 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ 2». (12+)
- 23.05, 00.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.00 «ПОСЛЕ». (18+)
- 02.35 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 2». (16+)
- 04.00 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 3». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Пин-код». «Три кота». Мультсериалы. (6+)
- 07.20 «СМОШАРИКИ». Мультсериал. (6+)
- 08.15 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)
- 09.55 «РОДНЫЕ». (16+)
- 11.40 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (16+)
- 13.20 «ГЛАВНЫЙ». (16+)
- 15.25 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
- 17.10 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
- 19.00, 20.00 «ГАДАЛКА». (16+)
- 21.00 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 23.00 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 00.30 «КЕНТАВР». (16+)
- 02.10 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (16+)
- 03.30 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОМ КУКУРУЗЫ». (6+)
- 05.00 «Золотая антилопа». Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

- 05.55 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 07.20 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 08.40 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- Сериал. Россия, 2015-2017 гг.
- 00.20 «СУПЕРБОБРОВЫ». (16+)
- 01.55 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 03.30 «ТАЙНА ТЁМНОЙ КОМНАТЫ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00, 05.30, 04.15 «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 05.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 17.10, 18.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 18.50, 19.20, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)
- 23.20, 23.50 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.15 Суббота News 2024. (16+)
- 00.30, 01.20 «КАРМЕЛИТА». (16+)
- 02.00, 02.40 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 03.30, 03.50 «ДИКАЯ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ДАЛЕКО ОТ МОСКВЫ». (0+)
- 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Соль земли. (12+)
- 11.00 Фильм-хроника из сериала «Восстание из пепла».
- 12.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.35, 14.00, 14.35 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00, 16.25 «ДВА КАПИТАНА». 1 и 2 серии. (0+)
- СССР, 1976 г. В ролях: Борис Токарев, Сережа Кудрявцев, Елена Смирнова

- 18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.55 Донбасс. Истерзанное сердце России. (12+)
- 22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.15 Спас-стрим. (16+)
- 01.00 День Патриарха. (0+)
- 01.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 02.05 Профессор Осипов. (0+)
- 02.35 Поле битвы. (16+)
- 03.05, 03.55 Апостол любви. Фильмы 1 и 2. (0+)

Православный календарь

18 июня  
Седмица 7-я по Пасхе. Глас 6.  
Попразднство Вознесения Господня.  
Сщмч. Доротея, еп. Тирского.



Мчч. Маркиана, Никандра, Иперехия, Аполлона, Леонида, Ария, Горгия, Селиния, Ириния и Памвона. Прп. Анувия, пустынножителя Египетского. Прп. Феодора чудотворца. Прп. аввы Доротея, из обители аввы Сериды. Перенесение мощей блж. Игора, вел. кн. Черниговского и Киевского. Свт. Константина, митр. Киевского и всея России. Блгв. кн. Феодора Ярославича (брата св. Александра Невского), Новгородского. Обретение мощей прпп. Вассиана и Ионы Пертоминских, Соловецких чудотворцев. Сщмч. Михаила пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера. Игоревской иконы Божией Матери.

Поста нет.

« Для пропитания себя будем работать в уповании на Бога. Не скорби о труде; многие, ничего не делая, тяготились самою беззаботностью. »

Прп. Ефрем Сирин

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Top15 Like FM. (16+)
- 10.00 Top-30. Народный хит. (16+)
- 12.30 Очень караочен. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Кто следующий? (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Плейлист по кайфу. (16+)

- 16.25 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 К 50-летию Юрия Шапунова. «Здесь был Юра». (16+)
- 21.20 Плейлист. Лето. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 23.00 ВК Меломаны. (16+)
- 00.00 Сплетни-шейкер. (16+)
- 00.30 Хиты по-русски. (18+)
- 01.30 Муз'итив. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.35 «ВЕЧЕРИНКА НА ВЫЛЕТ». (18+)
- 02.50 «ДЕТИ СЕКСУ НЕ ПОМЕХА». (18+)
- 04.50 «БАТЯ». (16+)
- 06.20 «РЭД 2». (16+)
- 08.25 «50 ПЕРВЫХ ПОЩУЛЕВ». (16+)
- 10.10 «ДИКАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 12.00 «СЕРДЦЕЕДЖИ». (18+)
- 14.20 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 15.55 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 17.40 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 19.30 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (18+)
- Комедия, Россия, 2018 г.
- 21.00 «НЯНЬКИ». (12+)
- 22.50 «ДОСПЕХИ БОГА: ОПЕРАЦИЯ ЯСТРЕБ». (12+)

МОСОФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.40 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (12+)
- 08.55 «Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЁРА». (12+)
- 13.40 «ТАЙНА КОРОЛЕВЫ АННЫ, ИЛИ МУШКЕТЕРЫ 30 ЛЕТ СПУСТЯ». (12+)
- 16.25 «РЕЦЕПТ ЕЁ МОЛОДОСТИ». (16+)
- 18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-8». (16+)
- 19.45 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (18+)
- 21.30 «ВОР». (18+)
- 23.15 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)
- 01.00 «КТО, ЕСЛИ НЕ МЫ». (16+)
- 02.30 «Кто, если не я? Валерий Приемышов». (16+)
- 03.10 «ПОДРАНКИ». (12+)
- 04.40 «ДОРОГАЯ ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- Мелодрама, Россия, 2009 г.
- В ролях: Виктор Раков, Евгения Дмитриева, Елена Морозова, Константин Желдин, Ела Санько
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». (0+)
- 08.55 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- 12.15 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Шеф-повар Виктор Баоринов ушёл на пенсию, а Элеонора Андреевна встретила мужчину своей мечты. Михаил Джекович по-прежнему отвечает за порядок в «Элеоне», шеф-поваром ресторана «Visto» назначили Сению...
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- Катя встречает свою подругу детства, которая выходит замуж...
- 22.05 «ДЫЛДЫ». (16+)
- 00.40 «МАРГОША». (16+)
- 02.10 «б кадров». (16+)
- 03.50 «Три кота». (0+)

7	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
<p><b>ПОДКАСТ.ЛАБ</b></p> <p>00.40 Подкаст.Лаб «Легкие деньги». (16+)</p> <p>05.00 Телеканал «Доброе утро»</p> <p>09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>09.20 Премьера. «Модный приговор». (16+)</p> <p>10.10 «Жить здорово!». (16+)</p> <p>11.00 12.15 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)</p> <p>15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)</p> <p>16.05 «Мужское / Женское». (16+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>22.00 «ОДИН ШАНС НА ТРОИХ». (16+)</p> <p>23.00 «Большая игра». (16+)</p> <p>00.00 Премьера. «Шоу Вована и Лексуса». (16+)</p> <p>00.40 Подкаст.Лаб «Легкие деньги». (16+)</p> <p>01.25 Подкаст.Лаб «Психика». (16+)</p> <p>02.10 Подкаст.Лаб. (18+)</p>	<p>14.55 «Наши». (12+)</p> <p>05.00 Утро России</p> <p>09.00 Вести. Местное время</p> <p>09.30 Утро России</p> <p>09.55 О самом главном. (12+)</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 «60 минут». (12+)</p> <p>14.00 Вести</p> <p>14.30 Вести. Местное время</p> <p>14.55 «Наши». (12+)</p> <p>16.00 20.00 Вести</p> <p>16.30 «Малахов». (16+)</p> <p>17.30 «60 минут». (12+)</p> <p>21.05 Вести. Местное время</p> <p>21.20 «ЗА СЕМЬЮ ПЕЧАТЯМИ». (12+)</p> <p>Сафоновы приезжают на место аварии. Кристина и Соня чудом остались живы. Но Кристину отправляют в больницу. Василий требует передать ему право на управление фабрикой. Юля устраивает сестре скандал прямо в больничной палате.</p> <p>23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)</p> <p>02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)</p> <p>03.45 «ВЕРСИЯ». (16+)</p>	<p>11.00 «ПЁС». (16+)</p> <p>04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)</p> <p>06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)</p> <p>08.00 «Сегодня»</p> <p>08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (12+)</p> <p>10.00 «Сегодня»</p> <p>10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (12+)</p> <p>11.00 «ПЁС». (16+)</p> <p>13.00 «Сегодня»</p> <p>13.25 «Чрезвычайное происшествие»</p> <p>14.00 «Место встречи»</p> <p>16.00 «Сегодня»</p> <p>16.45 «За гранью». (16+)</p> <p>17.50 «ДНК». (16+)</p> <p>19.00 «Сегодня»</p> <p>20.00 «АЛЕКС ЛЮТЫЙ: ДЕЛО СИРОТ». (16+)</p> <p>22.20 «ТОЧКА НОЛЬ». (16+)</p> <p>23.35 «Сегодня»</p> <p>00.00 «ТОЧКА НОЛЬ». (16+)</p> <p>00.45 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)</p> <p>02.00 «ЗОЛОТОЙ ЗАПАС». (16+)</p>	<p>06.30 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>06.00 Ералаш. (0+)</p> <p>08.00 «ЮНОСТЬ». (16+)</p> <p>10.00 Поехали с нами! (16+)</p> <p>11.00 «Альфа и Омега. Клыкостая братва». (0+)</p> <p>12.45 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (16+)</p> <p>15.00 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)</p> <p>17.35 Уральские пельмени. (16+)</p> <p>18.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)</p> <p>21.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (12+)</p> <p>00.00 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)</p> <p>История стремительного взлёта и катастрофической гибели первого в мире смартфона</p> <p>02.15 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)</p> <p>04.10 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)</p> <p>04.55 «6 кадров». (16+)</p> <p>05.10 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>05.50 Ералаш. (0+)</p>	<p>04.05 «Я тебе не верю». (16+)</p> <p>07.00 «Утро ТНТ. (16+)</p> <p>08.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)</p> <p>09.00 «Звезды в Африке». (16+)</p> <p>13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>19.30 «ТКАЧЁВЫ НА СВЯЗИ». (16+)</p> <p>21.30 «Однажды в России». (16+)</p> <p>22.30 «ПОСТУПЬ ХАОСА». (16+)</p> <p>2257 год.Тодд живёт в небольшой деревне, населённой мужчинами, и ещё не научился скрывать свои мысли от окружающих. Когда над планетой терпит крушение корабль-разведчик из второй волны колонистов, Тодд впервые в сознательной жизни видит девушку.</p> <p>00.55 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (12+)</p> <p>02.30 «Импровизация. Команды». (18+)</p> <p>04.05 «Я тебе не верю». (16+)</p>	<p>06.00 «С бодрим утром!». (16+)</p> <p>05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрим утром!». (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Легенды и мифы». (16+)</p> <p>17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «РИДДИК». (16+)</p> <p>22.20 «Смотреть всем!». (16+)</p> <p>00.30 «ОТ ЗАКАТА ДО РАССВЕТА». (18+)</p>			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ЧЕ	ОТР	ОТР
<p>05.30 Пятница News. (16+)</p> <p>06.10 Зовите шефа. (16+)</p> <p>07.50 Кондитер. (16+)</p> <p>09.00 Кондитер. Дети. (12+)</p> <p>10.10 Адская кухня. (16+)</p> <p>12.40 На ножах. (16+)</p> <p>18.20 Молодые ножи. (16+)</p> <p>23.00 Пробный переезд. (16+)</p> <p>00.00 «БЕЗ УМА ОТ ТИФФАНИ». (16+)</p> <p>01.20 Пятница News. (16+)</p> <p>01.40 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ: ГОНКИ НА ЛЬДУ». (18+)</p> <p>03.10 Черный список. (16+)</p> <p>04.30 Пятница News. (16+)</p> <p>04.50 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)</p>	<p>06.00 Дорожные драмы. (16+)</p> <p>06.15 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>06.45 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>07.15 Дорожные войны. (16+)</p> <p>10.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)</p> <p>16.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>18.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)</p> <p>20.00 Притворщики. (16+)</p> <p>21.00 02.50 Решала. (16+)</p> <p>22.00 Притворщики. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>05.10 Дорожные драмы. (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+)</p> <p>09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение</p> <p>11.45 04.00 «Песня остаётся с человеком». (12+)</p> <p>15.10 «ЗАМРИ, УМРИ, ВОСКРЕСНИ!». (16+)</p> <p>17.00 «Открытая наука». (12+)</p> <p>18.00 «Губернские новости». (12+)</p> <p>20.40 04.15 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (16+)</p> <p>22.25 «СЛЕЗЫ КАПАЛИ». (12+)</p> <p>23.50 «Белая гвардия». Рождение романа. (12+)</p> <p>02.00 ОТражение. (12+)</p>	<p>05.30 23.59 «Путь к Победе». (16+)</p> <p>06.30 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)</p> <p>10.00 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)</p> <p>13.45 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)</p> <p>Шпионский боевик о противостоянии секретной разведслужбы СССР и Третьего Рейха в годы Великой Отечественной войны. В центре сюжета - судьба сотрудника НКВД Георгия Волкова, который ведёт ожесточённую борьбу со своим заклятым врагом - майором Аверера Конрадом фон Бютцовом.</p> <p>01.00 «КЛЯТВА». (12+)</p> <p>03.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)</p>	<p>05.00 Ранние пташки. «Енотки. Первые слова», «Майло», «Синий трактор», «Три кота». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)</p> <p>07.35 «Цветняшки!». (0+)</p> <p>07.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</p> <p>07.55 «Петроникс». (0+)</p> <p>08.30 «Команда СТИМ!». (6+)</p> <p>10.45 «Детский патруль». (0+)</p> <p>11.00 «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>12.45 «Турбозавры». (0+)</p> <p>14.05 «Тобот». (6+)</p> <p>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</p> <p>Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям! Мы расскажем, как провести время не только весело, но и с пользой. Вы увидите сюжеты о выставках и спектаклях, узнаете, где можно поиграть в спортивные игры и куда сходить на концерт.</p> <p>14.45 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)</p> <p>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</p> <p>17.00 «БФФ - лучшие друзья навсегда!». (0+)</p> <p>17.10 «Отель у овец». (0+)</p> <p>18.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>19.50 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)</p> <p>21.20 «Ум и Хрум». (0+)</p> <p>22.05 «Карбот». (6+)</p> <p>22.35 «Дикие скримеры!». (6+)</p> <p>23.00 «Буба». (6+)</p> <p>00.30 «Ералаш». (6+)</p> <p>01.30 «Фиксики». (0+)</p> <p>03.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)</p>

ДЕТСКИЕ

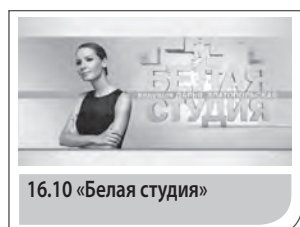
КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. «Енотки. Первые слова», «Майло», «Синий трактор», «Три кота». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)</p> <p>07.35 «Цветняшки!». (0+)</p> <p>07.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</p> <p>07.55 «Петроникс». (0+)</p> <p>08.30 «Команда СТИМ!». (6+)</p> <p>10.45 «Детский патруль». (0+)</p> <p>11.00 «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>12.45 «Турбозавры». (0+)</p> <p>14.05 «Тобот». (6+)</p> <p>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</p> <p>Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям! Мы расскажем, как провести время не только весело, но и с пользой. Вы увидите сюжеты о выставках и спектаклях, узнаете, где можно поиграть в спортивные игры и куда сходить на концерт.</p> <p>14.45 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)</p> <p>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</p> <p>17.00 «БФФ - лучшие друзья навсегда!». (0+)</p> <p>17.10 «Отель у овец». (0+)</p> <p>18.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>19.50 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)</p> <p>21.20 «Ум и Хрум». (0+)</p> <p>22.05 «Карбот». (6+)</p> <p>22.35 «Дикие скримеры!». (6+)</p> <p>23.00 «Буба». (6+)</p> <p>00.30 «Ералаш». (6+)</p> <p>01.30 «Фиксики». (0+)</p> <p>03.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)</p>	<p>06.00, 12.00 «Время малышей». (0+)</p> <p>07.00, 18.30, 02.15 «Лунтики». (0+)</p> <p>07.30 «Деревяшки». (0+)</p> <p>08.00, 11.30, 15.15, 19.00, 23.30, 04.25 «Барбоскины». (0+)</p> <p>08.25 «Маша и Медведь. Добро пожаловать в «Гранд Уют». (0+)</p> <p>09.00 «Бодо Бородо. Бокварь». (0+)</p> <p>09.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)</p> <p>10.00, 18.00, 22.00, 05.00 «Фиксики». (0+)</p> <p>10.30, 22.25 «Геройчики». (0+)</p> <p>Новая современная мультвселенная, уникально интересная и мальчишкам, и девочкам!</p> <p>11.05 «Спина к спине». (0+)</p> <p>13.00, 21.15 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>13.35, 01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>15.00 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+)</p> <p>16.00 «Время малышей». (6+)</p> <p>17.00 «Чик-Чирикано». (0+)</p> <p>17.30 «Простоквашино». (0+)</p> <p>19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>20.00 «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>20.40 Сказка на ночь. «Цветняшки! Серии с Котенком Мур», «Машины сказки». (0+)</p> <p>23.00 «Ник-изобретатель». (0+)</p> <p>00.30 «Буба». (6+)</p> <p>03.00 «Кошечки-собачки». (0+)</p> <p>03.45 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)</p>	<p>06.00, 12.00, 18.55, 21.05 Во имя человечества. (12+)</p> <p>07.35, 08.40 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)</p> <p>09.35, 10.35 Сокровища Древней Греции. (12+)</p> <p>11.35 Осажденные крепости. (16+)</p> <p>12.35 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>13.25 На службе Её Величества. (12+)</p> <p>14.25 Пропавшие миллионы Грейс Келли. (12+)</p> <p>15.20 Оружие древности: искусство войны. (16+)</p> <p>16.10 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища средиземноморских островов. (12+)</p> <p>17.05 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+)</p> <p>18.00 Сокровища Древней Греции: Долгая тень. (12+)</p> <p>19.00 Тайна фестского кода. (12+)</p> <p>20.00 Проклятые сокровища. (16+)</p> <p>21.00 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>21.50 Освободители: Брянск. Они не пропали без вести. (16+)</p> <p>22.35 Освободители: Гатчина. (16+)</p> <p>23.25, 00.25 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)</p> <p>01.20, 02.10 Сокровища Древней Греции. (12+)</p> <p>03.05 Осажденные крепости. (16+)</p> <p>04.00 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>04.40 Древняя история Сибири. (12+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!	HISTORY	HISTORY	ДОКТОР
<p>00.55, 12.55, 18.55, 21.05 Во имя человечества. (12+)</p> <p>07.35, 08.40 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)</p> <p>09.35, 10.35 Сокровища Древней Греции. (12+)</p> <p>11.35 Осажденные крепости. (16+)</p> <p>12.35 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>13.25 На службе Её Величества. (12+)</p> <p>14.25 Пропавшие миллионы Грейс Келли. (12+)</p> <p>15.20 Оружие древности: искусство войны. (16+)</p> <p>16.10 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища средиземноморских островов. (12+)</p> <p>17.05 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+)</p> <p>18.00 Сокровища Древней Греции: Долгая тень. (12+)</p> <p>19.00 Тайна фестского кода. (12+)</p> <p>20.00 Проклятые сокровища. (16+)</p> <p>21.00 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>21.50 Освободители: Брянск. Они не пропали без вести. (16+)</p> <p>22.35 Освободители: Гатчина. (16+)</p> <p>23.25, 00.25 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)</p> <p>01.20, 02.10 Сокровища Древней Греции. (12+)</p> <p>03.05 Осажденные крепости. (16+)</p> <p>04.00 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>04.40 Древняя история Сибири. (12+)</p>	<p>06.00 Освободители. (16+)</p> <p>06.40 100 чудес света. (16+)</p> <p>07.35, 08.40 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)</p> <p>09.35, 10.35 Сокровища Древней Греции. (12+)</p> <p>11.35 Осажденные крепости. (16+)</p> <p>12.35 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>13.25 На службе Её Величества. (12+)</p> <p>14.25 Пропавшие миллионы Грейс Келли. (12+)</p> <p>15.20 Оружие древности: искусство войны. (16+)</p> <p>16.10 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища средиземноморских островов. (12+)</p> <p>17.05 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+)</p> <p>18.00 Сокровища Древней Греции: Долгая тень. (12+)</p> <p>19.00 Тайна фестского кода. (12+)</p> <p>20.00 Проклятые сокровища. (16+)</p> <p>21.00 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>21.50 Освободители: Брянск. Они не пропали без вести. (16+)</p> <p>22.35 Освободители: Гатчина. (16+)</p> <p>23.25, 00.25 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)</p> <p>01.20, 02.10 Сокровища Древней Греции. (12+)</p> <p>03.05 Осажденные крепости. (16+)</p> <p>04.00 Загадки планеты Земля. (16+)</p> <p>04.40 Древняя история Сибири. (12+)</p>	<p>06.00, 11.15, 18.45, 02.40 О самом главном. Как избавиться от храпа? (12+)</p> <p>06.55, 20.40, 04.00 Большой скачок. Как победить грусть. (12+)</p> <p>07.25, 21.10, 03.30 Под контролем. Что нужно делать, чтобы избежать инсульта? (12+)</p> <p>07.50, 22.40 Доктор на работе. (12+)</p> <p>10.45 Скажите, доктор! Гепапат D. (12+)</p> <p>12.15, 20.10, 01.30 Без халатов. (12+)</p> <p>Подкаст-шоу, в котором популярные врачи страны вместе со своими коллегами обсуждают у микрофонов самые важные вопросы, которые волнуют пациентов и медицинское сообщество.</p> <p>12.45 Под контролем. Боль в пояснице. (12+)</p> <p>13.15 Врач Государства. Евгений Чазов. (12+)</p> <p>14.05 О самом главном. Причины покалывания и онемения. (12+)</p> <p>15.00 Доктор на работе. Прямой эфир</p> <p>17.55 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)</p> <p>19.45, 05.35 Метод исследования. Полисомнография. (12+)</p> <p>21.40 О самом главном. Опасные утренние симптомы. (12+)</p> <p>01.55 Химия нашего тела. Сахар. (12+)</p> <p>04.25 Большой скачок. Стресс. (12+)</p> <p>04.50 Химия нашего тела. Витамины. (12+)</p>	

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериилы (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. 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  
Культура



16.10 «Белая студия»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 «Герой советского народа»
- 07.45 18.50 02.05 «Подвиг разведчика». Война одиночки»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 «ЕСЛИ ВЕРИТЬ ЛОПОТУХИНУ...»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 00.00 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.15 XX век
- 12.45 «Уроки рисования»
- 13.15 «Музыка мира и войны»
- 13.55 Искусственный отбор
- 14.35 «ХОЗЯЙКА ДЕТСКОГО ДОМА»
- 16.10 «Белая студия»
- 17.15 «Библейский сюжет»
- 17.45 01.25 Мастера фортепианного искусства
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 «Острова»
- 21.45 «ВОСХОЖДЕНИЕ»
- 23.30 «Роман в камне»

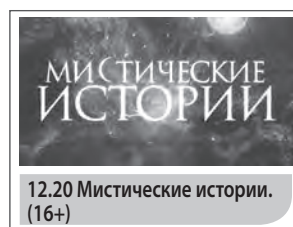
ТВЦ ТВЦ



22.35 «Хватит слухов!» (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 05.00 «Москва резиновая». (16+)
- 08.35 «МОЯ ЛЮБИМАЯ СВЕКРОВЬ-2». (12+)
- 10.35 04.20 «Актёрские судьбы». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «НЕРАЗРЕЗАННЫЕ СТРАНИЦЫ». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 02.50 «ЗОЛОТАЯ КРОВЬ: ЧЕРТОЛЬЕ». (12+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 18.10 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: МЕРТВЫЕ ДУШИ». (16+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 «90-е. Массовый психоз». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Дорогие товарищи. Ночь Вампира». (16+)
- 01.25 «90-е. Жёны миллионеров». (16+)

3 ТВ-3



12.20 Мистические истории. (16+)

- 06.00 «ЖЕСТОКИЙ МИР МУЖЧИН». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.40 16.15 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 14.30 14.30 «ЛЕСНИК». (16+)
- 18.10 «МАРИОНЕТКА». (16+)
- 23.30 После гибели мужа детский психолог Мэриэн решает начать новую страницу в своей жизни и переезжает из Нью-Йорка в дождливый Абердин в Шотландии. Она заступает на место доктора Маквити, оказавшегося в психиатрической клинике.
- 01.30 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
- 04.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



13.30 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ИДЕАЛЬНЫЙ ВЫБОР». (16+)
- 19.00 «ВРАЧЕБНАЯ ОШИБКА». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 00.35 «Порча». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 Тест на отцовство. (16+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)

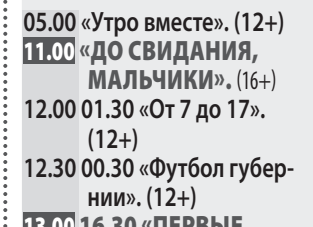
5 5-Й КАНАЛ



13.30 17.30 «ГРУППА ЗЕТА». (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.30 13.30 17.30 «ГРУППА ЗЕТА». (16+)
- Захвачен автобус с заложниками. Подполковник спецподразделения Алексей Тимофеев понимает - с бандитами не договориться.
- 18.00 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 22.20 01.20 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.10 12.35 13.25 15.05 17.15 «КРОТ». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
- 18.00 «Воздушные войны». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- 12.00 01.30 «От 7 до 17». (12+)
- 12.30 00.30 «Футбол губернии». (12+)
- 13.00 16.30 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 18.00 22.00 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 18.15 «Спортивная семья». (12+)
- 15.00 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- 17.30 03.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.30 03.30 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.30 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 «Территория успеха». (12+)
- 22.15 «Фолиант». (12+)
- 23.00 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
- 01.00 «Формула здоровья». (12+)
- 04.00 «Здоровая среда». (12+)

СПОРТ

- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 Матч! Парад. (16+)
- 07.00 14.50 18.00 21.00 00.00 Новости
- 07.05 14.55 18.05 21.00 00.00 Все на Матч!
- 09.40 Футбол. Турция - Грузия. Чемпионат Европы-2024. (6+)
- 11.45 Футбол. Португалия - Чехия. Чемпионат Европы-2024. (6+)
- 13.50 «Центральный круг»
- 15.55 Бокс. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция
- 18.45 Футбол. Германия - Венгрия. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция
- 21.45 Футбол. Шотландия - Швейцария. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция
- 00.45 «Один день на ЕВРО». (12+)
- 01.10 Футбол. Обзор. (6+)
- 01.40 Футбол. Германия - Венгрия. Чемпионат Европы-2024. (6+)

- 06.00 Бильярд. Чемпионат мира. (0+)
- 08.05 22.00 Борьба. Спортивные игры стран БРИКС. (12+)
- 10.05 10.55 Пляжный волейбол. Кубок России. Финал. (6+)
- 11.50 Небесная грация. (0+)
- 12.30 21.00 География спорта. (12+)
- 13.05 Мини-футбол. «Газпром-Югра» - «Ухта». Чемпионат России. ПАРИ-Суперлига. Финал. (0+)
- 14.55 «Страна регби. Места силы». (12+)
- 15.25 «Здоровый образ». (12+)
- 16.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 17.55 Плавание. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 19.55 Фехтование. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 00.05 Бильярд. Чемпионат мира. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (18+)
- 07.40, 08.35 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 09.40 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (12+)
- 11.30 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ 2». (12+)
- 13.40 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 2». (16+)
- 15.30 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 3». (16+)
- 17.20 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 3». (16+)
- 19.10 «ПОМПЕИ». (12+)
- 21.10 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)
- Биографическая драма, США, 2013 г.
- 23.45, 00.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (18+)
- 01.35 «ДИВЕРГЕНТ». (18+)
- 03.50 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)

- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.15 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 09.55 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 11.45 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
- 13.30 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (16+)
- 15.10 «КЕНТАВР». (16+)
- 17.10 «ХОТАБЫЧ». (16+)
- 19.00, 20.00 «ГАДАЛКА». (16+)
- 21.05 «ПРЯМОЙ ЭФИР». (16+)
- 22.30 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
- Триллер, Россия, 2022 г.
- 00.20, 02.00 «БЕГИ!» (16+)
- 03.30 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
- 04.55 «Сказка о рыбаке и рыбке». Мультфильм. (6+)

- 05.00, 13.00, 04.15 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 12.40 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 17.10, 18.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 18.50, 19.20, 19.50, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)
- 23.20, 23.50 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.15 Суббота News 2024. (16+)
- 00.30, 01.20 «КАРМЕЛИТА». (16+)
- 02.00, 02.50 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 03.30, 03.50 «ДИКАЯ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «В МИРНЫЕ ДНИ». (6+)
- 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Окрыленные. (0+)
- 11.50 Беседы с Антонием Сурожским. (0+)
- 12.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.35, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
- 14.35, 16.10 «ДВА КАПИТАНА». 2 и 3 серии. (0+)
- 18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.55, 03.35 Великая Отечественная. Повторение истории. (0+)
- 22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.15 Спас-стрим. (16+)
- 01.00 День Патриарха. (0+)
- 01.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 02.00 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 02.30 Поле битвы. (16+)
- 03.00 Святой Павел Таганрогский. (0+)
- 04.30 Пасха 45 года. (0+)

МУЗЫКА

- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.05 Teen чарт. (16+)
- 08.40, 15.00, 18.00, 21.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Новое Радио чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Кто следующий? (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)

- 17.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 18.20, 18.50 10 самых! (16+)
- 19.20 Если б я был султан. Страсти по Лагучеву. (16+)
- 20.00 Хит-Стories. (16+)
- 20.30 Плейлист. Лето. (16+)
- 20.40 Спасите наши уши! Песни-вирусы. (16+)
- 22.00 ВК Натальная карта. (16+)
- 23.00 ВК Контакты. (16+)
- 00.00 Сплетни-шейкер. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (18+)

- 00.50 «РЭД». (16+)
- 03.00 «НА МОРЕ». (16+)
- 04.50 «КНИЖНЫЙ КЛУБ». (16+)
- 06.45 «ПИКСЕЛИ». (12+)
- 08.40 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
- 10.35 «БАНДИТКИ». (16+)
- 12.15 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 14.05 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (18+)
- 15.40 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (12+)
- 17.35 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
- 19.30 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (18+)
- 21.05 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 22.55 «ДОСПЕХИ БОГА 3». (6+)

- 06.45 «ДЯДЯ ВАНЯ». (12+)
- 08.35 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (12+)
- 09.55 «СТО ГРАММ» ДЛЯ ХРАБРОСТИ... (12+)
- 11.15 «ХОД КОНЕМ». (12+)
- 12.45 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?» (16+)
- 14.35 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (12+)
- 16.20 «КЛАССИК». (16+)
- 18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-8». (16+)
- 19.50 «ВЫСОТА». (12+)
- 21.30 «ДЕВЧАТА». (12+)
- 23.15 «ПОСЛЕДНИЕ ЗАЛПЫ». (12+)
- 01.00 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)
- 02.20 «Леонид Быков. На последнем дыхании». (12+)
- 03.05 «УБИТЬ ДРАКОНА». (16+)
- 05.00 «АЛЕШКИНА ЛЮБОВЬ». (12+)

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- 12.15 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- В отель приезжает арабский шейх со своим гаремом.
- 22.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
- Кто-то угрожает Роману расправой за отношения с Ириной, подозрения падают на Михаила...
- 00.35 «МАРГОША». (16+)
- Марго и Калугин счастливы. Однако Калугин никак не может расстаться с бывшей невестой...
- 02.10 «6 кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

Православный календарь

19 июня  
Седмица 7-я по Пасхе. Глас 6.  
Попразднство Вознесения Господня.  
Прп. Илариона Нового,  
из обители Далматской.



Прп. Виссариона, чудотворца Египетского. Прмцц. дев Архелаи, Феклы и Сосаны. Прп. Додо Давидо-Гареджийского, Грузинского. Свт. Ионы, еп. Великопермского. Прп. Ионы Климецкого. Прп. Рафаила исп. Пименовской иконы Божией Матери.  
Постный день.  
Разрешается рыба.

« Погоубляет человека не величество, не множество грехов, но нераскаянное и ожесточенное сердце. Свт. Тихон Задонский

ПЕРВЫЙ



11.00 Информационный канал. (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»  
 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
 09.20 Премьера. «Модный приговор». (16+)  
 10.10 «Жить здорово!». (16+)  
 11.00 12.15 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)  
 15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)  
 16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
 19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)  
 21.00 «Время»  
 22.00 «ОДИН ШАНС НА ТРОИХ». (16+)  
 23.00 «Большая игра». (16+)  
 00.10 Подкаст. Лаб «Собрались с мыслями». (16+)  
 00.55 Подкаст. Лаб «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)  
 01.40 Подкаст. Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



20.00 Вести

- 05.00 Утро России  
 09.00 Вести. Местное время  
 09.30 Утро России  
 09.55 О самом главном. (12+)  
 11.00 Вести  
 11.30 «60 минут». (12+)  
 14.00 Вести  
 14.30 Вести. Местное время  
 14.55 «Наши». (12+)  
 16.00 Вести  
 16.30 «Малахов». (16+)  
 17.30 «60 минут». (12+)  
 20.00 Вести  
 21.05 Вести. Местное время  
 21.20 «ЗА СЕМЬЮ ПЕЧАТЯМИ». (12+)  
 В день рождения Сони на пороге дома Кристины появляется Марк - её бывший муж-наркоман и отец Сони. Много лет назад беременная Кристина сбежала от него, но теперь он её нашел.  
 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
 02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
 03.45 «ВЕРСИЯ». (16+)

НТВ



14.00 «Место встречи»

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
 08.00 «Сегодня»  
 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (12+)  
 10.00 «Сегодня»  
 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (12+)  
 11.00 «ПЁС». (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 «АЛЕКС ЛЮТЫЙ: ДЕЛО СИРОТ». (16+)  
 22.20 «ТОЧКА НОЛЬ». (16+)  
 23.35 «Сегодня»  
 00.00 «ТОЧКА НОЛЬ». (16+)  
 00.50 «Поздняков». (16+)  
 01.05 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)  
 02.00 «ЗОЛОТОЙ ЗАПАС». (16+)

СТС



06.30 «Маша и Медведь». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
 06.30 «Маша и Медведь». (0+)  
 08.00 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)  
 11.00 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН». (6+)  
 13.05 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН: ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРОДОЛЖАЮТСЯ». (6+)  
 15.05 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН: ДРУЗЬЯ НАВЕК». (6+)  
 17.00 Уральские пельмени. (16+)  
 21.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)  
 23.25 «КИН». (16+)  
 Трудный подросток Илай, после очередной драки в школе, сбегает в приватное спокойное место - заброшенное здание на окраине города.  
 01.25 «СТРАХОВЩИК». (16+)  
 03.15 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

ТНТ



13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ. (16+)  
 08.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)  
 09.00 «Звезды в Африке». (16+)  
 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)  
 19.30 «ТКАЧЁВЫ НА СВЯЗИ». (16+)  
 21.30 «Однажды в России». (16+)  
 22.30 «ПАТХАН: СХВАТКА СО СМЕРТЬЮ». (16+)  
 Опытный наёмник Джим планирует осуществить масштабный теракт в Индии. В схватку с опасным врагом вступает спецгруппа Патхан. Используя свои шпионские и боевые навыки, он готов на всё, чтобы защитить страну и не допустить катастрофы.  
 01.35 «Невеста. Экстра любовь». (16+)  
 02.45 «Импровизация. Команды». (18+)  
 04.20 «Я тебе не верю». (16+)

REN



22.05 «Смотреть всем!». (16+)

- 05.00 18.00 02.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
 06.00 «С бодрим утром!». (16+)  
 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)  
 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)  
 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
 15.00 «Неизвестная история». (16+)  
 17.00 02.50 «Тайны Чапмана». (16+)  
 20.00 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)  
 22.05 «Смотреть всем!». (16+)  
 00.30 «ДРАКОНЫ КАМЕЛОТА». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)  
 05.40 Пятница News. (16+)  
 06.20 Зовите шефа. (16+)  
 07.10 Кондитер. (16+)  
 10.00 Адская кухня. (16+)  
 12.10 Четыре свадьбы. (16+)  
 14.20 Четыре жены. (16+)  
 21.00 Мистер X2. Богач/бедняк. (16+)  
 00.00 «ВСЕМУ ЕСТЬ ЦЕНА». (18+)  
 01.30 Пятница News. (16+)  
 02.00 Черный список. (16+)  
 04.30 Пятница News. (16+)  
 04.50 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)

Ю

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)  
 10.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)  
 12.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
 14.05 «Супермама». (16+)  
 17.10 «Чудо из ада». (12+)  
 «Чудо из ада» - реалити, в котором родители избалованных мажоров-подросков обращаются за помощью, а их капризные чад отправляют на 4 дня в обычные, часто многодетные семьи, чтобы мажоры пережили другой жизнь.  
 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
 00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)  
 02.00 «Измены». (16+)  
 03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные драмы. (16+)  
 06.15 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
 06.45 Дорожные войны 2.0. (16+)  
 07.15 Дорожные войны. (16+)  
 10.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)  
 16.00 Улётное видео. (16+)  
 18.30 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)  
 20.00 Притворщики. (16+)  
 21.00 02.50 Решала. (16+)  
 22.00 Притворщики. (16+)  
 23.00 Опасные связи. (18+)  
 05.10 Дорожные драмы. (16+)

МИР

- 05.00, 01.35 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА». (16+)  
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
 06.15 Специальный репортаж. (12+)  
 06.25, 10.10, 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
 08.05, 11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
 09.00, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
 13.15 Мировое соглашение. (16+)  
 16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
 18.50 Игра в кино. (16+)  
 22.30 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ!». (16+)  
 00.20 Наше кино. История большой любви. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
 09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 Отражение  
 15.10 «СЛЕЗЫ КАПАЛИ». (12+)  
 17.00 «Формула здоровья». (12+)  
 18.00 «Губернские новости». (12+)  
 20.40 04.15 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (16+)  
 22.25 «ТЫ И Я». (12+)  
 00.00 «Варлам Шаламов. Опыт юноши». (16+)  
 00.55 «Первая помощь». (12+)  
 02.00 Отражение. Главное. (12+)

ПОБЕДА

- 05.20 «ДУМА О КОВПАКЕ. БУРАН». (16+)  
 07.00 «ДУМА О КОВПАКЕ. КАРПАТЫ, КАРПАТЫ...» (16+)  
 09.35 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+)  
 Разведдивизия младшего лейтенанта Бесфамильного у командования на особом счету. Сам младший лейтенант - бывший беспризорник, известен как отчаянный сорвиголова, которого «пуля не берет». Да и бойцы во взводе подобрались хоть и разные, но отличные...  
 13.40 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)  
 23.59 «Путь к Победе». (16+)  
 01.00 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (12+)  
 02.40 «ОДНА ВОЙНА». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Енотки. Первые слова», «Майло», «Синий трактор», «Три кота». (0+)  
 07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)  
 07.35 «Цветняшки!». (0+)  
 07.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
 07.55 «Петроникс». (0+)  
 08.30 «Команда СТИМ!». (6+)  
 10.45 «Детский патруль». (0+)  
 11.00 «Сказочный патруль». (0+)  
 12.45 «Турбозавры». (0+)  
 14.05 «Тобот». (6+)  
 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
 14.45 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)  
 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
 17.00 «БФФ - лучшие друзья навсегда!». (0+)  
 17.10 «Отель у овец». (0+)  
 18.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
 Забавные приключения двух друзей, бурого медвежонка по имени Кеша и белого, по кличке Белая Тучка, в волшебной стране.  
 19.50 «Маша и Медведь». (0+)  
 21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)  
 21.20 «Ум и Хрум». (0+)  
 Серил о вкусных приключениях двух обаятельных друзей-монстриков. Они обитают на удивительной планете, где всё вокруг состоит из еды.  
 22.05 «Карбот». (6+)  
 22.35 «Дикие скричеры!». (6+)  
 23.00 «Буба». (6+)  
 00.30 «Ералаш». (6+)  
 01.30 «Фиксики». (0+)  
 03.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00 «Время малышей». (0+)  
 07.00, 18.30, 02.15 «Лунтики». (0+)  
 07.30 «Деревяшки». (0+)  
 08.00, 11.30, 15.15, 19.00, 23.30, 04.25 «Барбоскины». (0+)  
 08.25, 13.00, 21.15 «Маша и Медведь». (0+)  
 09.00 «Бодо Бородо. Бокварь». (0+)  
 09.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)  
 10.00, 18.00, 22.00, 05.00 «Фиксики». (0+)  
 10.30, 22.30 «Геройчики». (0+)  
 11.05 «Спина к спине». (0+)  
 13.35, 01.30 «Мини-Мишки. Страшилки-смешилки». (0+)  
 15.00 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+)  
 16.00 «Время малышей». (6+)  
 17.00 «Чик-Чирикино». (0+)  
 17.30 «Простоквашино». (0+)  
 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
 20.00 «Сказочный патруль». (0+)  
 20.40 Сказка на ночь. «Цветняшки! Вкусные серии Цветняшек», «Машины сказки». (0+)  
 23.00 «Ник-изобретатель». (0+)  
 00.30 «Буба». (6+)  
 03.00 «Кошечки-собачки». (0+)  
 О том, как живут самые разные кошки и собачки.  
 03.45 «Маша и Медведь. Добро пожаловать в «Гранд Уютъ», «Машины сказки». (0+)  
 05.30 «Фиксики. Новенькие». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00, 01.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЦИ». (16+)  
 02.10 «ПИРОГОВ». (12+)  
 03.55, 17.45 Семь дней истории. (12+)  
 04.00 Школа русских побед. (12+)  
 04.45 Прощай, немытая Россия. (12+)  
 05.35 Кремль. Эпоха царей. (12+)  
 06.40 Россия глазами иностранцев. (12+)  
 07.30 Пешкой в историю. (12+)  
 08.00, 12.00 Петербург космический. (12+)  
 08.45, 12.45, 20.55 Герои подполья. (12+)  
 09.00, 13.00, 21.15 Во имя человечества. (12+)  
 09.20 Народовластие. (12+)  
 09.50 Россия научная. Великие имена. (12+)  
 10.15, 22.20 Историограф. (12+)  
 11.05, 11.30 В поисках утраченного искусства. (12+)  
 13.25 Личность в истории. (12+)  
 13.55 Секреты истории. (12+)  
 16.00 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
 16.15 Ступени Победы. (12+)  
 17.00 Книжные аллеи. (12+)  
 17.30 Тайное становится явным. (12+)  
 17.55 Список Киселева. Никогда больше. (12+)  
 19.05 Дмитрий Лавриненко. «А на рассвете в бой...» (12+)  
 20.00 Историада. (12+)  
 21.45 Народный фронт Победы. (12+)  
 23.05 Токийский процесс. (12+)

HISTORY

- 06.10 Освободители. (16+)  
 06.50 100 чудес света. (16+)  
 07.45, 08.40 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)  
 09.35 Сокровища Древней Греции: Долгая тень. (12+)  
 10.35 Тайна фетского кода. (12+)  
 11.40 Проклятые сокровища. (16+)  
 12.35 Загадки планеты Земля. (16+)  
 13.25 Гондурас. По следам Майя. (12+)  
 14.20 Поезда, которые изменили мир: Начало. (16+)  
 15.15 Оружие древности: искусство войны. (16+)  
 16.05 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Аравии. (12+)  
 17.00 Петра: секреты древних строителей. (12+)  
 18.00, 19.00 Затерянные библейские города. (16+)  
 19.55 Осажденные крепости. (16+)  
 21.00 Загадки планеты Земля. (16+)  
 21.50 Освободители: Карелия. Северный рубеж. (16+)  
 22.35 Освободители: Забытые лагеря Остмарка. (16+)  
 23.20, 00.15 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)  
 01.10 Сокровища Древней Греции. (12+)  
 02.05 Тайна фетского кода. (12+)  
 02.55 Проклятые сокровища. (16+)  
 03.45 Загадки планеты Земля. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 11.05, 18.45, 02.30 О самом главном. Информфакт и инсульт. Повторные приступы. (12+)  
 06.55, 20.40 Научные сенсации. Отредактируй меня. (12+)  
 07.45, 22.30 Доктор на работе. (12+)  
 10.40 Метод исследования. Полисомнография. (12+)  
 12.05, 20.10, 01.20 Без халатов. (12+)  
 12.35 Докток с Эвелиной Закамской. Ожирение - проблема национальной безопасности? (12+)  
 Откройте для себя мир медицины с новой стороны в программе «Докток».  
 13.05 Наши пять чувств. Тайны обоняния. (12+)  
 14.00 О самом главном. Опасные утренние симптомы. (12+)  
 15.00 Доктор на работе. Прямой эфир  
 17.55 Химия нашего тела. Сахар. (12+)  
 19.45, 05.35 На приеме у доктора Бубновского. Жизнь после 40. (12+)  
 21.30 О самом главном. Привычки, которые вредят почкам. (12+)  
 01.45 Шифры нашего тела. Печень. (12+)  
 03.25 Большой скачок. Гормоны. На страже здоровья. (12+)  
 03.50 Большой скачок. Гормоны. На страже красоты. (12+)  
 04.20 Еда здорового человека. Птица. (12+)  
 04.45 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+)



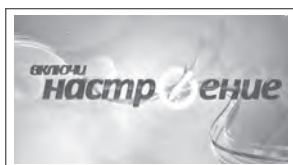
РОССИЯ К  
Культура



16.10 «2 Верник 2»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 «Острова»
- 07.45 18.45 02.15 «Отец солдата». Как ты вырос, сынок мой»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.55 «КАПИТАН СОВРИГОЛОВА»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 00.00 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.15 ХХ век
- 12.45 «Уроки рисования»
- 13.15 «Музыка мира и войны»
- 14.00 Абсолютный слух
- 14.40 «КАФЕДРА»
- 15.55 «Забывшее ремесло»
- 16.10 «2 Верник 2»
- 17.15 Моя любовь - Россия!
- 17.45 01.30 Мастера фортепианного искусства
- 18.30 «Первые в мире»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 «Энигма»
- 21.45 «ТЫ И Я»
- 23.25 «Роман в камне»

ТВЦ ТВЦ



06.00 «Настроение»

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 05.00 «Москва резиновая». (16+)
- 08.40 «МОЯ ЛЮБИМАЯ СВЕКРОВЬ-2». (12+)
- 10.35 04.20 «Актёрские судьбы». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «НЕРАЗРЕЗАННЫЕ СТРАНИЦЫ». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 02.50 «ЗОЛОТАЯ КРОВЬ: ЧЁРТОВ КИСТЕНЬ». (12+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 18.10 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: КУКУШКА». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Актёрские драмы. Окаянные дни». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Русские тайны. Я худею». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.10 «Вторая Мировая: случайная война». (12+)

ТВ-3 ТВ-3



18.10 «ЛЕСНИК». (16+)

- 06.00 «ЖЕСТОКИЙ МИР МУЖЧИН». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.40 16.15 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 14.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 «Старец». (16+)
- 18.10 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.30 Человек-невидимка. (16+)
- 00.30 «ДЕВУШКА-НЕВИДИМКА». (18+)
- Молодая Холли после смерти матери начала становиться невидимкой для окружающих. Сначала она не понимала что с ней происходит, но потом поняла, что необычный дар можно использовать.
- 02.30 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

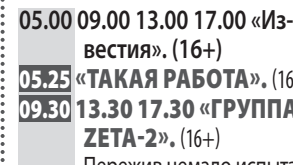
ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



14.20 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.40 Давай разведёмся! (16+)
- 08.40 Тест на отцовство. (16+)
- 10.55 «Понять. Простить». (16+)
- 12.10 «Порча». (16+)
- 13.15 «Знахарка». (16+)
- 13.50 «Верну любимого». (16+)
- 14.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.55 «ТОНКАЯ РАБОТА». (16+)
- 19.00 «ДВОЙНАЯ СПИРАЛЬ». (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 00.45 «Порча». (16+)
- 01.45 «Знахарка». (16+)
- 02.10 «Верну любимого». (16+)
- 02.35 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.00 «б кадров». (16+)
- 03.15 «СЛЕПОЙ ПОВОРОТ». (16+)

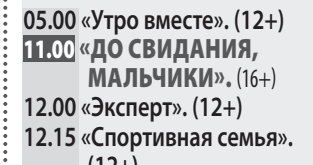
5 5-Й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
- 09.30 13.30 17.30 «ГРУППА ЗЕТА-2». (16+)
- Пережив немало испытаний, Алексей Тимофеев возвращается в родной город, где его ждёт любимая женщина. Но, к сожалению, этот счастливый период оказывается недолгим.
- 18.00 02.45 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 22.20 01.15 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 13.25 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
- 14.30 15.05 «ВЫСОТА 89». (16+)
- 18.00 «Воздушные войны». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- 12.00 «Эксперт». (12+)
- 12.15 «Спортивная семья». (12+)
- 12.30 18.00 01.30 «Формула здоровья». (12+)
- 13.00 16.30 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.30 «Великий, могучий». (12+)
- 18.45 «Актуальное интервью». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 22.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 23.00 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
- 00.30 «Такие разные». (12+)
- 03.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 04.30 «Футбол губернии». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.05 18.05 21.00 00.00 Все на Матч!
- 09.40 Футбол. Хорватия - Албания. Германия - Венгрия. Чемпионат Европы-2024. (6+)
- 13.50 «Центральный круг»
- 14.55 Борьба. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция
- 17.00 Бокс. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция
- 18.45 Футбол. Дания - Англия. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция
- 21.45 Футбол. Испания - Италия. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция
- 00.45 «Один день на ЕВРО». (12+)
- 01.10 Футбол. Обзор. (6+)
- 01.40 Футбол. Дания - Англия. Чемпионат Европы-2024. (6+)

СТРАНА СТРАНА

- 06.00 Бильярд. Чемпионат мира. (0+)
- 08.05 Борьба. Спортивные игры стран БРИКС. Трансляция из Казани. (12+)
- 09.05 05.40 Лица страны. (12+)
- 09.25 Художественная гимнастика. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция. (0+)
- 14.55 Борьба. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 17.55 Плавание. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 19.55 Фехтование. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 21.20 Художественная гимнастика. Спортивные игры стран БРИКС. Трансляция из Казани. (0+)
- 00.05 Бильярд. Чемпионат мира. Свободная пирамида. Мужчины. Финал. Трансляция из Сургута. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 VIJU TV1000

- 05.50 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
- 08.00, 08.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (18+)
- 10.00 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)
- 12.30 «ПОМПЕИ». (12+)
- 14.30 «СЕМЬЯНИН». (16+)
- 16.55 «ТРАССА 60». (16+)
- 19.00 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- Фантастическая мелодрама, США, Канада, 2015 г.
- 21.15 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)
- Фантастическая мелодрама, США, 2018 г.
- 23.05, 00.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (18+)
- 01.05 «СЕМЬЯНИН». (16+)
- 03.10 «ТРАССА 60». (16+)
- 04.50 «НЕВЕРоятное ПУТЕШЕСТВИЕ МИСТЕРА СПИВЕТА». (12+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.20 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.55 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
- 09.45 «ПРЯМОЙ ЭФИР». (16+)
- 11.10, 13.05 «БЕГИ!». (16+)
- 14.55 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
- 16.40 «АРИТМИЯ». (16+)
- 19.00, 20.00 «ГАДАЛКА». (16+)
- 21.05 «ПАПАША В БЕГАХ». (16+)
- 22.45 «МОЙ ПАПА - ВОЖДЬ». (12+)
- 00.40 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИновНИК». (16+)
- 02.00 «РОДНЫЕ». (16+)
- 03.35 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 04.50 «Трое из Простоквашино». Мультфильмы. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

- 05.55 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 07.10 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.20 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!». (16+)
- Россия, 2012 г. В ролях: Сергей Безруков, Гоша Куценко, Антон Богданов
- 02.05 «ЛЁГКО НА ПОМИНЕ». (16+)
- 03.25 «ПОМНЮ - НЕ ПОМНЮ!». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00, 04.15 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. 12 месяцев», «Маша и Медведь. Скажите «Ой!». Мультсериалы. (0+)
- 17.10, 18.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 18.50, 19.20, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня сыска. (16+)
- 23.20, 23.50 «МАХАБАХАРАТА». (16+)
- 00.15 Суббота News 2024. (16+)
- 00.30, 01.20 «КАРМЕЛИТА». (16+)
- 02.00, 02.50 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 03.30, 03.50 «ДИКАЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.10 «РЭД 2». (16+)
- 03.25 «БИТВА ШЕФОВ». (18+)
- 05.05 «КРАСАВИЧ СО СТАЖЕМ». (16+)
- 06.55 «БАТЯ». (16+)
- 08.25 «НЯНЬКИ». (12+)
- 10.05 «СЕРДЦЕЕДЖИ». (18+)
- 12.25 «ДИКАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 14.15 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (18+)
- 15.55 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 17.40 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК». (16+)
- 19.30 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 21.15 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
- Комедия, фантастика, мелодрама, Россия, 2021 г.
- 23.10 «ПОГОНЯ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.30 Мультфильмы. (0+)
- 07.40 «Мороз Иванович». Мультфильм. (0+)
- 07.50 «ПРОЩАЛЬНАЯ ГАСТРОЛЬ «АРТИСТА». (12+)
- 09.20 «ТАЙНА Виллы «ГРЕТА». (12+)
- 11.05 «ТАЙНА «ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (12+)
- 12.55 «СЕРПЬ ПОД ПАРУСОМ». (16+)
- 15.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-8». (16+)
- 20.00 «СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА». (12+)
- 21.50, 00.45 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (12+)
- 01.30 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)
- 02.45 «ПЯТЬ ВЕЧЕРОВ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «РАЗЖАЛОВАННЫЙ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Янина Соколовская, Михаил Полосухин, Надежда Бахтина, Вахтанг Беридзе

СТС LOVE СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.55 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- В квартире Шаталина испортился водопровод, и Вика приглашает своего пожилого родственника-сантехника починить его. А тем временем Максим устраивает просмотр танцовщиц кордебалета для своего очередного мюзикла.
- 12.15 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 22.05 «ДЫЛДЫ». (16+)
- 00.40 «МАРГОША». (16+)
- 02.20 «б кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «У НИХ ЕСТЬ РОДИНА». (0+)
- СССР, 1949 г. В ролях: Наталья Защипина, Ляля Котов, Павел Кадочников
- 06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Николай Дроздов. В мире животных и в мире людей. (16+)
- 12.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.35, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
- 14.35, 16.25 «ДВА КАПИТАНА». 3 и 4 серии. (0+)

- 18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.00, 01.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.55 День Ангела: Давид Гареджийский. (0+)
- 21.30 Святые воины: Феодор Стратилат. (6+)
- 22.00, 22.35, 02.30 Поле битвы. (16+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.10 Спас-стрим. (16+)
- 00.55 День Патриарха. (0+)
- 02.00 В поисках Бога. (12+)
- 03.00 Завещание святителя Митрофана Воронежского. (0+)
- 04.00 Донбасс. Истерзанное сердце России. (12+)

Православный календарь

20 июня  
Седмица 7-я по Пасхе. Глас 6.  
Попразднство Вознесения Господня.  
Сщмч. Феодота Анкирского.



Прав. Павла Таганрогского. Сщмч. Маркеллина, папы Римского, и мчч. Клавдия, Кирина и Антонина. Сщмч. Маркелла, папы Римского, мчч. Сисиния и Кириака диаконов, Смарагда, Ларгия, Априония-на, Сатурнина, Папия и Мавра воинов и Крискентиана, мцц. Прискиллы, Лукины и Артемии царевны. Мцц. Калерии (Валерии), Кириакии и Марии в Кесарии Палестинской. Прп. Давида Гареджийского. Собор святых Ивановской митрополии. Сщмч. Андроника, архиеп. Пермского. Сщмчч. Александра, Александра, Валентина, Вениамина, Виктора, Александра, Владимира, Игнатия, Михаила, Николая, Павла, Николая, Николая пресвитеров и мчч. Александра. Сщмчч. Петра пресвитера.

Поста нет.

«Всего легче обмануть самого себя и, надмеваясь пустой славой, почитать себя чем-то, будучи ничем».  
Свт. Григорий Богослов

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40, 15.00, 18.00, 21.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Очень караочен. (16+)
- 12.30 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Консервы. (16+)
- 14.00 Кто следующий? (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Love чат. (16+)
- 17.00 Моя волна. (16+)
- 18.20 Знаешь ли ты? (16+)
- 19.20 Анна Седокова: Виза Гра не понадобится. (16+)
- 20.00 Хит-Сториз. (16+)
- 20.30 Плейлист. Лето. (16+)
- 20.40 С кошмаром по жизни: фобии звезд. (16+)
- 22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 23.00 ВК Контакты. (16+)
- 00.00 10 Sexu с Алёной Бейлой. (18+)
- 01.00 Муз'итив. (16+)

**7 ПЕРВЫЙ**



19.45 «Поле чудес». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Модный приговор». (16+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 17.00 Информационный канал. (16+)
- 15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
- 19.45 «Поле чудес». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «АДМИРАЛЬ». (16+)
- 00.05 Подкаст.Лаб «Мелодии моей жизни». (16+)
- 00.50 Подкаст.Лаб «Не лыком шиты». (16+)
- 01.35 Подкаст.Лаб «Спроси Суркову». (16+)
- 02.20 Подкаст.Лаб. (18+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



09.55 O самом главном. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 O самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 16.00 20.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 16.30 Прямой эфир. (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 21.15 Вести. Местное время
- 21.30 «Поймай меня, если сможешь». (12+)
- 23.35 «Истории Большой Страны». (12+)
- 00.30 «ПРОВИНЦИАЛЬНАЯ МАДОННА». (12+)
- Юная Надя живёт в маленьком провинциальном посёлке и мечтает стать врачом. Когда её старшая сестра Наташа выходит замуж за Сергея, Наде остаётся только молча прятать глаза, ведь она с первого взгляда влюбляется в обаятельного парня.

**УТРО НТВ**



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 11.00 Вести
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (12+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (12+)
- 11.00 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 19.00 «Сегодня»
- 16.50 «ДНК». (16+)
- 17.55 «Жди меня». (12+)
- 20.00 «АЛЕКС ЛЮТЫЙ: ДЕЛО СИРОТ». (16+)
- 22.20 «ТОЧКА НОЛЬ». (16+)
- 23.50 «Сегодня. Спорт»
- 00.00 «ТОЧКА НОЛЬ». (16+)
- 00.20 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
- 02.10 «Квартирный вопрос». (0+)
- 03.05 «ЗОЛОТОЙ ЗАПАС». (16+)

**СТС СТС**



11.00 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 «МОЯ МАМА - ШПИОН». (16+)
- Скромная домохозяйка Даша забыла, что когда-то была звездой спецотдела. После активации памяти, стёртой двадцать лет назад, к ней возвращаются не только бойцовские навыки, но и дерзкий характер и любовь к эффектным нарядам...
- 11.00 Уральские пельмени. (16+)
- 01.00 «БОЛЬШЕ ЧЕМ СЕКС». (16+)
- 02.45 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- «Девушка за штурвалом самолёта – что может быть хуже?», – думал пилот Лёша Кулагин, пока его страхи не оправдались.
- 05.05 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (16+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

**ТНТ ТНТ**



00.00 «Галустьян плюс». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ. (16+)
- 08.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 15.00 «УНИВЕР: 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
- После Нижнего Новгорода Антону надо выбрать: либо Кристина, либо шанс вернуть своё состояние. Микаэляны наняли для девочек молодую няню Дашу. С подачи Антона Майкл начинает думать, что Даша с ним флиртует. Яна хочет перевести встречи с Вовой на его территорию. Маша и Валя решаются на ЭКО. Только абы кто им не подойдет.
- 20.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 21.00 «Комеди Клуб. Летние дайджесты-2024». (16+)
- 22.00 «СВЕТЛАКОВ+». (16+)
- 00.00 «Галустьян плюс». (16+)
- 01.30 «Импровизация. Команды». (18+)
- 02.55 «Я тебе не верю». (16+)
- 03.45 «Студия «Союз». (16+)
- 05.20 «Импровизация». (16+)
- 06.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

**REN**



11.00 «Как устроен мир». (16+)

- 05.00 18.00 01.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 «Главные тайны мира». (16+)
- 20.00 «ПЕРЕКРЕСТОК». (16+)
- 22.00 «ПРОФЕССОР И ПРИЗРАЧНЫЙ УБИЙЦА». (16+)
- 23.45 «ШРАМЫ ПАРИЖА». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- | ПЯТНИЦА   | ЧЕ  | ОТР   |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Гастротур. (16+)</li> <li>05.50 Пятница News. (16+)</li> <li>06.20 Зовите шефа. (16+)</li> <li>07.00 Кондитер. (16+)</li> <li>08.20 Четыре свадьбы. (16+)</li> <li>10.30 Мистер X2. Богач/бедняк. (16+)</li> <li>13.10 Битва шефов. (16+)</li> <li>Константин Ивлев и Ренат Агзамов дадут задания своим командам. Поварам предстоит сделать классический бургер Джуси Люси.</li> <li>00.00 «ПРИШЕЛЕЦ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)</li> <li>01.50 «ИП МАН». (16+)</li> <li>03.20 Пятница News. (16+)</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Дорожные драмы. (16+)</li> <li>06.15 Дорожные войны 2.0. (16+)</li> <li>06.45 Дорожные войны. (16+)</li> <li>10.00 Решала. (16+)</li> <li>16.00 «ДЕСАНТУРА. НИКТО КРОМЕ НАС». (16+)</li> <li>Быльшие республики Союза охвачены огнем. Но есть десантные войска - и нет задач невыполнимых. Сильнее личных невзгод и надвигающегося распада их воя к победе.</li> <li>01.15 «ТОТ, КТО ЧИТАЕТ МЫСЛИ (МЕНТАЛИСТ)». (16+)</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 «Утро вместе». (12+)</li> <li>09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 Отражение</li> <li>15.10 «Ты и Я». (12+)</li> <li>17.00 «Актуальное интервью». (12+)</li> <li>18.00 «Губернские новости». (12+)</li> <li>20.40 «Ректорат». (12+)</li> <li>21.20 «ЗАВТРА БЫЛА ВОЙНА». (12+)</li> <li>22.45 «ЗАЛОЖНИКИ». (16+)</li> <li>00.20 «ИГЛА». (18+)</li> <li>01.40 «ВСЁ НА ПРОДАЖУ». (16+)</li> <li>03.15 «ПЯТЬ ЗЕМЛИ». (12+)</li> <li>04.35 «ПОРТРЕТ ЖЕНЫ ХУДОЖНИКА». (12+)</li> </ul>  |
| Ю   | МИР   | ПОБЕДА  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>05.20 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>10.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</li> <li>11.55 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> <li>14.00 «Супермама». (16+)</li> <li>16.05 «Селянка-горожанка». (16+)</li> <li>Реалити-эксперимент «Селянка-Горожанка» - это возможность для двух девушек из разных слоев общества переосмыслить собственную жизнь. Жительница мегаполиса и простая деревенская труженица на три дня поменяются жизнями.</li> <li>21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</li> <li>00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</li> <li>02.00 «Измены». (16+)</li> <li>03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 «СЛЕДОВАТЕЛЬ ГОРЧАКОВА». (16+)</li> <li>06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости</li> <li>06.15 (Не)Фантастика. (12+)</li> <li>06.25, 10.10, 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</li> <li>08.05, 11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)</li> <li>09.00, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)</li> <li>13.15 Мировое соглашение. (16+)</li> <li>16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)</li> <li>18.50 Миллион за 5 минут. (16+)</li> <li>19.30 «БАТАЛЬОНЫ ПРОСЯТ ОГНЯ». (16+)</li> <li>01.20 «СТАЛИНГРАД». (16+)</li> <li>04.30 Фабзайцы. (16+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>04.30 23.59 «Путь к Победе». (16+)</li> <li>05.30 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)</li> <li>07.10 «ИСЧЕЗНУВШИЕ». (16+)</li> <li>10.50 «ТАНКИСТ». (16+)</li> <li>14.10 «ЧЁРНЫЕ КОШКИ». (16+)</li> <li>1947 год. В стране царят голод и разруха. Хлеб - на вес золота, а стоимость человеческой жизни равняется нулю. Города контролируются криминальными группировками: подобно черным кошкам, они приходят незамеченными под покровом ночи и легко исчезают с места преступления...</li> <li>01.00 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)</li> <li>02.40 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)</li> </ul> |

**ДЕТСКИЕ**

- | КАРУСЕЛЬ  | МУЛЬТ  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Ранние пташки. «Енотки. Первые слова», «Майло», «Синий трактор», «Три кота». (0+)</li> <li>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>07.35 «Цветняшки!» (0+)</li> <li>07.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</li> <li>07.55 «Петроникс». (0+)</li> <li>08.30 «Команда СТИМ!» (6+)</li> <li>10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)</li> <li>11.15 «Смешарики. Пин-код». (6+)</li> <li>14.05 «Тобот». (6+)</li> <li>14.30 «Навигатор. У нас гости». (0+)</li> <li>Лауреат I степени Международного конкурса «Северная распродажа! Победитель Всероссийского конкурса «Волжская симфония! Спортсмен и любитель чтения! В гостях у Давида и Машы - Сергей Петров!</li> <li>14.45 «Ералаш». (6+)</li> <li>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</li> <li>17.00 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>19.50 «Кошечки-собачки». (0+)</li> <li>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>21.20 «Команда Флоры». (0+)</li> <li>Флора и пятеро ее удивительных друзей - смелые защитники зелёного мира, которые каждый день забываются о природе. Они спасают водоемы, горы и леса, помогают растениям и животным, попавшим в беду.</li> <li>22.30 «Инфинити Надо». (6+)</li> <li>23.00 «Буба». (6+)</li> <li>00.30 «Ералаш». (6+)</li> <li>01.30 «Простоквашино». (0+)</li> <li>03.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 12.00 «Время малышей». (0+)</li> <li>07.00, 18.30, 02.15 «Лунтики». (0+)</li> <li>07.30 «Деревяшки». (0+)</li> <li>08.00, 11.30, 15.15, 19.00, 23.30 «Барбоскины». (0+)</li> <li>08.25, 13.00, 21.15 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>09.00 «Бодо Борода. Бокварь». (0+)</li> <li>09.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)</li> <li>10.00, 18.00, 22.00 «Фиксики». (0+)</li> <li>10.30, 22.30 «Геройчики». (0+)</li> <li>11.05 «Спина к спине». (0+)</li> <li>13.35, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)</li> <li>16.00 «Время малышей». (6+)</li> <li>17.00 «Чик-Чикино». (0+)</li> <li>17.30 «Простоквашино». (0+)</li> <li>20.00 МУЛЬТпремьера! «Мини-Мишки. Страшили-смешилки», «Кошечки-собачки. Экзотический сад», «Ник-изобретатель. Плато Всемогущий», «Черепашки. Кто проиграл», «Маша и Медведь. Добро пожаловать в «Гранд Уютъ», «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Счастья секрет». (0+)</li> <li>20.40 Сказка на ночь. «Цветняшки! Цветняшки знакомятся с морскими обитателями», «Машины сказки». (0+)</li> <li>23.00 «Ник-изобретатель». (0+)</li> <li>00.30 «Буба». (6+)</li> <li>01.30 «Мини-Мишки». (0+)</li> <li>03.00 «Кошечки-собачки». (0+)</li> </ul> |

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

- | 365 ДНЕЙ ТВ  | HISTORY   | ДОКТОР  |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>03.25 Пешком в историю. (12+)</li> <li>03.55, 08.00 Петербург космический. (12+)</li> <li>04.45, 08.45, 14.05 Герои подполья. (12+)</li> <li>04.55, 09.00, 13.05, 17.55, 20.55 Во имя человечества. (12+)</li> <li>05.20 Народовластие. (12+)</li> <li>05.50 Россия научная. Великие имена. (12+)</li> <li>06.15, 14.20 Историограф. (12+)</li> <li>07.05, 07.30 В поисках утраченного искусства. (12+)</li> <li>09.25 Личность в истории. (12+)</li> <li>09.55 Секреты истории. (12+)</li> <li>12.00 Список Киселева. Никогда больше. (12+)</li> <li>13.30 Загадки засечной черты. (12+)</li> <li>15.05 Дмитрий Лавриненко. «А на рассвете в бой...» (12+)</li> <li>16.00 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)</li> <li>16.15 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+)</li> <li>17.00 Книжные аллеи. (12+)</li> <li>17.35 Тайное становится явным. (12+)</li> <li>17.50, 20.50 Семь дней истории. (12+)</li> <li>18.25, 21.20 Народный фронт Победы. (12+)</li> <li>18.55 Обыкновенная история. (6+)</li> <li>19.05 Токийский процесс. (12+)</li> <li>20.00 Коришка для фронта. (12+)</li> <li>21.55 Музейный феникс. (12+)</li> <li>22.25, 23.10 На пороге войны. (12+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>06.10 Освободители. (16+)</li> <li>06.50 100 чудес света. (16+)</li> <li>07.50 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Аравии. (12+)</li> <li>08.45 Петра: секреты древних строителей. (12+)</li> <li>09.45, 10.40 Затерянные библейские города. (16+)</li> <li>11.40 Осажденные крепости. (16+)</li> <li>12.40 Загадки планеты Земля. (16+)</li> <li>13.30 Париж, город любви. (16+)</li> <li>14.35 Поезда, которые изменили мир: Век свободы. (16+)</li> <li>15.20 Оружие древности: искусство войны. (16+)</li> <li>16.10, 17.10 Великолепные памятники Франции. (12+)</li> <li>18.15 Затерянные города троянцев: Руины. (12+)</li> <li>19.05 Затерянные города троянцев: Война. (12+)</li> <li>20.00 Проклятые сокровища. (16+)</li> <li>20.55 Мартин Лютер Кинг и ФБР. (16+)</li> <li>21.50 Освободители: Бомба Озаричи. (16+)</li> <li>22.40 Освободители: Шта-лаг 352 - пленная правда. (16+)</li> <li>23.25 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Аравии. (12+)</li> <li>00.20 Петра: секреты древних строителей. (12+)</li> <li>01.15, 02.05 Затерянные библейские города. (16+)</li> <li>02.55 Осажденные крепости. (16+)</li> <li>03.50 Загадки планеты Земля. (16+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 11.10, 18.45, 02.40 O самом главном. Какие болезни лишают возможности ходить? (12+)</li> <li>06.50, 20.40, 04.25 Это лечится. Ожоги. (12+)</li> <li>07.20, 21.10, 03.30 #Навидео. Выпуск 3. (12+)</li> <li>Классический формат разбора видеороликов из интернета и социальных сетей.</li> <li>07.50, 22.35 Доктор на работе. (12+)</li> <li>10.45 На приёме у доктора Бубновского. Жизнь после 40. (12+)</li> <li>12.10, 20.10, 01.25 Без халатов. (12+)</li> <li>12.40 #Навидео. Выпуск 10. (12+)</li> <li>13.10 Наши пять чувств. Господство зрения. (12+)</li> <li>14.05 Доктор на работе. Привычки, которые вредят почкам. (12+)</li> <li>15.00 Доктор на работе. Лучшее. (12+)</li> <li>17.25 ДокТок с Эвелиной Замкамской. Врач vs Провизор. Кому доверяют россияне? (12+)</li> <li>17.55 Шифры нашего тела. Печень. (12+)</li> <li>19.45, 05.35 Еда здорового человека. Морепродукты. (12+)</li> <li>21.40 O самом главном. Менопауза - время перемен. (12+)</li> <li>01.55 Шифры нашего тела. Смех и слезы. (12+)</li> <li>03.55 На приёме у доктора Бубновского. Мужское здоровье. (12+)</li> <li>04.50 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)</li> </ul> |

РОССИЯ К  
Культура



11.45 Власть факта

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 «Острова»
- 07.45 «Офицеры»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.55 «КАПИТАН СОВРИ-ГОЛОВА»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.55  
Новости культуры
- 10.20 «Тайны портретного фойе»
- 10.45 Шедевры старого кино
- 11.45 Власть факта
- 12.45 «Уроки рисования»
- 13.20 «Анна Ахматова и Артур Лурье»
- 14.15 «Роман в камне»
- 14.45 21.30 «КАФЕДРА»
- 16.15 «Энига»
- 17.15 Письма из провинции
- 17.45 Мастера фортепианного искусства
- 18.30 «Первые в мире»
- 18.45 «Царская ложа»
- 19.45 01.50 «Искатели»
- 20.35 Линия жизни
- 00.10 «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ»
- 02.35 «Возвращение с Олимпа»

ТВЦ ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.25 11.50 «МОЯ ЗЕМЛЯ». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 12.35 15.00 «ПОСЛЕДНИЙ ХОД КОРОЛЕВЫ». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 16.55 «Актёрские драмы. Маменькины сынки». (16+)
- 18.10 «ОХОТНИЦА». (12+)
- 20.05 «ОХОТНИЦА-2». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Хорошие песни». (12+)
- 00.30 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (12+)
- 03.25 «Петровка, 38». (16+)
- 03.40 «Закон и порядок». (16+)
- 04.10 «Следствие ведет КГБ». (16+)
- 04.50 «Короли эпизода». (16+)
- 05.30 «Михаил Пуговкин. Я всю жизнь ждал звонка». (16+)

3 ТВ-3



14.30 Вернувшиеся. Золотая коллекция. (16+)

- 06.00 «ЖЕСТОКИЙ МИР МУЖЧИН». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.40 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. Золотая коллекция. (16+)
- 15.45 Врачи. (16+)
- 19.45 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
- Работа Рэя - проверять безопасность самых охраняемых тюрем. Совершив побег из 14-ти и написав об этом книгу, он привлекает внимание ЦРУ.
- 22.00 «НЕУДЕРЖИМЫЙ». (16+)
- 00.00 «ПОД НАБЛЮДЕНИЕМ». (18+)
- 01.45 «МАРИОНЕТКА». (16+)
- 03.45 «ЛОВУШКА ДЛЯ ПРИВИДЕНИЯ». (12+)

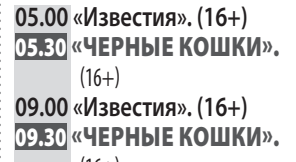
ДОМАШНИЙ



23.35 Уютное утро. (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 00.05 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 01.15 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «КОНТРАКТ НА СЧАСТЬЕ». (16+)
- Чтобы рассчитаться с долгами мужа Виктора и спасти семью, Анна Анисимова соглашается стать суррогатной матерью для бездетной пары.
- 19.00 «ОТКРЫТАЯ ДВЕРЬ». (16+)
- 23.35 Уютное утро. (16+)
- 02.10 «Знахарка». (16+)
- 02.35 «МОЯ ЛЮБИМАЯ МИШЕНЬ». (16+)
- 05.45 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

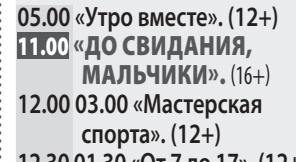
5 5-Й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.30 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 17.30 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 01.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.10 «Я - ХОРТИЦА». (12+)
- 10.10 «Освободители». (16+)
- 11.05 13.25 15.05 «СМЕРШ». (16+)
- 16.35 17.15 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 20.30 «Война миров». (16+)
- 21.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.55 «ИДИ И СМОТРИ». (16+)
- 03.20 «МИНУТА МОЛЧАНИЯ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- 12.00 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 12.30 01.30 «От 7 до 17». (12+)
- 13.00 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30  
«Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 17.30 «Арт-Перспектив». (12+)
- 15.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 16.30 «СЕРАФИМА ПРЕКРАСНАЯ». (16+)
- 18.00 «Футбол губернии». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.00 «Большие истории». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 02.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.15 «Служу Отечеству». (12+)
- 23.30 «ТЕНЬ ВРАГА». (16+)
- 02.30 «Формула здоровья». (12+)
- 03.30 «ПЕРЕД РАССВЕТОМ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 «Третий тайм». (12+)
- 07.00 09.15 14.50 18.00 Но-вости
- 07.05 18.05 21.00 00.00 Все на Матч!
- 09.20 Небесная грация. (0+)
- 09.40 Футбол. Словения - Сербия. Испания - Италия. Чемпионат Европы-2024. (6+)
- 13.50 «Центральный круг»
- 14.55 Художественная гимнастика. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция
- 17.30 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 18.45 Футбол. Польша - Австрия. Нидерланды - Франция. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция
- 00.45 «Один день на ЕВРО». (12+)
- 01.10 Футбол. Обзор. (6+)
- 01.40 Футбол. Польша - Австрия. Чемпионат Европы-2024. (6+)
- СТРАНА МАТЧ СТРАНА
- 06.00 Бильярд. Чемпионат мира. (0+)
- 08.05 Борьба. Спортивные игры стран БРИКС. Трансляция из Казани. (12+)
- 09.30 География спорта. (12+)
- 10.05 «Что за спорт?» (12+)
- 10.30 11.35 12.50 Автоспорт. «Казань ринг»
- 14.10 Что по спорту? (12+)
- 14.40 19.50 05.30 Страна смотрит спорт. (12+)
- 15.15 16.30 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. «Казань ринг». SMP TCR. Гонка 1. Прямая трансляция
- 17.30 «Магия большого спорта». (12+)
- 17.55 Плавание. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 20.20 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. «Казань ринг». Спортпрототип SN. Гонка 1. (6+)
- 21.20 Художественная гимнастика. Спортивные игры стран БРИКС. (0+)
- 00.00 Фехтование. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 VIJU TV1000
- 06.45 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 09.10, 10.15 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (18+)
- 11.10 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 13.10 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ». (16+)
- 15.10 «ЛУЛУ И БРИГГС». (16+)
- 17.10 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)
- 19.00 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 20.45 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 22.45, 23.35 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (18+)
- 00.35 «ИДЕАЛЬНЫЙ ПОБЕГ». (16+)
- 02.15 «ЛУЛУ И БРИГГС». (16+)
- 03.50 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)
- 05.20 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 05.30 «Пин-код». «Три ката». Мультсериалы. (6+)
- 07.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.05 «АРИТМИЯ». (16+)
- 10.20 «ПАПАША В БЕГАХ». (16+)
- 12.05 «МОЙ ПАПА - ВОЖДЬ». (12+)
- 13.55 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИновНИК». (16+)
- 15.35 «РОДНЫЕ». (16+)
- 17.25 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 19.00 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
- 21.05 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
- 23.05 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)
- 01.00 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 02.20 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 03.50 «ПРЯМОЙ ЭФИР». (16+)
- 05.05 Мультфильм. (6+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 04.45 «Принцесса и дракон». Мультфильм. (6+)
- 05.50 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 07.10 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.25 «АРТЕК. БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)
- Россия, 2021 г.
- 02.05 «ЛЕГЕНДЫ «ОРЛЕНКА». (12+)
- 03.25 «ДЖУНГЛИ». (16+)
- 04.40 «НА МОРЕ!» (16+)
- 05.00, 09.25, 03.10 «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины страшилишки». Мультсериалы. (0+)
- 09.00 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 17.00, 18.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 18.50, 19.20, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 21.50 Богиня шопинга. (16+)
- 23.00, 23.20 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 23.55 Суббота News 2024. (16+)
- 00.10, 01.00 «КАРМЕЛИТА». (16+)
- 01.50, 02.30 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.45 «НА МОРЕ!» (16+)
- 02.50 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)
- 04.25 «ДОСПЕХИ БОГА: ОПЕРАЦИЯ ЯСТРЕБ». (12+)
- 06.25 «ДОСПЕХИ БОГА 3». (6+)
- 08.40 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 10.30 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 12.20 «БАНДИТКИ». (16+)
- 14.00 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
- 15.50 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 17.40 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
- 19.30 «БЛИЗНЕЦЫ-ДРАКОНЫ». (12+)
- Боевик, комедия, Гонконг, 1991 г.
- 21.25 «СЕРДЦЕЕДКИ». (18+)
- Комедия, США, 2001 г.
- 23.45 «СЕСТРИЧКА БЕТТИ». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.50 «БЕЗ СТРАХА И УПРЕКА». (12+)
- 08.20 «ЗИМНЯЯ ВИШНЯ». (16+)
- 16.00 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
- 18.45 «РОДНЯ». (12+)
- 20.30 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
- 22.05 «САМАЯ ОБЯТЕЛЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
- 23.35 «ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ РАССЛЕДОВАНИЕ». (12+)
- 00.55 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
- 02.15 «ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ РАССЛЕДОВАНИЕ». (12+)
- 03.45 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (16+)
- 05.10 «ИСПЫТАТЕЛЬ». (12+)
- 05.35 «МЫ ИЗ КРОНШТАДТА». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00 «РАЗЖАЛОВАННЫЙ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.05 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «АЩИК ПАНДОРЫ». (16+)
- 03.40 «ЛЕЙТЕНАНТ СУВОРОВ». (16+)
- 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЧУЖАЯ ПРАВДА». (16+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три ката». Мультсериал. (0+)
- 08.55 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- 12.15 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Крис решает сразу на развод и свадьбу, Костя увольняется, а Даша, Юлия и Никита идут на преступление...
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- Элеонора пьет и увольняет сотрудников, попавшихся ей на глаза...
- 22.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
- Команда отправляется на первый этап соревнования...
- 00.40 «МАРГОША». (16+)
- 02.20 «6 кадров». (16+)
- 04.00 «Три ката». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «РИМСКИЙ-КОРСАКОВ». (0+)
- 06.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 День Ангела: Давид Гараджийский. (0+)
- 11.30 Святые воины: Феодор Стратилат. (6+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.35, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00, 16.40 «ДВА КАПИТАНА». 5 и 6 серии. (0+)
- 18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 21.00 Русское кладбище под Парижем. (12+)
- Документальный сериал с отцом Андреем Ткачевым о русской катастрофе начала XX века и последствиях «русского исхода».
- 21.55 Следы империи. (12+)
- 23.30 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 00.25, 00.55, 01.25, 01.55 Поле битвы. (16+)
- 02.25 Мюнхенский договор. (0+)
- Фильм Аркадия Мамонтова.
- 03.25 Русское кладбище под Парижем. (12+)
- 04.10 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

Православный календарь

21 июня  
Седмица 7-я по Пасхе. Глас 6. Отдание праздника Вознесения Господня.  
Вмч. Феодора Стратилата.



Прп. Ефрема, патриарха Антиохийского.  
Прп. Зосимы Финикийского. Свт. Феодора, еп. Суздальского. Обретение мощей страстотерпцев блгвв. кнн. Василия и Константина Ярославских. Сщмч. Григория Златорусского пресвитера. Ярославской и Урюпинской икон Божией Матери.

Постный день.  
Разрешается рыба.  
«Праведники являются как бы звездами среди глубокой ночи, розами среди терний, овцами среди множества волков, идут по пути, противоположному всем». Свт. Иоанн Златоуст

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.05 Teen чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Top-30. Народный хит. (16+)
- 11.30 10 самых! (16+)
- 12.00 Top15 Like FM. (16+)
- 13.00 Лига свежих клипов. (16+)
- 13.30 Перемотка. (16+)
- 14.30 Хиты по-русски. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Новое Радио чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Под шашлычок. (16+)
- 19.00 Big Love Show-2024. (16+)
- 21.40 Народное диско. (16+)
- 22.40 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.30 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итивы. (16+)



РОССИЯ К  
Культура



14.05 «Страна птиц»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Мультфильмы»
- 08.15 «ПЯТЫЙ ОКЕАН»
- 09.35 Киноконцерт «И всё-таки мы победили!»
- 10.05 23.25 «СЕЛЬСКИЙ ВРАЧ»
- 11.55 «Отчий дом под кронами кедра»
- 12.50 «Земля людей»
- 13.20 «Сыны полков»
- 14.05 01.20 «Страна птиц»
- 14.50 Энциклопедия загадок
- 15.25 Концерт Государственного академического Кубанского казачьего хора в Государственном Кремлевском дворце
- 17.00 «Грустное детство Алины Веселовой»
- 17.55 «БАБЬЕ ЦАРСТВО»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 «Вечно живые»
- 22.15 Евгений Дятлов. Любимые романы
- 02.00 «Искатели»
- 02.45 «Сказка о глупом муже»

ТВЦ ТВЦ



06.25 «Православная энциклопедия». (6+)

- 06.25 «Православная энциклопедия». (6+)
- 06.50 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)
- 08.45 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)
- 10.55 «Просто & вкусно». (6+)
- 11.30 14.30 23.25 События
- 11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
- 12.55 14.45 «СЕМЕЙНАЯ ТАЙНА». (16+)
- 17.15 «БИЗНЕС-ПЛАН СЧАСТЬЯ». (12+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным
- 22.05 «Право знать!» (16+)
- 23.35 «Московская паутина». (16+)
- 00.20 «Приговор». (16+)
- 01.00 Специальный репортаж. (16+)
- 01.25 «Хватит слухов!» (16+)
- 01.50 Прощание. (16+)
- 03.55 «Актёрские драмы». (16+)
- 04.35 «Вячеслав Добрынин. Поймать шлягер за хвост». (16+)

3 ТВ-3



09.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 «ЖЕСТОКИЙ МИР МУЖЧИН». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 09.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 10.00 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (12+)
- 12.30 «ПОД НАБЛЮДЕНИЕМ». (16+)
- Джастин - новобранец в высокотехнологичном командном центре, который наблюдает за самыми опасными преступниками.
- 14.30 «НЕУДЕРЖИМЫЙ». (16+)
- 16.30 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
- 19.00 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+)
- 21.15 «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ». (16+)
- 23.15 «ИДЕАЛЬНОЕ УБИЙСТВО». (18+)
- 01.30 «ПЕРСПЕКТИВА». (18+)
- 03.00 «ПОБЕГ С ФИОНОЙ». (6+)

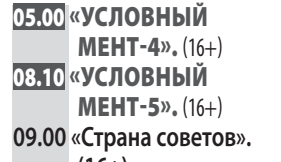
ДОМАШНИЙ



04.25 Пять ужинов. (16+)

- 06.30 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 09.15 Уютное утро. (16+)
- 09.45 «СТРАСТЬ». (16+)
- В центре истории - любовная связь двух несвободных людей. Случайное знакомство быстро перерастает в страстный роман. Влюбленным неоднократно придется отвечать на вопросы, что для них значит эта связь, и как далеко она может их завести? Допустимо ли на пути к личному счастью переступить ту грань, когда измена превращается в преступление? На какие поступки окажутся способны влюбленные?
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 23.30 Самопознание с Юлией Миньшовой. (16+)
- 00.50 «СТРАСТЬ». (16+)
- 04.25 Пять ужинов. (16+)
- 04.35 «Эффект Матроны». (16+)
- 06.15 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

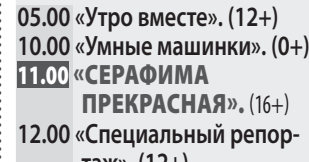
5 5-Й КАНАЛ



04.25 Пять ужинов. (16+)

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
- 08.10 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 09.00 «Страна советов». (16+)
- 09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 10.25 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
- 18.45 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 01.05 «Светская хроника». (16+)
- 02.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.55 «БЕССМЕРТНЫЙ ГАРНИЗОН». (12+)
- 08.30 09.15 «ЖИВЫЕ И МЕРТВЫЕ». (12+)
- 13.20 16.10 «Освобождая Родину». (16+)
- 17.30 «Украинская миссия Павла Судоплатова». (16+)
- 18.15 «Молчаливое эхо войны». (16+)
- 19.25 «На пороге войны». (16+)
- 22.00 «Война не скроена из ситца»
- 00.05 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



04.25 Пять ужинов. (16+)

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Умные машинки». (0+)
- 11.00 «СЕРАФИМА ПРЕКРАСНАЯ». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 «Минута Молчания»
- 12.19 15.15 23.45 «Документальное кино». (12+)
- 12.45 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 13.15 «Актуальное интервью». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ТЕНЬ ВРАГА». (16+)
- 15.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 16.15 20.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 16.30 «ГЛУБОКОЕ ТЕЧЕНИЕ». (16+)
- 18.00 01.15 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 00.15 «Такие разные». (12+)
- 21.00 «ПЕРЕД РАССВЕТОМ». (16+)
- 22.30 «Малая сцена». (12+)
- 02.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 02.45 «Формула здоровья». (12+)
- 03.15 «БОЙ МЕСТНОГО ЗНАЧЕНИЯ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Что за спорт?» (12+)
- 06.30 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 07.00 15.00 18.00 Новости
- 07.05 15.05 18.05 21.00 00.50 Все на Матч!
- 09.40 Боулинг. BetBoom Кубок КЛБ. Про-тур. Трансляция из Казахстана. (0+)
- 10.45 Художественная гимнастика. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция
- 12.00 Бокс. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция
- 15.55 Дзюдо. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция
- 18.45 Футбол. Турция - Португалия. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция
- 22.00 Смешанные единоборства. Р. Уйттакер - Х. Чимаев. UFC. Прямая трансляция
- 01.35 Футбол. Обзор. (6+)
- 06.00 Боулинг. (0+)
- 08.05 23.00 Художественная гимнастика. Спортивные игры стран БРИКС. (0+)
- 10.20 «ОМСБОН. История одной жизни». (12+)
- 10.45 Небесная грация. (0+)
- 11.05 Страна смотрит спорт. (12+)
- 11.35 12.45 15.00 21.00 Автоспорт. «Казань ринг». Прямая трансляция
- 13.40 05.05 «Здоровый образ». (12+)
- 14.05 05.30 География спорта. (12+)
- 14.35 22.40 04.45 Специальный репортаж. (12+)
- 15.55 Бокс. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция из Казани
- 21.50 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. «Казань ринг». Спортпрототип SN. Гонка 2. (6+)
- 00.45 Фехтование. Спортивные игры стран БРИКС. Команды. (0+)
- 03.45 Бокс. Спортивные игры стран БРИКС. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.50 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)
- 08.20 «ПОМПЕИ». (12+)
- 10.35 «ИДЕАЛЬНЫЙ ПОБЕГ». (16+)
- 12.25 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 14.25 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 16.10 «ГОСФОРД-ПАРК». (16+)
- Комедийный детектив, США, Великобритания, Италия, 2001 г.
- 19.00 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
- 21.05 «ИНФЕРНО». (16+)
- Триллер, США, Венгрия, 2016 г.
- 23.30 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
- 02.00 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 03.45 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 05.30 «КАТЯ-КАТЯ». (18+)
- 07.10 «УТОМЛЕННЫЕ СОЛНЦЕМ». (16+)
- 09.55 «УТОМЛЕННЫЕ СОЛНЦЕМ 2: ПРЕДСТОЯНИЕ». (16+)
- 13.20 «УТОМЛЕННЫЕ СОЛНЦЕМ 2: ЦИТАДЕЛЬ». (16+)
- 16.20 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
- 18.45 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (16+)
- 21.25 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- Военная драма, Россия, 2018 г.
- 23.10 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 01.00 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
- Триллер, Россия, 2022 г.
- 02.35 «ГЛАВНЫЙ». (16+)
- 04.20 «Приключения Буратино». Мультфильм. (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.50 «ДОСПЕХИ БОГА: ОПЕРАЦИЯ ЯСТРЕБ». (12+)
- 04.15 «ДОСПЕХИ БОГА 3». (6+)
- 06.30 «НА МОРЕ!» (16+)
- Комедия, Россия, 2008 г.
- 08.25 «МОНАШКИ В БЕГАХ». (16+)
- 10.15 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (12+)
- 12.10 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (12+)
- 14.05 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 15.50 «НЯНЬКИ». (12+)
- 17.40 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 19.30 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 21.15 «БЛИЗНЕЦЫ-ДРАКОНЬ». (12+)
- Боевик, комедия, Гонконг, 1991 г.
- 23.15 «ДИКАЯ ШТУЧКА». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.05 «ЛЕТЯТ ЖУРАВЛИ». (12+)
- 08.50 «САШКА». (18+)
- 10.25 «ЩИТ И МЕЧ». (12+)
- 16.40 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
- 18.15 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
- Расставшиеся четверть века назад на Белорусском вокзале после долгих и трудных дней войны однополчане встречаются на похоронах боевого товарища...
- 20.00 «ЖИВЫЕ И МЕРТВЫЕ». (12+)
- 23.45 «ЗВЕЗДА». (16+)
- 01.30 «ОДИН ИЗ НАС». (16+)
- 03.05 «НЕОПРАВЛЕННОЕ ПИСЬМО». (12+)
- 04.40 «ТРЕВОЖНОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЯЩИК ПАНДОРЬ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Украина, 2011 г. В ролях: Владимир Гостюхин, Виктория Исакова, Дмитрий Певцов
- 11.40, 19.40 «ЛЕЙТЕНАНТ СУВОРОВ». (16+)
- 13.05, 21.05, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СУСЫКА-4». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЧУЖАЯ ПРАВДА». (16+)
- 15.00, 23.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)
- 04.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00, 06.50 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». 1 и 2 серии. (0+)
- 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Пилигрим. Великий Русский Северный путь. (6+)
- 10.55 Святыни России. (6+)
- 12.05 Дети войны. Возвращение. (12+)
- 13.05 Милостивый. Святитель Павлин Ноланский. (0+)
- 13.55 В поисках Бога. (12+)
- 14.30, 02.40 Профессор Осипов. (0+)
- 15.00 «ИВАНОВО ДЕТСТВО». (12+)
- 17.00 Всеночное бдение. Прямая трансляция. (0+)
- 19.30 День Ангела: Преподобный Андрей Рублев. (0+)
- 20.00 Святыне на передовой. (12+)
- 21.00 Простые чудеса. (12+)
- 22.00 Русский мир. (12+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.20 Спас-стрим. (16+)
- 01.40 Святыне войны: От Илии Муромца до Паисия Святогорца: Воины-преподобные. (6+)
- 02.10 В поисках Бога. (12+)
- 03.10 Русский мир. (12+)
- 04.10 Простые чудеса. (12+)

Православный календарь

22 июня  
Седмица 7-я по Пасхе.  
Троицкая родительская суббота. Глас 6.  
Свт. Кирилла,  
архиеп. Александрийского.



Прав. Алексия Московского. Прп. Кирилла, игумена Белозерского. Мцц. Феклы, Марфы и Марии Персидских. Прп. Александра, игумена Куштского. Обретение мощей прп. Рафаила исп.

Поста нет.

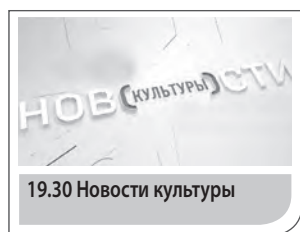
«Благоденствия записывая на меди, а обиды – на воде».  
Св. Исидор Пелусиот

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 06.55 Плейлист. Лето. (16+)
- 07.40 Звезды о звездах. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. Лето. (16+)
- 11.00 Чарт Золотой граммофон Русского Радио. (16+)
- 12.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 12.30 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 14.30 Очень караоке. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. (16+)
- 16.00 За кадром. (16+)
- 16.30 Главная по тарелочкам. (16+)
- 17.00 Искры летят. (16+)
- 19.00 Музыкальная ежегодная премия Жара Music Awards-2022. (16+)
- 20.50 Народное диско. (16+)
- 22.00 Танцпол. (16+)
- 23.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.00 Танцпол. (16+)
- 02.00 Караоке хит. (16+)

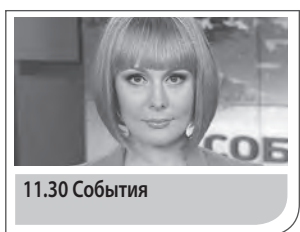


РОССИЯ К  
Культура



- 19.30 Новости культуры
- 06.30 Лето Господне  
07.05 «Снежная королева»  
08.10 23.40 «МЕЛОДИЯ НА ДВА ГОЛОСА»  
10.35 «Любовь Соколова. Своя тема»  
11.20 «ТРЕТИЙ В ПЯТОМ РЯДУ»  
12.30 «Невский ковчег»  
13.00 «IV Международный конкурс молодых пианистов Grand Piano Competition». Концерт-закрытие  
15.10 «МАКСИМКА»  
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»  
17.15 «Песня не прощается... 1971»  
17.55 «СТЕПЕНЬ РИСКА»  
19.30 Новости культуры  
19.45 Новости культуры с Владиславом Флярковским  
20.25 «Сереза»  
23.00 «Кинескоп»  
02.05 «Искатели»  
02.50 «Великолепный Гоша»  
03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ ТВЦ



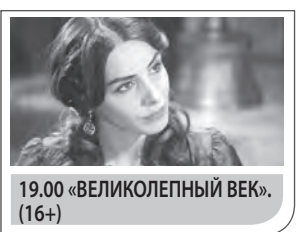
- 11.30 События
- 05.50 «Один весёлый день». Юмористический концерт. (12+)  
06.55 «ОХОТНИЦА». (12+)  
08.35 «ОХОТНИЦА-2». (12+)  
10.20 11.45 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (12+)  
11.30 00.00 События  
14.30 Московская неделя  
15.00 «Дорогие товарищи. Засекреченная эпидемия». (16+)  
15.50 «Настоящий детектив. Тайна счастливого билета». (16+)  
16.40 «90-е. Предсказания для Кремля и народа». (16+)  
17.35 «ПУАНТЫ ДЛЯ ПЛЮШКИ». (12+)  
21.25 00.15 «БАРЫШНЯ И ХУЛИГАН». (12+)  
01.05 «Петровка, 38». (16+)  
01.15 «ПОСЛЕДНИЙ ХОД КОРОЛЕВЫ». (12+)  
04.10 «Хорошие песни». (12+)  
05.30 Московская неделя. (12+)

3 ТВ-3



- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 06.00 «Мультфильмы». (0+)  
07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)  
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
10.30 «ТЕМНЫЙ МИР». (16+)  
12.45 «ТЕМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)  
14.45 «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ». (16+)  
16.45 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+)  
19.00 «ПРОРОК». (16+)  
У Криса Джонсона есть секрет, который не дает ему спокойно жить - он может на несколько минут заглядывать в свое собственное будущее. Устав от бесконечного внимания правительства и медицинских центров, пытающихся разгадать природу его удивительных способностей, Крис прячется в Лас-Вегасе и зарабатывает на жизнь азартными играми.  
21.00 «ГОСТЬ». (16+)  
23.15 «ТРИГГЕР». (16+)  
04.00 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 06.30 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
10.00 Пять ужинов. (16+)  
10.15 «ВТОРАЯ ЖЕНА». (16+)  
Главная героиня картины Марина замужем за успешным бизнесменом Егором, у них благополучный брак, но нет детей. Богатая и спокойная жизнь Марины вдруг оказывается иллюзией, когда Егор погибает под колёсами поезда, и после его смерти из шкафа выпадают все скелеты: муж оставил после себя сплошные долги, а в придачу - вторую «жену» Лиду.  
14.45 «В ТИХОМ ОМУТЕ...» (16+)  
19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)  
23.45 Самопознание с Юлией Меньшовой. (16+)  
01.05 «СТРАСТЬ». (16+)  
04.40 «б кадров». (16+)  
04.50 «Эффект Матроны». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 06.30 «ЗАКОН ТАЙГИ». (16+)  
09.00 «Фирменный рецепт с Емельяненко». (12+)  
09.30 «ЗАКОН ТАЙГИ». (16+)  
23.15 «ПРАВДА». (16+)  
У Надежды счастливый роман с Сергеем. Вскоре он делает Наде предложение. Выходные они собираются провести за городом, Сергей обещает устроить сюрприз. Внезапно жених бесследно исчезает, а Надю и в самом деле ждет сюрприз...  
01.05 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)  
04.15 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА**
- 05.05 «ЕДИНСТВЕННАЯ ДОРОГА». (12+)  
06.50 «ВЫСОТА 89». (16+)  
09.00 «Новости недели». (16+)  
09.25 «Служу России». (12+)  
12.20 «Война миров». (16+)  
15.40 «Секретные материалы». (16+)  
18.00 «Главное». (16+)  
19.40 «Легенды советского сыска». (16+)  
23.00 «Фетисов». (12+)  
23.55 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ». (12+)  
01.35 «СЕМЬ ЧАСОВ ДО ГИБЕЛИ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)  
10.00 «Умные машинки». (0+)  
11.00 22.45 «Такие разные». (12+)  
12.00 «Неделя». (12+)  
12.30 «Марафон». (12+)  
13.30 «Территория успеха». (12+)  
14.00 «Открываем Воронеж». (12+)  
14.15 «ПЕРЕД РАССВЕТОМ». (16+)  
15.45 «Большие истории малой Родины». (12+)  
16.15 «Просто жизнь». (12+)  
16.45 «Точка.ру». (12+)  
17.15 «Футбол губернии». (12+)  
17.45 «СЛЕДЫ НА ВОДЕ». (16+)  
19.30 «Неделя». (12+)  
20.00 «Арт-Проспект». (12+)  
20.30 «От 7 до 17». (12+)  
21.00 «БОЙ МЕСТНОГО ЗНАЧЕНИЯ». (16+)  
23.45 «Большие истории малой Родины». (12+)  
00.15 «Марафон». (12+)  
01.15 «Формула здоровья». (12+)  
01.45 «Великий, могучий». (12+)  
02.00 «МАЛАЯ СЦЕНА». (12+)  
03.15 «БОЙ МЕСТНОГО ЗНАЧЕНИЯ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! ТВ**
- 07.00 14.50 Новости  
07.05 19.00 21.00 00.00 Все на Матч!  
09.40 Футбол. Грузия - Чехия. Чемпионат Европы-2024. (6+)  
11.45 01.40 Футбол. Бельгия - Румыния. Чемпионат Европы-2024. (6+)  
13.50 «Центральный круг»  
14.55 Регби. «Локомотив-Пенза» - «Динамо». PARI Чемпионат России. Прямая трансляция  
16.55 Футбол. ЦСКА - «Зенит». Суперлига. Женщины. Прямая трансляция  
19.15 Брейкинг. Спортивные игры стран БРИКС. Прямая трансляция  
21.45 Футбол. Швейцария - Германия. Чемпионат Европы-2024. Прямая трансляция  
00.45 «Один день на ЕВРО». (12+)  
01.10 Футбол. Обзор.  
03.45 Новости. (0+)  
03.50 Фехтование. (0+)
- МАТЧ СТРАНА**
- 06.00 Дзюдо. Спортивные игры стран БРИКС. (16+)  
08.05 21.20 Художественная гимнастика. Спортивные игры стран БРИКС. (0+)  
11.30 05.30 Что по спорту? (12+)  
11.55 Регби. «Енисей-СТМ» - «Слава». PARI Чемпионат России. Прямая трансляция  
13.55 География спорта. (12+)  
14.50 Автоспорт. СМП РСКГ Эндурэнс. Кубок России. Прямая трансляция. «Казань ринг»  
18.40 Регби. «ВВА-Подмосковье» (Монино) - «Красная Яр» (Красноярск). PARI Чемпионат России. (12+)  
20.30 01.35 Спортивная неделя. Итоги. (12+)  
23.50 Брейкинг. Спортивные игры стран БРИКС. Трансляция из Казани. (0+)  
02.05 Регби. «Локомотив-Пенза» - «Динамо» (Москва). PARI Чемпионат России. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 07.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)  
07.30 У-Дачный чарт. (16+)  
08.30 Teen чарт. (16+)  
09.00 Очень караочен. (16+)  
09.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)  
10.35 Лига свежих клипов. (16+)  
11.00 Юмор FM чарт. (16+)  
12.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)  
13.00 Плейлист. Под шашлы-
- чок. (16+)  
14.00 Моя волна. (16+)  
15.00 Премия МУЗ-ТВ-2024. Возвращение. Пре-шоу «Красная дорожка». (16+)  
16.30 Премия МУЗ-ТВ-2024. Возвращение. Церемония награждения. (16+)  
22.00 ВК Меломаны. (16+)  
23.00 ВК Громкий вопрос. (16+)  
00.00 ВК Контакты. (16+)  
01.00 10 Sexu с Алёной Бейлой. (18+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 VIJU TV1000**
- 05.30 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)  
07.05 «ЛУЛУ И БРИГГС». (16+)  
09.05 «ГОСФОРД-ПАРК». (16+)  
11.50 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)  
14.00 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)  
16.35 «ИНФЕРНО». (16+)  
19.00 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (18+)  
Спортивная драма, США, 2015 г.  
21.05 «ВОСКРЕШАЯ ЧЕМПИОНА». (18+)  
Спортивная драма, США, 2007 г.  
23.20 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)  
01.50 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (18+)  
04.00 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (12+)
- TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ**
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
06.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)  
09.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
10.00, 11.00, 12.05, 13.05, 14.05, 15.05, 16.10, 17.10 «ГАДАЛКА». (16+)  
18.10 «СЕРДЦЕ ПАРМЫ». (16+)  
Историческая фантазия-драма, Россия, 2022 г.  
21.10 «ПЕРВЫЕ». (16+)  
Историческая мелодрама, Россия, 2017 г.  
23.05 «ГАРДЕМАРИНЫ 1787. МИР». (16+)  
01.20 «ГАРДЕМАРИНЫ 1787. ВОЙНА». (16+)  
02.50 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)  
04.25 «Снежная королева». Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО**
- 05.40 «Коты Эрмитажа». Мультфильм. (6+)  
07.00 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)  
08.25 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)  
09.50 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)  
11.10 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)  
12.35 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)  
14.00 «Я ХУДЕЮ». (16+)  
Россия, 2018 г.  
16.00 «СВАТЫ». (16+)  
23.00 «ДНЕВНОЙ ДОЗОР». (16+)  
Россия, 2005 г.  
01.40 «МИНИМАКС». (16+)  
03.00 «ОН - ДРАКОН». (16+)
- СУББОТА! СУББОТА!**
- 05.00, 06.40, 12.00, 02.55 «Маша и Медведь». «Машинные сказки». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машинки страшлики». Мультсериалы. (0+)  
06.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)  
11.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)  
16.30 «Буба». «Готовим с Бубой». Мультсериалы. (0+)  
21.00 Богиня сыска. (16+)  
22.10 Богиня шоппинга. (16+)  
23.20, 23.40, 00.20, 00.40, 01.10 «МАХАБХАРАТА». (16+)  
01.30, 02.20 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)  
Сериал. Мелодрама, Турция, 2020 г.
- КИНОКОМЕДИЯ**
- 02.45 «ДЕТИ СЕКСУ НЕ ПОМЕХА». (18+)  
04.40 «КРАСАВЧИК СО СТАЖЕМ». (16+)  
06.25 «ПИКСЕЛИ». (12+)  
08.20 «СЕРДЦЕДЕДКИ». (18+)  
10.40 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК». (16+)  
12.25 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)  
14.15 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)  
16.05 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)  
17.50 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (18+)  
19.30 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 1. НАЧАЛО». (18+)  
21.00 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (18+)  
22.40 «БАНДИТКИ». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
- 06.00 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (12+)  
07.25 «АВТОМОБИЛЬ, СКРИПКА И СОБАКА КЛЯКСА». (12+)  
09.10 «АЙБОЛИТ-66». (12+)  
11.00 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)  
16.25 «СПОРТЛОТО-82». (12+)  
18.05 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)  
Молодой одаренный историк Нестор Северов, провалив экзамен в аспирантуру и поссорившись с невестой, отрешается от науки и личной жизни и решает заняться общественно полезным делом...  
23.00 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)  
00.45 «МАЙОР «ВИХРЬ». (12+)  
04.20 «ОПТИМИСТИЧЕСКАЯ ТРАГЕДИЯ». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)  
Сериал. Россия, 2005 г. В ролях: Анна Большова, Эвклид Кюрдзидис, Ирина Гринева, Дмитрий Щербина  
12.00, 20.00, 04.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ДОКТОР ИВАНОВ. ЧУЖАЯ ПРАВДА». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)  
00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)  
02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- СТС LOVE**
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)  
06.10 «МОЛОДЕЖКА». (16+)  
Команда готовится к следующей игре, Кисляк просит Макеева отменить его решение. Егор не в силах исправить ситуацию, которая возникла из-за него. ВасГен советует Макееву в корне изменить свою жизнь. Судьбоносное решение, а свидание с Алиной оборачивается для Пономарёва очередным испытанием.  
23.00 КликКлак шоу. (16+)  
01.25 Сердца за любовь. (16+)  
05.50 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)  
05.15 Святой Дух. Фильм 1: Кто Он? (6+)  
Святой Дух - кто Он? Как Его стяжать? Как распознать и получить Его плоды и дары? Борис Корчевников отправился в святые обители и в далекие горные скиты отшельников, в места подвигов святых, чтобы найти ответы на эти вопросы...  
06.40 Святой Дух. Фильм 2: Как Его стяжать? (6+)  
08.15 Святой Дух. Фильм 3: Плоды и дары Духа. (6+)  
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)  
12.45 Лето Господне. Троица. (6+)  
15.20, 04.10 Русское кладбище под Парижем. (12+)  
16.15 «АНДРЕЙ РУБЛЕВ». 1 серия. (12+)  
18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)  
19.30 Щипков. (12+)  
19.40 «АНДРЕЙ РУБЛЕВ». 2 серия. (12+)  
21.35, 03.20 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)  
22.35 Святой Дух. Фильм 1: Кто Он? (6+)  
00.05 Спас-стрим. (16+)  
01.35 День Патриарха. (0+)  
01.45 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)  
03.10 Щипков. (12+)

Православный календарь

23 июня  
Неделя 8-я по Пасхе. Глас 7.  
День Святой Троицы. Пятидесятница.

Сщмч. Тимофея, еп. Прусского. Обретение мощей свт. Василия, еп. Рязанского. Собор Рязанских святых. Свт. Иоанна, митр. Тобольского. Собор Сибирских святых. Сщмч. Митрофана пресвитера и иже с ним мучеников многих. Прп. Фамари Марджановой, исп. (Груз.) Мчч. Александра и Антонины девы. Прп. Феофана Антиохийского. Свт. Вассиана, еп. Лавдийского. Прп. Силуана, схимника Печерского. Сщмч. Тимофея пресвитера.

Поста нет.

« Красота души: целомудрие, скромность, милосердие, любовь, дружелюбие, страх Божий, правда». Свт. Иоанн Златоуст

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.

Петрович выехал на вызов в самом конце рабочего дня и рабочей недели – в пятницу вечером.

– Эх, так хотел сегодня же на дачу уехать, но, видно, не судьба, – поделился он с напарником своими опасениями.

– Да погоди ты огорчаться, – ответил напарник. – Может, там всех дел на полчаса.

– Ну конечно, кража – и на полчаса, так не бывает.

– Все бывает, Петрович, тебе ли не знать.

И тут он вспомнил одну кражу, которую раскрыл действительно за каких-то полчаса. Причем ровно в такое же время – в пятницу вечером. Правда, дело-то было летом, а зимой, и на дачу он, конечно, не собирался...

# Однажды в пятницу вечером

...Их встретил в с о к и й мужчина в костюме-тройке:

– Здравствуйте, проходите, мы уж ждали. Профессор Игнатьев, – со значением сказал он и протянул руку.

Петрович пожал протянутую профессором руку, представился и спросил: – Что случилось?

– Пропал рисунок, очень ценный, старинный.

– Что за рисунок?

Небольшой карандашный набросок: крестьяне трапезничают в избе за столом. По некоторым данным, во главе стола изображен мой пра-пра-пра-пра-прадед, крестьянин Орловской губернии Иван Савельевич Игнатьев. Он был крепостным, а внук его, Николай, выбился в купцы. На рисунке показан простой крестьянский быт, на

столе – незамысловатая еда: чугунок с картошкой, пара лукович, крынка с мо-локом или квасом. Понимаете, это память предка, для меня этот рисунок бесценен.

– Что-нибудь

еще, кроме рисунка, пропало? – спросил Петрович.

– Да, пропало, но, право слово, сущая ерунда, – ответил профессор. – Пара фарфоровых статуэток прошлого века, что-то из столового серебра... Ложечки, кажется, чайные, подарок свадебный. Жена очень расстроилась из-за этих ложечек, а по мне не стоят они того, новые купим. Вот рисунок пропавший – это да, фамильная реликвия, пятнадцатый век, такого нигде не купишь...

– Все эти предметы находились в одном месте?

– Да, вон в том шкафу со стеклянными дверцами.

Петрович посмотрел в направлении, указанном профессором. Комната была меблирована довольно хаотично, словно предметы занесли и расставили куда попало. Шкаф со стеклянными дверцами, из которого пропали вещи, был практически закрыт высоким стеллажом, снизу доверху уставленным книгами. «Тут и весь шкаф можно вынести, хозяева вряд заметят», – подумал Петрович.

– Когда вы обнаружили пропажу? – спросил он профессора.

Сегодня и обнаружил. Планировался званый ужин, ложечки понадобились. Жена пошла за ними, а там пусто.

– Как думаете, кто мог совершить кражу? – прервал его майор.

– Представления не имею! – воскликнул профессор. – Гостей у нас не было, посторонних тоже. Соседка намедни за солью забегала, но она дальше прихожей не проходила. А больше не было никого. Даже не знаю, что и думать.

– А вы все-таки подумайте, кто еще из посторонних приходил к вам и при этом был в гостиной? – настаивал Петрович.

– Вспомнил! – вскрикнул вдруг профессор. – Сергей Константинович приходил. И он был в гостиной, причем довольно

долго, пока я варил кофе. Это человек, который продал мне рисунок.

– Продал? – удивился Петрович. – И как дорого?

– Очень дорого, – ответил профессор. – Но это не имеет никакого значения. Это же история моего рода, для меня этот кусок бумаги бесценен!

Петрович внимательно посмотрел на собеседника и вдруг спросил:

– А вы, простите, профессор чего?

– В смысле? – оторопел от неожиданности тот, но все же ответил: – Я профессор физики. А что?

– А то, что этот ваш Сергей Константинович как минимум мошенник, как максимум – еще и вор. Поэтому давайте-ка нам его координаты и никогда больше не доверяйте проходимцам.

Виктория АНДРЕЕВА



Ответ на загадку в № 23: жена оставила Петровичу карту, но забыла указать пин-код.

Почему Петрович решил, что Сергей Константинович – мошенник?

Ответ читайте в следующем номере.

Рис. Юлины Светловой

## СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

17 июня Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 20 ч. 46 м. Долгота дня: 16 ч. 44 мин.

Растущая Луна в знаке Скорпиона

18 июня Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 20 ч. 46 м. Долгота дня: 16 ч. 44 мин.

Растущая Луна в знаке Скорпиона

19 июня Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 20 ч. 47 м. Долгота дня: 16 ч. 45 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

20 июня Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 20 ч. 47 м. Долгота дня: 16 ч. 45 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

21 июня Восход: 4 ч. 02 м. Заход: 20 ч. 47 м. Долгота дня: 16 ч. 45 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

22 июня Восход: 4 ч. 03 м. Заход: 20 ч. 47 м. Долгота дня: 16 ч. 44 мин.

Полнолуние, Луна в знаке Козерога

23 июня Восход: 4 ч. 03 м. Заход: 20 ч. 47 м. Долгота дня: 16 ч. 44 мин.

Убывающая Луна в знаке Козерога

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 17 ПО 23 ИЮНЯ

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

17 ИЮНЯ

В 1925 году был подписан Протокол о запрещении применения на войне ядовитых и других подобных газов и бактериологических средств (Женевский протокол). В 1955 году выполнил свой первый полет первый советский реактивный пассажирский самолет Ту-104.

18 ИЮНЯ

В 1880 году в Москве был открыт памятник Александру Сергеевичу Пушкину.

19 ИЮНЯ

В 1862 году президент Авраам Линкольн принял закон об отмене рабства на всей территории США.

23 ИЮНЯ

В 1899 году в России принят Монетный устав. В 1920 году создана Всероссийская Чрез-

вычайная комиссия по ликвидации безграмотности.

20 ИЮНЯ

В 1881 году в Нижнем Новгороде была проведена первая в России линия телефонной связи.

В 1945 году в Москву из Берлина доставлено Знамя Победы.

21 ИЮНЯ

В 1925 году в Москве было открыто регулярное таксомоторное движение.

22 ИЮНЯ

В 1941 году началась Великая Отечественная война.

В 1941 году началась героическая оборона Брестской крепости.

23 ИЮНЯ

В 1868 году была запатентована пищащая машинка.

### ИМЕНИННИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

17 ИЮНЯ. Георгий, Мефодий, Митрофан, Пётр.  
18 ИЮНЯ. Дорофей, Игорь, Леонид, Михаил, Николай.  
19 ИЮНЯ. Виссарион, Иларион, Рафаил, Фёкла.  
20 ИЮНЯ. Валентин, Валерий, Вениамин, Виктор, Владимир, Павел.  
21 ИЮНЯ. Василий, Григорий, Константин, Феодор.  
22 ИЮНЯ. Александр, Алексей, Кирилл, Мария.  
23 ИЮНЯ. Антонина, Василий, Иоанн, Тимофей.

### ПРАЗДНИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТЬ

17 ИЮНЯ ■ Международный день мотоциклиста  
■ Всемирный день мусорщика  
18 ИЮНЯ ■ День службы военных сообщений Вооруженных Сил России ■ Международный день пикника  
19 ИЮНЯ ■ Международный день прогулки  
20 ИЮНЯ ■ День специалиста минно-торпедной службы ВМФ России ■ Всемирный день Wi-Fi  
21 ИЮНЯ ■ День кинолога ■ День гидрографии  
■ Международный день йоги ■ День селфи  
22 ИЮНЯ ■ День памяти и скорби – день начала Великой Отечественной войны (1941 г.)  
23 ИЮНЯ ■ День балалайки – Международный праздник музыкантов-народников

## НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ Фёдор Стратилат грозами богат

17 июня по народному календарю отмечали день Митрофана Навозника. Дождь в этот день говорил о том, что такая погода будет еще три дня. На Дорофеев день, 18 июня, было принято наблюдать за ветром: северо-западный ветер – нагонял лето сырое и прохладное.

Если утром 19 июня, в день Лариона Пропольника, слышался гром, начинали готовиться к дождю. Силу дождя определяли по силе раскатов грома. Если гром был звонкий – будет ливень, а если глухой – то небольшой дождь.

20 июня, в день Федота Стража, крестьяне ранним утром ходили в дальние луга, чтобы спрогнозировать будущий урожай: обильные росы сулили плодородный год.

21 июня, в день Фёдора Колодезника, нередко случались грозы, и в народе говорили: «Фёдор Стратилат грозами богат». Приметы этого дня были связаны с грозой: если долго гремел гром – ожидали долгого ненастья, а если он переходил с места на место – это предвещало сильные осадки. 22 июня, в день Кирилла Солнцеворота, ходили в лес. Если ягод много, жди зиму холодную. На Тимофеев день, 23 июня, было принято наблюдать за птицами: курицы машут хвостом – к осадкам, вороны нахохлились – готовься к непогоде.

– Девушка, вы что, знаков не видите?! Здесь можно только в одну сторону ехать! – А я что, в две стороны еду?



## 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.  
Редакционный 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

Отдел подписки: Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru  
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.  
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В.  
Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273  
Ведущий дизайнер: НЕМЫКИН Н.Н.  
Телефон департамента рекламы: +7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 24 (449).  
Дата подписания в печать: 01.06.2024 г. Дата производства: 11.06.2024 г. Дата выхода в свет: 12.06.2024 г. Тираж 49 290 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ПТВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л. Тел.: +7(473) 246-52-70  
Заказ 4008. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.  
Тираж этого номера 858 740 экз.  
Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. Еженедельная 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://podpiska.pochta.ru  
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.  
Копирование без указания источника запрещено.

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





**Вышний Волочек**  
104,5 FM

**Губкин**  
104,0 FM

**Задонск**  
103,9 FM

**Липецк**  
97,9 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

**Тверь**  
89,4 FM

ДОСТУПНО  
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

# «...кто жаждет, иди ко Мне и пей»



**В** последний же великий день праздника стоял Иисус и возгласил, говоря: кто жаждет, иди ко Мне и пей. Кто верует в Меня, у того, как сказано в Писании, из чрева потекут реки воды живой. Сие сказал Он о Духе, Которого имели принять верующие в Него: ибо еще не было на них Духа Святаго, потому что Иисус еще не был прославлен. Многие из народа, услышав сии слова, говорили: Он точно пророк. Другие говорили: это Христос. А иные говорили: разве из Галилеи Христос придет? Не ска-

зано ли в Писании, что Христос придет от семени Давидова и из Вифлеема, из того места, откуда был Давид? Итак произошла о Нем распря в народе. Некоторые из них хотели схватить Его; но никто не наложил на Него рук. Итак служители возвратились к первосвященникам и фарисеям, и сии сказали им: для чего вы не привели Его? Служители отвечали: никогда человек не говорил так, как Этот Человек. Фарисеи сказали им: неужели и вы прельстились? Уверовал ли в Него кто из начальников, или из фарисеев? Но этот народ невежда в законе, проклят он. Никодим, приходивший к Нему ночью, будучи один из них, говорит им: судит ли закон наш человека, если прежде не выслушают его и не узнают, что он делает? На это сказали ему: и ты не из Галилеи ли? рассмотри и увидишь, что из Галилеи не приходит пророк.

**О** пять говорил Иисус к народу и сказал им: Я свет миру; кто последует за Мною, тот не будет ходить во тьме, но будет иметь свет жизни. (Ин. 7:37-52, 8:12)

Этот отрывок из Евангелия от Иоанна будет читаться в православных храмах 23 июня, в воскресенье.

**Д**анное чтение начинается с призыва, который Иисус Христос обращает к участвующим в празднике... Именно в этот день, когда все собирались в храме для особенных жертвоприношений, Иисус обратился к людям с удивительными словами: «Кто жаждет, иди ко Мне и пей. Кто верует в Меня, у того, как сказано в Писании, из чрева потекут реки воды живой».

**П**опробуем услышать эти привычные слова так, как они звучали в тот самый момент. Для людей, участвовавших в празднике, образ воды – это образ того, что дано Богом. Их предки умирали в пустыне, и Бог дал им воду. Они вспоминают об этом событии и в то же время слышат проповедника Иисуса, Который зовет к Себе тех, кто жаждет.

**П**ораженные этим дерзновенным призывом, многие задумываются над тем, Кто перед ними. Пророк? Мессия? Кто может сравнить себя с Богом? Может быть, этот человек говорит от себя? Именно так рассуждали первосвященники и фарисеи, которые забывали обычные распри и объединяются в своем негодовании. Они посылают слуг, чтобы те схватили Христа, но слуги приходят ни с чем. Их спрашивают: почему же вы не привели Его? И слышат в ответ: никогда не говорил так человек, как этот Человек.

**С**овременные ученые, которые исследуют контекст жизни Христа и апостолов, говорят, что Спаситель часто использует в речи всем известные образы, обыгрывает пословицы и



Комментирует священник Стефан Домусчи

реальные истории из общественной жизни. Иными словами, часто Он говорит именно «как все» для того, чтобы Его поняли. И это значит, что, когда слуги говорили: «Никогда никто из людей так не говорил», они имели в виду не слова и образы, но нечто совершенно другое. Они видели, что Христос говорит, как власть имеющий, как свет миру. Конечно, они были правы. Никогда не говорил так человек, потому что никогда прежде с людьми не говорил воплотившийся Бог.

Фото предоставлено радио «Вера»

## ПОДПИСКА на 2024 год

## ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! Вы можете оформить подписку на 2-е полугодие 2024 года на издание «ТЕЛЕК Черноземье»



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2912**

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость подписки на 2-е полугодие 2024 года\*

на 1 месяца	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
212,27 ₽	424,54 ₽	636,81 ₽	849,08 ₽	1061,35₽	1273,62 ₽

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

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

### ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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



инструкция онлайн-подписки на сайте [podpiska.pochta.ru](http://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.

Отсканируйте QR-код, перейдите на сайт Почты России и оформите подписку на издание «ТЕЛЕК Черноземье»



**П2912**

«ТЕЛЕК Черноземье»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

В жаркий летний день меньше всего хочется горячей еды.

Тем не менее, есть все же нужно. Хорошо, если это будет что-то такое, что и насыщает, и охлаждает. Идеальный вариант в этом случае – холодный суп. Холодные супы любят во всех странах, хорошо знакомых с летней жарой. Чаще всего их готовят на молочных продуктах: кефире, мацони, простокваше, йогурте и т.п. В русской кухне очень популярны холодные супы на квасе, самый известный из которых – окрошка. Для дополнительного охлаждения в такой суп можно добавить лед.

### Ботвинья царская

Русская кухня.

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 133 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 600 мл кваса ■ 500 г осетрины ■ 400 г шпината ■ 400 г щавеля ■ 2 яйца ■ 300 г молодой свекольной ботвы ■ 2-3 огурца ■ по небольшому пучку петрушки, укропа и зеленого лука ■ 1 ст. л. растительного масла ■ молотый черный перец ■ соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Рыбу опустить в горячую воду, варить 20 минут, дать полностью остыть. Яйца сварить вкрутую.
- 2 Свекольную ботву, шпинат и щавель опустить в кипящую подсоленную воду на 1-2 минуты, откинуть на дуршлаг, мелко нарезать.
- 3 Огурцы очистить, нарезать тонкой соломкой, яйца разрезать на 4 части, зелень мелко порубить.
- 4 В кастрюле соединить всю нарезанную зелень и огурцы, добавить 1 ст. л. растительного масла, посолить, поперчить, перемешать, залить холодным квасом, разлить по тарелкам; в каждую тарелку положить по куску осетрины и четвертинке яйца.

– Дорогая, этого супа надо было сварить литров тридцать.

– Он тебе так понравился?

– Нет, просто тогда он был бы не такой солёный.



# Желанны и вкусны в жару летние супы



### Холодный суп «Сальморехо»

Испанская кухня.

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 127 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1 кг спелых помидоров ■ 200 г белого хлеба ■ 2 яйца ■ 150 г подкопченной ветчины ■ 2-3 зубчика чеснока ■ 1 ч. л. виноградного уксуса ■ соль ■ растительное (оливковое) масло ■ молотый черный перец



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Помидоры надсечь, опустить на 1 минуту в кипяток, обдать холодной водой, снять шкурку.
- 2 Помидоры и хлеб нарезать кубиками, чеснок очистить и измельчить.
- 3 В чашу блендера сложить помидоры, хлеб, чеснок, влить уксус и 100 мл холодной воды, взбить до однородности, посолить, поперчить, убрать в холодильник.
- 4 Яйца сварить вкрутую, остудить, нарезать кубиками, ветчину нарезать такими же кубиками.
- 5 Охлажденный суп разлить по тарелкам, в каждую положить яйца и ветчину, сбрызнуть оливковым маслом.

### Шалтибарцай

Литовская кухня.

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 132 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1,5 л кефира (простокваши) ■ 2-3 свеклы (500 г) ■ 6 яиц ■ 3 огурца ■ соль ■ 2-3 стебля зеленого лука ■ 3-4 веточки укропа ■ сахар



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Свеклу тщательно вымыть, обернуть фольгой, запечь в разогретой до 180 градусов духовке до готовности (~1 час), дать полностью остыть, очистить, нарезать тонкой соломкой (или натереть на крупной терке).
- 2 Переложить нарезанную свеклу в кастрюлю, залить водой так, чтобы она едва покрывала свеклу, довести до кипения, варить 5 минут, дать полностью остыть, убрать в холодильник на 1-2 часа.
- 3 Яйца сварить вкрутую; 4 штуки мелко порубить, оставшиеся разрезать пополам.
- 4 Огурцы нарезать тонкой соломкой (или натереть на крупной терке), зелень мелко нарубить.
- 5 В кастрюлю со свеклой добавить огурцы, нарубленные яйца и зелень, залить холодным кефиром, добавить сахар и соль, перемешать.
- 6 При подаче в каждую тарелку положить по половинке яйца.

### Холодник со щавелем

Русская кухня.

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 128 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 2 яйца ■ 2 свежих огурца ■ 1 свекла ■ пучок щавеля ■ 2-3 веточки укропа ■ 30 г зеленого лука ■ 2 ст. л. сметаны ■ 1 ч. л. яблочного уксуса ■ сахар ■ молотый черный перец ■ соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Свеклу запечь в духовке или сварить до готовности, дать остыть, натереть на крупной терке.
- 2 Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, разрезать пополам.
- 3 Щавель нарезать полосками, залить 1 стаканом кипятка, довести до кипения, снять с огня, дать остыть.
- 4 Огурцы нарезать тонкой соломкой, зелень мелко порубить.
- 5 В кастрюле соединить свеклу, огурцы, зелень, щавель (вместе с отваром), влить 1 л холодной кипяченой воды, добавить уксус, сметану и щепотку сахара, посолить, поперчить, перемешать.
- 6 При подаче в каждую тарелку положить половинку яйца.

#### СОВЕТ К РЕЦЕПТУ

Холодник станет более сытным, если добавить отварной картофель.



### Холодный суп из цукини

Хорватская кухня.

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 89 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 700 г молодых цукини (или кабачков) ■ 150 мл жирных сливок ■ 1 лимон ■ 30 г очищенных фисташек ■ пучок шпината ■ 3 веточки зеленого базилика ■ горсть рукоты ■ 1 маленькая молодая луковичка ■ соль ■ 1 зубчик чеснока ■ растительное (оливковое) масло ■ молотый черный перец



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Цукини нарезать небольшими кусками, лук и чеснок очистить, снять листики с базилика, выжать сок из половинки лимона, половину фисташек не крупно порубить.
- 2 В чашу блендера сложить цукини, целые фисташки, листики базилика, лук, чеснок, шпинат, взбить до однородности, убрать в холодильник для охлаждения.
- 3 В остывшее пюре добавить лимонный сок и сливки, посолить, поперчить, перемешать.
- 4 При подаче в каждую тарелку положить немного рукоты, посыпать рублеными фисташками, сбрызнуть оливковым маслом.

Знакома ли вам крассула? А между тем, это очень популярное растение, больше известное как денежное дерево, или толстянка.

Относится это растение к суккулентам, а значит, очень нетребовательно в уходе. Чем старше и больше крассула становится, тем более эффектно выглядит. В природе вырастает до четырех метров. В домашних условиях крассула может достичь двухметровой высоты.

# Денежное дерево



## Освещение

Денежное дерево не очень требовательно к освещению. Единственное, чего не любит, так это крайностей – слишком затененный угол и жгучее солнце в летний полдень. А еще денежное дерево не любит переизобилие: плохо переносит частое изменение своего местоположения. К изменениям освещения растение тоже нужно приучать постепенно. На летнее время можно вынести крассулу на балкон, понемногу увеличивая ее время нахождения там. И не забывайте каждый раз поворачивать горшок с растением новой стороной к свету. Это нужно для того, чтобы крона росла красивой шапкой.

## Полив

Если вы однажды забудете полить крассулу, она это с легкостью переживет за счет запаса влаги в листьях. Но злоупотреблять этим качеством денежного дерева не стоит. Длительная засуха грозит сморщиванием листьев и потерей декоративности. Поэтому важно поливать растение регулярно, но не слишком обильно. Излишек воды крассуле тоже не понравится. Для полива обязательно используйте отстоянную воду комнатной температуры или даже чуть теплее.

## Обрезка

Чтобы толстянка выросла красивым пышным деревом, ее обязательно нужно подвергать формирующей обрезке. Как только укорененный черенок или маленькое деревце достигнет высоты 20–25 см, верхушку прищипывают и удаляют листочки в тех местах, где нужно получить ветвление. Если же растение старое и сильно изросло, то и ему можно провести омолаживающую обрезку. Определите желаемую высоту. После чего срежьте верхушку, а место среза присыпьте толченым древесным углем или золой. Затем продолжайте формирование кроны по мере отрастания боковых побегов.

## Удобрения

Для стабильного роста крассулы рекомендуется с весны и до осени вносить каждые две недели (можно чуть реже) комплексные удобрения для суккулентов и кактусов.

## Влажность

Особых требований к влажности воздуха у денежного дерева нет. Можно время от времени купать растение под душем, предварительно завернув горшок с землей в пленку или пакет от попадания воды. Это поможет быстро смыть пыль с листьев. А еще растение вам будет очень благодарно, если вы станете время от времени протирать листья влажной тряпочкой.

## Температура

Лучше всего крассула чувствует себя в диапазоне температур от 22 до 28 градусов. С приходом осени и до весны желательны более низкие температуры, 10–15 градусов. Теплую зимовку крассула переносит хуже и может утратить свою декоративность и даже потерять часть листьев.

## КСТАТИ

### РАДОСТНОЕ СОБЫТИЕ

*Толстянка в домашних условиях может цвести. Правда, происходит это довольно редко и возраст растений должен быть не менее пяти лет. И даже есть примета: если толстянка цветет, обязательно произойдет что-то хорошее. И неважно, насколько эта примета правдива.*

## Пересадка

Денежное дерево не нуждается в ежегодной пересадке. Толстянку можно пересаживать по мере роста, когда горшок станет тесен для нее. Грунт используется специальный для кактусов и суккулентов. На дно горшка обязательно выложите дренажный слой.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

## НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА



В славную летопись истории нашей страны вписаны сотни имён наших великих соотечественников, деятелей науки и искусства, учёных и изобретателей. Давайте вспомним некоторые имена из этой яркой плеяды знаменитых личностей.

# Российские учёные и изобретатели

**1** Все мы знаем, что Михаил Васильевич Ломоносов – великий учёный, внёсший огромный вклад в развитие самых разных областей науки, литературы, искусства. Открытия и изобретения Ломоносова опережали время, двигали вперёд развитие цивилизации. Достаточно вспомнить открытый гениальным Ломоносовым закон сохранения массы в химических реакциях или открытие учёным атмосферы у планеты Венеры. В сфере интересов Михаила Васильевича были физика, химия, минералогия, естественные науки, геология, история, философия и, конечно, искусство. Михаил Васильевич гордился тем, что основал стекольный завод, возродил древнее искусство мозаики и стал конкурировать в производстве витражей с законодателем мод в этой области – Италией. Его научно-исследовательская и учебная лаборатория стала первой в России. Из созданных Ломоносовым 40 мозаик сохранилось только 24. Самая известная – (размером 4,8 x 6,4 метра) сегодня украшает парадную лестницу Академии Наук в Санкт-Петербурге. Как автор назвал это своё уникальное творение, над которым работал три года?

- а) «Портрет Петра I».
- б) «Портрет П.И. Шувалова».
- в) «Полтавская баталия».

**2** Русский математик и механик Пафнутий Чебышёв – автор уникальных научных трудов в области математики: теории чисел, приближения функций, работ в области математического анализа... Свою научную деятельность Пафнутий Львович сочетал с работами в прикладной математике и механике. Именно этот яркий, талантливый учёный положил начало теории структуры плоских механизмов. Напомним, в 1878 году Чебышёв на Всемирной выставке в Париже представил свою необычную конструкцию, которая имитировала шаги животного при ходьбе (лошади). Эта машина считается прабабушкой роботов, хотя само слово «робот» было предложено лишь в 1920-м. Как назвал автор свой механизм, который можно увидеть в московском Политехническом музее?

- а) Ногоход.
- б) Направляющий механизм.
- в) Стопоходящая машина.

**3** Мировой продукт из Алексеевки, который начал добывать крестьянин Даниил Бокарев, до сих пор пользуется большим спросом. Вспомним историю. Крепостной крестьянин графа Шереметева Даниил Бокарев за провинность в 1829 году был сослан в село Алексеевку, что находилось в Воронежской губернии. Инициативный, талантливый и трудолюбивый Бокарев, находясь в Алексеевке, создал производство и получил кустарным способом особо ценный пищевой продукт. Продукт оказался вкусен, ценен и востребован. И вскоре с помощью и участием купца Папушина был построен первый завод, а уже через год Данила Семёнович стал владельцем собственного производства. Какой продукт не только прославил изобретателя и Алексеевку, но и сделал в те далёкие годы село центром производства и экспорта этого продукта?

- а) Сыр с голубой плесенью.
- б) Сухой концентрированный рассольник в пакетике.
- в) Подсолнечное масло.

**4** Этот учёный активно участвовал в различных научных экспедициях на Урале, Кавказе, Донбассе, летал на воздушном шаре «Русский» (верхняя точка подъёма – 3,8 км, дальность 100 км), усовершенствовал теодолит для составления карт российских регионов. За изобретение высотомера был удостоен золотой медали Международной географической выставки, которая проходила в Париже. Среди его изобретений – маятники для измерения силы тяжести, точные весы и калориметр (измеряет количество теплоты, выделившееся во время опытов) и многое другое, что двигало прогресс. Имя этого учёного знает весь мир, его труды изучают химики всей планеты. Назовите его имя?

- а) Дмитрий Иванович Менделеев.
- б) Николай Иванович Пирогов.
- в) Александр Степанович Попов.

## ОТВЕТЫ

1-в. «Полтавская баталия». 2-в. Стопоходящая машина. 3-в. Подсолнечное масло. 4-а. Дмитрий Иванович Менделеев.

Именно так вы воскликнете, после прочтения данного материала, если собираетесь совершить покупку, но пока не определились с критериями.

# Вот этот миксер – самый подходящий!

**Ч**тобы начать выбирать конкретную модель, давайте рассмотрим, какие виды миксеров существуют на сегодняшний день.

## От простого к сложному

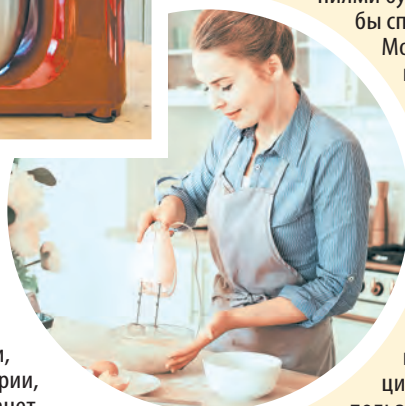
**Ручной миксер.** Это самый бюджетный вариант, достаточно небольшой и аккуратный. В его корпус вставляются венчики или крючки для замешивания теста. Такой миксер поможет приготовить бисквитный торт, взбить крем, замесить тесто для блинов. Для кухонь с ограниченными местами хранения кухонной утвари ручной миксер подойдет как нельзя лучше.

**Стационарный миксер** более габаритный и мощный, чем ручной. Он состоит из чаши и корпуса. Пользоваться им проще, чем ручным, из-за отсутствия необходимости его держать и нажимать на кнопку включения. Достаточно отмерить необходимое количество продуктов и установить нужный режим, и миксер сделает за вас практически всю работу. Стационарный миксер может справиться не только с бисквитом и кремом, но и с плотным тестом. Однако и места на кухне он будет занимать в порядок больше, и работать громче, чем ручной.



**Разговаривают подруги:**  
– Вчера вечером испытали новый миксер. Наполнили его спелыми помидорами и включили.  
– А потом?  
– А потом переклеивали обои на кухне.

**Планетарный миксер.** «Внедорожник» среди миксеров. Своё название он получил из-за конструкции и принципа работы. Кроме вращающейся чаши, в нем предусмотрены лопасти, которые движутся по траектории, напоминающей движение планет. Это позволяет смешивать даже самые плотные виды теста, причем без участия человека. По сути, планетарный миксер – это разновидность стационарного, но более современная и универсальная. Однако он и самый дорогой, тяжелый и габаритный.



## Мощность зависит от планов

Если мы говорим о технических характеристиках, основным параметром, на который следует обратить внимание, является мощность. Для ее определения важно правильно определить объем задач, с которыми придется столкнуться этому прибору.

Например, для **ручного миксера** средними значениями будут 350–400 Вт. Этого хватит, чтобы справиться с большинством задач.

Мощность **стационарного** в среднем составляет от 300 до 500 Вт.

Но если вы любитель поэкспериментировать с новыми вкусами и рецептами, то лучше отдать предпочтение прибору с мощностью не менее 500 Вт. **Планетарный миксер** имеет мощность от 600 Вт и выше.

Здесь также важно понимать, для каких блюд в основном будет использоваться данный прибор. Переключившись за функции, которыми вы ни разу не пользуетесь, тоже ни к чему.

## НА ЗАМЕТКУ БЕРЕГИТЕ МОТОРЧИК!

Важный показатель при выборе миксера – время непрерывной работы. Миксеры с небольшой мощностью нужно останавливать через каждые 5-10 минут, чтобы моторчик не сгорел.

## Скорости и режимы работы

У миксера может быть от 2 до 10 скоростей, в зависимости от выполняемых задач. Чаще всего в домашних условиях используется небольшое количество скоростей, как правило, 3-4. Большинство приборов имеют режимы, оптимизирующие работу аппарата:

- замедленный старт позволяет прибору постепенно набирать скорость, чтобы в процессе замешивания содержимое чаши не разлеталось по кухне;
- турборежим дает возможность долго работать при максимальных оборотах;
- импульсный режим помогает регулировать скорость вращения лопастей при нажатии на кнопку (чем сильнее нажатие, тем выше скорость).

Теперь мы уверены, что вы без труда сможете выбрать для себя тот миксер, который подойдет именно вам. Главное – определиться, с какими задачами предстоит столкнуться в процессе приготовления, а остальное – дело техники!

Светлана СИДОРЧУК

Ещё каких-то полвека назад существовал один вид подушек – квадратные перьевые.

**Т**еперь же от разнообразия размеров, форм и наполнителей просто голова идет кругом. Давайте разбираться, как подобрать ту самую, подходящую по всем параметрам?

## Размер и форма

Подушки по-прежнему бывают квадратными (чаще всего 70x70 см), но все чаще можно встретить прямоугольные модели (50x70 см). Они занимают меньше места, однако на качестве сна это никак не сказывается. Для оформления спальни зачастую используются оба комплекта подушек – и квадратные, и прямоугольные. Производители постельного белья учли этот момент, поэтому можно подобрать комплект наволочек из тканей-компаньонов. Можно также встретить подушки в форме волны с выемкой под плечо или напоминающие косточку. Они будут удобны для людей, которые предпочитают спать на боку, потому что удобно фиксируют положение шеи. Что касается высоты, то спящим на спине подойдет подушка средней высоты, 8-10 см. Если

# Уютная подушка для ваших сладких снов!



**Давно замечено: чем ближе утро, тем удобнее подушка!**

предпочитаете спать на животе, присмотритесь к подушкам высотой 6-8 см. Если вы любитель спать на боку, для вас оптимальной высотой будет величина, равная ширине плеча от основания шеи до основания руки. А если вы крутитесь всю ночь, выбирайте подушку средней высоты – не ошибетесь.

## Самое интересное – внутри

### ПУХ И ПЕРО

Пух делает подушку мягкой, а перо придает ей упругость. Такая подушка замечательно сохраняет тепло и быстро принимает первоначальную форму. Однако в таких подушках могут появиться пылевые клещи, плюс они могут вызвать аллергическую реакцию. Менять подушку с данным наполнителем придется довольно часто, каждые два года.

### БАМБУК

Он долговечный, легкий и упругий. Со временем волокно может деформироваться, но с учетом того, что подушка требует периодической замены, не будем считать этот факт значительным минусом. Учтите также, что бамбук быстро впитывает воду, поэтому с мокры-

ми волосами на такую подушку лучше не ложиться.

### ШЕРСТЬ ОВЕЦ И ВЕРБЛЮДОВ

Подушки с таким наполнителем упругие и мягкие, сохраняют тепло и хорошо пропускают воздух, но могут стать источником аллергии. Кроме того, шерсть иногда сваливается в комки. Плюс стирка шерстяному наполнителю противопоказана, придется обращаться в химчистку.

### ХЛОПКОВЫЙ НАПОЛНИТЕЛЬ

Хлопок деформируется довольно быстро, поэтому замена потребуется значительно чаще по сравнению с другими видами наполнителя. Хотя у хлопка есть свои плюсы: хорошая проницаемость воздуха, гипоаллергенность и мягкость.

### ГРЕЧНЕВАЯ ЛУЗГА

Натуральный наполнитель, хотя и достаточно твердый. Но благодаря этому свойству подушка сможет обеспечить достаточную поддержку для шеи. К тому же, лузга долговечна: года на три можно смело забыть про покупку новой подушки. Высоту можно

регулировать, добавляя или вынимая часть наполнителя.

### СИНТЕПОН

Упругий, доступный по цене, гипоаллергенный и простой в уходе. Однако он недостаточно жесткий и, к сожалению, недолговечный (замена потребуется через 1,5-2 года).

### ЛАТЕКС И ПЕНА С ЭФФЕКТОМ ПАМЯТИ

Используются в ортопедических подушках. Они твердые, плотные и хорошо поддерживают шею. Латекс может быть как натуральным, так и искусственным. Пена – искусственный материал, но она мягче латекса. Подушка четко повторяет контуры головы и шеи. Главные минусы – высокая стоимость и посредственная воздухопроницаемость.

### «ЛЕБЯЖИЙ ПУХ»

Подушка с таким наполнителем легкая, мягкая, имеет хорошую воздухопроницаемость и быстро принимает первоначальную форму. Минусов практически нет, за исключением искусственного состава, если это можно отнести к минусам. Светлана СИДОРЧУК

Капуста – неизменный житель наших огородов с незапамятных времён.

**П**роблема в том, что похрустеть капустой любят не только люди, но и многочисленные вредители. Конечно, существует масса эффективных химических препаратов, которые помогают бороться с незваными гостями, только будет ли капуста полезной после обработки «тяжелой» химией? Как вырастить любимый овощ без использования химии и побаловать семью экологически чистым урожаем?

# Как вырастить капусту без химии?

## Отпугиваем

**ВАРИАНТ 1**

Главными источниками неприятностей при выращивании капу-

сты являются многочисленные вредители культуры: капустница (капустная белянка), крестоцветные блошки и клопы, капустная муха, слизни. Как защитить от них капустные листья, не используя химии?

● **РЕГУЛЯРНОЕ МУЛЬЧИРОВАНИЕ КАПУСТНЫХ ПОСАДОК С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АРОМАТНЫХ РАСТЕНИЙ.** Как известно, большинство вредителей ориентируется по запаху. дезориентировать их можно, замульчировав посадки сечкой из таких ароматных трав, как полынь, пижма, ромашка и Melissa. Подойдут также листья томатов и луковая шелуха. Помните, что запах трав со временем ослабевает, поэтому ароматную мульчу необходимо добавлять регулярно.

● **ОПРЫСКИВАНИЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ**



Аист потерял ре-  
бёнка над ка-  
пустным полем.  
Двойне обидно:  
мало того, что  
потерял, так  
ещё и у конку-  
рентов...



**БИОПРЕПАРАТОВ.** Если вредителей много, можно использовать дополнительную защиту: опрыскать посадки «Фитовермом» – препаратом на основе ромашки далматской. Через 10 дней или после дождя защитные свойства препарата ослабевают, и обработку придется повторить.

● **СЛИЗНЕЙ МОЖНО ПОБЕДИТЬ ПРИ ПОМО-**

**ЩИ ЛОВУШЕК.** Разложите на грядке с капустой обрезки досок, кусочков шифера или картона, увлажнив под ними почву. Ночные разбойники непременно захотят спрятаться под этими укрытиями от дневного зноя. Тут-то вы их и поймаете, чтобы ликвидировать угрозу (можно опрыскать нашатырным спиртом из пульверизатора).

## Используем органические средства

**ВАРИАНТ 2**

К основным болезням капусты относят килу, фузариоз, белую гниль. Все их эффективнее предотвратить, используя биологические средства, чем лечить, используя химию.

● **ПОСАДКА СОРТОВ, УСТОЙЧИВЫХ К ФУЗАРИОЗНОМУ УВЯДАНИЮ.** К сожалению, победить разыгравшийся фузариоз сегодня не может даже химия. Это заболевание проще предотвратить, чем лечить. Се-

годня выведены сорта, устойчивые к фузариозу: «Колобок», «Экстра», «Триумф», «Новатор», «Валентина» и другие. Сажайте устойчивые к заболеванию сорта!

● **БИОПРЕПАРАТЫ ПРОТИВ ЗАБОЛЕВАНИЙ КАПУСТЫ.** Биопрепараты на основе безвредных для человека бактерий сенной палочки («Фитоспорин», «Глиокладин» и др.) или гриба триходермы («Триходермин», «Триходермин» и т.п.) могут предотвратить появление килы

или фузариоза. Достаточно внести биопрепараты под корень во время высадки рассады и несколько раз за сезон полить растения раствором повторно.

● **МУЛЬЧИРОВАНИЕ КАПУСТНЫХ ПОСАДОК,** с одной стороны, позволяет удерживать влагу в почве, а с другой, препятствует контакту листьев с влажной почвой, провоцирующей грибковые заболевания, такие как белая гниль. В качестве мульчи лучше использовать солому.

## Подкармливаем органическими составами

**ВАРИАНТ 3**

Капуста весьма «прожорлива», ей требуются регулярные поливы и подкормки. Какие органические составы подойдут?

● **ПЕРВАЯ ПОДКОРМКА** (в начале июня). Для роста и развития листовой розетки нужен азот. Подойдет настой коровяка: нужно смешать 200 мл с 10 л чистой воды. Можно использовать зеленое удобрение (травяной настой): в непрозрачный бак или ведро заложить траву, сорняки на 2/3 емкости,

залить водой и закрыть крышкой, дать постоять неделю. Получившийся настой использовать по схеме: 0,5 л на 10 л воды – смешать, полить растения под корень.

● **ВТОРАЯ ПОДКОРМКА** (через 2-3 недели после первой). В это время капуста начинает сворачивать листья, поэтому подкормка должна содержать микроэлементы, самый важный из которых бор. Можно еще раз подкормить травяным настоем, а по листу обрызгать раствором борной кислоты: 10 г по-

рошка растворить в 1 л горячей воды, довести объем до 10 л, а затем опрыскать растения.

● **ТРЕТЬЯ ПОДКОРМКА** (еще через 2 недели – для средних и поздних сортов) – повторение первой.

● **ЧЕТВЕРТАЯ ПОДКОРМКА** (за 20 дней до уборки). Насыщение кочанов калием и фосфором для вкуса и хранения. Идеальный вариант – зольный настой: 1 стакан древесной золы развести в 10 л воды, настаивать 2-3 часа. Полить под корень из расчета 1 л на 1 кв. м.

Валерия ПАШЕЧКИНА

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий

## Танец – это прекрасно!

Танец – это всегда красиво, увлекательно и прекрасно. А ещё в каждом танце есть что-то волшебное. Почувствовать себя принцессой можно и танцуя!

**Ответы:** нижний край юбки, складка на юбке слева, бант на юбке, завязки, винилу центрального узора на ней же, край «рукава», «корсаж», «рукава», прическа, ободок слева, в юбке колынок слева, ободок справа.



СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 17 ПО 23 ИЮНЯ

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
Овнам необходимо обратить внимание на отношение к жизни. Вы уделяете много внимания анализу неудач, в то время как положительные моменты воспринимаете как должное. Находите радость в мелочах. Перемены отразятся и на общении и принесут положительные эмоции.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Успех придет ко Львам благодаря природному оптимизму и энергичности. Ваш взгляд на суть вещей поможет преодолеть трудности. Готовьтесь принимать важные решения на работе и в личной жизни. Действуйте осторожно и хорошо обдумывайте свои поступки.

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
Стрельцы почувствуют эмоциональный подъем. Тревоги последних дней отступят, и вы сможете спокойно заниматься текущими делами. Ваш оптимизм должен стать для других оплотом во всех ситуациях. Поделитесь своим опытом с окружающими, он ценен для них.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
Водолеям стоит проводить больше времени дома с семьей. Займитесь наведением порядка, а может, и мелким ремонтом. Не стоит браться за глобальные проекты, начните с малого. Обязательно прислушайтесь к мнению близких. И не вступайте в пустые споры.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Отношения Тельцов с близкими могут ухудшиться из-за возникших разногласий. Постарайтесь правильно донести до них свои мысли и идеи, скорее всего, вас неверно поняли. Проявляйте заботу о родных. Больше позитива, меньше требований к ним и больше внимания.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
Звезды советуют Девам взять ответственность за ситуацию в свои руки. Только от вас зависит исход недели. Если долго что-то откладывали, пришло время это решить. Потрудитесь на славу и отдохните после с душой. Хороший вечер в приятной компании сделает вас счастливее.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
На этой неделе Близнецам на пользу пойдут физические упражнения, к которым также можно отнести активный отдых. Выходные лучше провести, отдыхая. Будьте внимательны к здоровью. В отношениях с любимым человеком проявляйте больше романтики.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
У Весов наступил период относительного затишья. Воспользуйтесь возможностью привести в порядок дела. Больше внимания уделите своим любимым занятиям, активному отдыху и приятным беседам. Не грузите себя чужими проблемами и пустыми спорами.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Деятельность Раков на этой неделе будет носить общественно полезный характер. Многие будут обращаться к вам за помощью. Но при этом вы не должны забывать о себе и реализации собственных планов. Не расслабляйтесь, впереди у вас много работы над собой и своими задачами.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Дипломатия и такт должны стать оплотом Скорпионов в общении с близкими людьми. Если кто-то из них с вами не согласен, не бросайтесь с жаром доказывать свою правоту. Лучше сосредоточьтесь на том, что у вас общего. Нужно быть терпимее к недостаткам других.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
У Козерогов наступает неделя деловых предложений и проектов. Окружающие видят в вас отличного работника, поэтому стремятся к сотрудничеству. Не стоит размениваться на невыгодные проекты, чтобы не упустить интересные для вас предложения.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
Рыбам нужно несколько снизить планку и постараться не замечать мелких недостатков. Старайтесь отвлечься от негативных мыслей, чтобы увидеть больше положительных моментов. Учитесь радоваться разнообразию мира. Близкие будут стараться поддѣлывать вас.

**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

Слова в этом кроссворде вписываются по часовой стрелке, начиная с клетки, на которую показывает серый треугольник.

1. Богатая газом и нефтью «утроба» матушки-земли. 2. Задача, где слово или фраза составляется из рисунков в сочетании с буквами и знаками. 3. В переводе с французского это слово означает «полезный», а в русском языке это слово имеет прямо противоположное значение и означает «предметы, негодные к употреблению». 4. Скамейка, в избу попавшая. 5. Место на судне для расположения руля и винта. 6. «Любовь - над бурей поднятый маяк. Не меркнувший во мраке и тумане, Любовь - звезда, которою ... Определяет место в океане» (Уильям Шекспир). 7. Разносил, лакомство, кушанье, деликатес. 8. Она вытолкнула бочку с князем Гвидоном на берег, вняв его уговорам. 9. Система знаний о закономерностях развития природы, общества и мышления. 10. Очень большая куча высушенной травы.

Ответы на кроссворд: 1. Нефть; 2. Цепочка; 3. Пазл; 4. Скамейка; 5. Руль; 6. Маяк; 7. Разносил; 8. Бочка; 9. Система; 10. Куча.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 17 ПО 23 ИЮНЯ

**ЧИСЛОВОЙ КРОССВОРД**

В числовом кроссворде все буквы заменены на числа. Одинаковым буквам соответствуют одинаковые числа, различные - разные. Одно слово уже вписано в сетку.

По горизонтали: Спуск. Садовод. Карбонад. Обмен. Имитация. Дек. Устой. Бирка. Пирожок. Управа. Вазелин. Доброт. Пилот. Саванна.  
По вертикали: Парник. Слоган. Сад. Колбаса. Мореход. Оксид. Сатирик. Медитация. Укупорка. Номерок. Боллид. Бархан. Карта. Нора.

10	13	15	10	6	10	6	3						
2	7		14		10	7	9	2	16	2	9		
6	7	5	11	2	1	7	9		14		5		
10		1		20		12		2	11	3	4	1	
8	3	8	12	7	18	8	19		7		17		
9	4	6		1		5		15	10	12	2	23	
	9		1	НО	11	8	5	6	7		9		
13	8	5	2	О	21	2	6		15		11	6	
	12		3	М		14		15	13	5	7	16	7
16	7	22	4	Е	14	8	1		2		5		5
	18		5	Р		9	2	11	5	2	17	2	12
13	8	14	2	О	12		5		6		7		7
	19		6	К		10	7	16	7	1	1	7	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23			

**ВСЁ ОБО ВСЁМ**

Все объявления на правах рекламы

**РАБОТА**

■ 8 (926) 736-83-24, 8 (906) 745-83-76, 8 (906) 033-62-32, 8 (963) 639-85-14, 8 (906) 032-72-73 ГБ «Командор» приглашает на работу охранников. Обязательно – удостоверение охранника. График: вахта 15/15; 30/15. Жилищно-офисные здания: вахта 2 000-2 500 руб./сутки, тел.: 8 (926) 736-83-24. Библиотеки: от 1 900 руб./сутки, тел.: 8 (906) 745-83-76. АО «Федеральная пассажирская компания»: з/п 2 300-2 550 руб./сутки, тел.: 8 (906) 033-62-32, 8 (963) 639-85-14. Завод «РОСАТОМ»: з/п от 2 500 руб./сутки, тел.: 8 (906) 032-72-73. Работа по Москве и МО.

**РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»:**  
**8 (903) 792-47-73**

**КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ**

ПО ТЕЛЕФОНУ **8 (903) 792-47-73**  
ПО ПОЧТЕ **reklama@kardos.ru**

ЦЕНА  
Стоимость  
строчного  
объявления от **300** рублей  
за 1 выход

**КАК ОПЛАТИТЬ**

1. Через «Робокасса»: 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 3010181040000000225, 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

Реклама **LEOMAX**

Оформи заказ по телефону:  
**8 (800) 500-29-54** и получи **ПОДАРОК\***!

Скидки на ТВ-ХИТЫ до **-60%**

**Садовый фотофасад «Яркая жизнь»**  
лот 104236 ~~2999 р.~~ **1999 р.**  
• Декорирование забора, беседки и др.  
• Защищает от непогоды, насекомых, ограждает личное пространство.  
• Легкий монтаж.  
Материал: ПВХ, металл. Люверсы для крепления.  
Размер: **310x158 см**  
«Палисадник»  
Розовый

**Стул «Титан» для купания в ванной и душе**  
лот 28594-06 ~~3999 р.~~ **2999 р.**  
• 6 положений высоты.  
• Отверстие для фиксации душевой лейки.  
• Нескользящие и нецарапающие ножки.  
Материал: пластик, алюминий. Вес: 2,3 кг. Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см. Размер (ШxГxВ): 51x31x50 см. Максимальная нагрузка: 120 кг.  
**В ПОДАРОК:** Самоклеящаяся противоскользящая накладка!

**Складная стиральная машинка «Мини Автомат» + карандаш-пятновыводитель в ПОДАРОК!**  
лот 102943 ~~4999 р.~~ **2999 р.**  
• Работает от электросети или от PowerBank.  
• Удобно брать в поездку, на дачу.  
• Можно использовать как посудомоечную машину.  
Размеры: 9x5,4 см (стиральная машинка); 25x20 см (ведро). Вес: 600 г. Напряжение: 220 В. Потребляемая мощность: 10 Вт. Длина провода: 143 см. Материал: пластик, силикон. В комплекте: стиральная машинка с USB-проводом и блоком питания для сети, 2 фискатора для провода, складное силиконовое ведро (5 л).  
**В ПОДАРОК:** Карандаш-пятновыводитель универсальный!

**Портативный вентилятор-лампа «Солнечный ветерок»**  
лот 103991-01 ~~1999 р.~~ **1299 р.**  
• 2 в 1: вентилятор и лампа.  
• Крепление на прищепке.  
Материал: ABS-пластик. Размер: 21x18,7x8,7 см. Мощность: 5 Вт. 3 скорости. Работает от аккумулятора, заряжается через USB провод (в комплекте). Лампа LED.

**Вертикальный пылесос 2 в 1 «Кристалл»**  
лот 16593 ~~5999 р.~~ **3999 р.**  
• 2 в 1: вертикальная и ручная модель.  
• Тройная система фильтрации.  
• Насадка для пола и ковровых покрытий, щелевая насадка, насадка-щетка для мебели.  
• Вертикальная парковка.  
Материал корпуса: пластик. Напряжение: 220-240 В. Потр. мощность: 700 Вт. Вес: 1,58 кг. Мощность всасывания: 130 Вт. Размер: 40x10x10 см (пылесос), 107 см (высота в собранном виде). Длина шнура питания: 4 м. Объем контейнера для пыли: 1,2 л.

**Костюм спортивный «Амазонка»**  
лот 301542 ~~4999 р.~~ **2999 р.**  
Материал: 100% ПЭ. Размер: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70. Цвет: синий, терракотовый, черный.  
Терракотовый  
Синий  
Черный  
Леопардовый узор может отличаться от представленного.

**Универсальная чистящая паста «Просто блеск», 3 шт.**  
лот 103628-01 ~~1499 р.~~ **999 р.**  
• Справляется с разными загрязнениями.  
• Чистит до блеска без разводов почти все.  
Состав: кварцевый песок, порошок диоксида кремния, деионизированная вода, ароматизатор, кокосовое масло. В комплекте: 3 банки по 500 г.

**Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!**  
лот 16466-02 ~~1999 р.~~ **999 р.**  
• Заклеит, уплотнит, отремонтирует.  
• Можно использовать под водой.  
Контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, металлов, дерева, керамики, стекла и др. Материал: клей, ПВХ. Размер: 20x150 см, лента в ПОДАРОК: 10x100 см.

**Электрический измельчитель «Молния»**  
лот 22634 ~~2499 р.~~ **1699 р.**  
• 3 в 1: заменит блендер, миксер и мясорубку.  
• Простое управление.  
Материал: пластик, нержавеющая сталь. Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт. Объем чаши: 1,8 л. В комплекте: измельчитель, одинарный нож, двойной нож.

**Механическая шинковка «Капустница»**  
лот 203519 ~~2999 р.~~ **1999 р.**  
3 лезвия в ПОДАРОК!  
• Шинковка за минуту.  
• Для капусты любого размера.  
• Ширина нарезки регулируется.  
• Безопасна в использовании.  
Размер: 21x21x24 см. Материал: ABS-пластик, нерж. сталь (лезвия, стойки). В комплекте: шинковка, шестигранный ключ, лезвия (3 шт.), инструкция по сборке.

**Сорочка хлопковая «Прекрасный сон»**  
лот 312511 ~~1299 р.~~ **999 р.**  
Материал: 100% хлопок. Размер: 46, 48, 50, 52, 54, 56. Цвет укажите при заказе.  
Терракотовый  
Сиреневый  
Зеленый  
до 56-го размера

**Ножницы для педикюра**  
лот 402091-02 ~~899 р.~~ **599 р.**  
• Ножницы для педикюра из нерж. стали с длинной ручкой и угловым лезвием для стрижки жестких ногтей.  
• Подходят для тех, кому сложно нагибаться.  
Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 20x5,9 см, длина лезвия: 3,5 см.

**Жидкая резина «Фикс Про 3 в 1»**  
лот 102640 ~~1299 р.~~ **999 р.** 2 шт.  
• 3 в 1: герметик, жидкая резина и клей.  
• Предотвращает образование ржавчины и коррозии.  
Цвет: черный, белый, прозрачный. В комплекте: 2 баллона (450 мл) одного цвета.

**Ультразвуковой отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник»**  
лот 10034 ~~1499 р.~~ **999 р.**  
• Электромагнитные импульсы отпугивают крыс, тараканов, пауков, мух и комаров.  
Зона влияния: до 200 кв. м. Размер: 11x7,5x6,5 см. Работает от сети 230 В. Материал: пластик.

**Гольфы компрессионные хлопковые**  
лот 309867 ~~999 р.~~ **699 р.**  
• Хлопковые гольфы с мягким компрессионным эффектом снимают усталость, улучшают кровообращение и помогают предотвратить отеки.  
• Усиленные мысок и пятка.  
Материал: 80% хлопок, 15% ПЭ, 5% эластан. Размер: 36-37, 38-39, 40-41, 42-43, 44-45. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

**Кроссовки «Спорт шик»**  
лот 703979 ~~1999 р.~~ **1499 р.** до 42-го размера  
• Легко надевать и снимать.  
• Амортизирующая подошва Easy Tech.  
• Короткий задник.  
• Универсальные.  
• Комфорт и вентиляция для ваших ног.  
Материал: иск. кожа, ТПР. Размер: с 36 по 42.  
Красный Серо-гол. Бежевый Черный Белый

**Кроссовки «Бриз»**  
лот 47344 ~~1999 р.~~ **1499 р.** до 44-го размера  
• Удобство и вентиляция.  
• Амортизирующая подошва Easy Tech.  
• Подойдут мужчинам и женщинам.  
• Можно стирать.  
Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подошва). Размер: с 37 по 44. Полнота 8.  
Бордо  
ПРИ ПОКУПКЕ от 2 пар ЦЕНА 1 пары **799 р.**  
Белый Индиго Серый Черный

**Комплект «Гермес» + Браслет в ПОДАРОК!**  
лот 60951 ~~2499 р.~~ **1999 р.**  
• Комплект из креста с цепочкой для настоящего мужчины.  
Материал: сплав драгоценных металлов, покрытие цвета золота. Размеры: 3,8x5,8 см (крест); 60x0,6 см (цепь); 22x0,6 см (Браслет в ПОДАРОК с таким же плетением).

**Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер»**  
лот 402968-01 ~~1999 р.~~ **999 р.**  
• 3 в 1: бритва для лица (1), триммер для висков и бороды (2), триммер для носа и ушей (3).  
• Работает от аккумулятора.  
Емкость аккумулятора: 800 мАч. Мощность: 5 Вт. Материал: пластик, металл, резина, нержавеющая сталь. В комплекте: бритва, 3 насадки, кабель-USB, щетка для чистки бритвы.

**Умный браслет «Здоровье»**  
лот 402115-02 ~~2999 р.~~ **1299 р.**  
• Измерение давления и пульса, содержания кислорода в крови, расстояния, шагомер, счетчик калорий, мониторинг сна.  
• Удобный циферблат, простое меню. Длина окружности: 24,5 см. Водонепроницаем. Материал: гипоаллергенные пластик и силикон. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

**Усилитель звука «Чуткий слух»**  
лот 402930 ~~1499 р.~~ **999 р.**  
• Может усиливать звуки до 40 дБ.  
• 6 уровней громкости.  
Материал: металл, пластик, силикон. Размер: 5x4,5x1,7 см. Вес: 10 г. В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

**Корректор осанки «Здоровая спина»**  
лот 400573 ~~1999 р.~~ **999 р.** Встроенные магниты  
• Эффективный способ сформировать правильную осанку.  
• Магниты улучшают кровообращение и питание тканей.  
Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3). Материал: неопрен. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

**Наколенник «Двигайся легко», 2 шт.**  
лот 45295 ~~1999 р.~~ **999 р.** 2 шт.  
• Уменьшает нагрузку на сустав.  
• Фиксирует сустав при сгибании и разгибании.  
Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Размер универсальный. Максимальный обхват ноги до 50 см. Высота: 28 см. В комплекте: 2 шт. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

**Велотренажер «Кардио»**  
лот 401808 ~~3999 р.~~ **1999 р.**  
• Для тренировки ног и рук.  
• Регулируемый уровень нагрузки.  
• Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.  
• Компактный.  
Для рук  
Для ног  
Вес: 2,4 кг. Размер: 40x53,5x25,5 см. Материал: металл, пластик.

**\*ВАШ ПОДАРОК: при заказе от 3499 р.: Мини-фен складной**  
• Компактный.  
• Три температурных режима работы.  
• Два режима скорости. Мощность: 1000 Вт. Материал: пластик. Вес: 135 г. Цвет в ассортименте.