

№30
(455)
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 29 июля по 4 августа 2024 года

ТЕЛЕЛЕК

36
КАНАЛОВ
ТВ

**7 ВЕЩЕЙ
ДЛЯ ЭЛЕГАНТНОГО
ГАРДЕРОБА**

стр. 30

**КАКИМИ
ГЛАЗАМИ
СМОТРИТ
ЛЮБОВЬ?**

стр. 4

**МОРОЖЕНОЕ И Ко –
ВКУСНО И ЛЕГКО**

стр. 8

**ОРГАНИЗУЕМ
ВЕЧЕРИНКУ
НА ПРИРОДЕ**

стр. 7

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
КО ДНЮ ВМФ**

стр. 28

**ОЛЬГА
ПАВЛОВЕЦ**

**ТВОРЧЕСТВО СОЗДАЁТ
ЦЕЛЫЕ МИРЫ**

стр. 2

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

ISSN 2313-4933

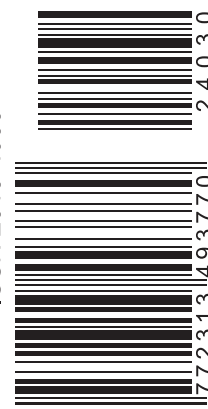


Фото Ирины Истоминой

Раньше это качество называли магнетизмом, потом обаянием, теперь – харизмой.

Актриса Ольга Павловец помимо таланта обладает такой сильной харизмой, что ей не нужно просить режиссеров попробовать ее в той или иной роли, они сами выходят к ней с предложением. Поэтому ее фильмография каждый год пополняется...

Талисмантные проекты

– *Ольга, недавно на платформе «Смотрим» прошёл сериал «Адмирал Кузнецов», где вы сыграли учёного-минёра Зинаиду Александровну Штерн. Это ваш второй проект подряд с компанией Star Media...*

– Да, первая работа была в сериале «ЗигЗаг», который недавно прошел по ТВ. В «ЗигЗаге» я сыграла Анну Чекур, жительницу блокадного Ленинграда, которая связалась с преступным миром, чтобы спасти своего ребенка. Работа была очень сложной...

– *С Зинаидой Штерн было проще?*

– Их нельзя сравнивать. Роли очень разные, как и время, обстоятельства, в которых существуют мои героини. Такого персонажа, как Зинаида Штерн, у меня

Ольга ПАВЛОВЕЦ:

Творчество создаёт целые миры



еще не было. Мало того, что пришлось изучать материал по предлагаемой теме, но еще надо было выучить много текста с профессиональной терминологией.

– *Вам везёт на разных героинь. Недавно и вовсе снялись в комедийной роли...*

– Да, в сериале «Телохранитель» роль небольшая, но любопытная. Еще снялась для платформы Kiip в сериале «Курьер». Кроме того, остались три мои флагманские работы – в «Тайнах следствия», «Склифосовском» и в сериале «Дела житейские». Это мои талисмантные проекты...

В зимовку можно передохнуть

– *Артисты живут от проекта к проекту. Хорошо, когда есть среди них «долгоиграющие». А когда нет?*

– У меня пока в этом плане все сбалансировано. В весенне-летний период и начало осени всегда много работы. И это здорово. А потом начинается так называемая зимовка – спокойный период. Безусловно, порой возникает что-то, но ненадолго. И тогда у меня появляется возможность побыть с семьей, восстановиться, съездить отдохнуть. Наша профессия действительно нестабильная, непредска-

зуемая – с точки зрения того, что трудно планировать не то что на год – на месяцы вперед. Не скрою, тревожность порой возникает – что будет дальше, но я оптимистка. Всегда с надеждой смотрю в будущее.

– *Вы родились в театральной семье, и наверняка знаете все подводные камни профессии. Тем не менее, стали артисткой.*

– Поскольку я действительно выросла в актерской семье, это стало как бы частью моего генетического кода. Я родом из этого. Во-вторых, наша профессия хороша тем, что она всегда дарит что-то новое. Например, дает возможность примерить на себя образы и костюмы разных эпох, погрузиться в разные обстоятельства и через них обратиться к своим внутренним проблемам. Наша профессия в определенной степени терапевтическая, она воздействует на людей.

Рассказ вошёл в шорт-лист

– *Кроме актёрского мастерства, у вас много других талантов – вы пишете стихи и картины. Многие умеете делать руками, в пандемию даже открыли Лавку творца. Она работает?*

– Сейчас я ничего не пишу и не сочиняю, поскольку занята другими делами. Но не исключаю, что скоро начнутся съемки в кино и мне забурлит другая

Детали

Место силы – Астрахань

– *А что ожидается во время долгожданного лета?*
– Ожидается, прежде всего, плотная работа. Уже есть на лето определенное расписание. Но я надеюсь, что мне удастся встроить в него поездку в Астрахань. Недавно ездили туда с мамой и сыновьями. Это моя малая родина, мое место силы, город детства. Обязательно нужно возвращаться в такие места. Дай Бог, чтобы летом получилось это сделать. Обожаю астраханскую жару, которая прогревает насквозь, до самых костей (улыбается).

энергия, благодаря которой что-то станет появляться. Считаю, что нельзя искусственно настраивать себя на какой-либо вид творчества. Что касается Лавки творца, она сейчас не работает. Зато я выпустила сборник своих стихов «Вдохновения».

– *Вы скромно умалчиваете, что в период так называемой зимовки окончили литературные курсы...*

– Когда осенью закончилась активная работа, мне по инерции хотелось что-то делать, вот я и поступила учиться. Приятно, что мой короткий рассказ вошел в шорт-лист конкурсной программы этих курсов и будет напечатан в литературном журнале. Моим куратором была Наталья Ким – дочь Юлия Кима, писательница, журналист. Мы быстро нашли общий язык.

Возможно, это новое для меня дело в дальнейшем даст импульс к написанию еще чего-либо. Не скрою, мне очень нравятся интровертные существования в искусстве, когда творчество создает целые миры.



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Если вдруг вам покажется жизнь серой и скучной, верьте, что завтра может произойти нечто, что перевернет ее, наполнит чем-то хорошим и интересным. Не унывайте. Сделайте ярче свои чувства. Всегда надо любить и верить.

ПОДРОБНОСТИ

Не только актриса, но и певица

– *У вас хорошее музыкальное образование, вы прекрасно поёте. Не было желания выступить с отдельной музыкальной программой?*

– Не думала об этом. Да и нет у меня такой потребности. Я готова петь и музицировать разве что в

рамках проектов, что, кстати, и сделала в последнем сезоне сериала «Склифосовский». Режиссер фильма Юлия Краснова услышала, как я исполняла песню в передаче Андрея Малахова, и захотела, чтобы я спела в «Склифосовском». Песня записывалась в студии звукозаписи, и я впервые почувствовала се-

бя эстрадной певицей (смеется). Вот и сейчас мы обсуждаем новый проект, где режиссер Евгений Сологалов выразил желание, чтобы я спела и чтобы песня эта была на мои стихи с оригинальной музыкой, которую еще будет писать. Надеюсь, это будет интересно не только мне, но и зрителю.

Наталья АНОХИНА

«Казанова» снова в деле

В Санкт-Петербурге стартовали съёмки второго сезона сериала Первого канала «Казанова» о похождениях обаятельного афериста Игоря Апрельцева. Спустя три с половиной года после премьеры детектива проект с Антоном Хабаровым в главной роли получил долгожданное продолжение.

События новых серий развиваются через два года. Обаятельный аферист и оболыститель Игорь Апрельцев – он же Казанова – отчаянно стремится к полностью чистой биографии и новому паспорту.



– Я долго ждал начала работы над продолжением сериала, поскольку между первым и вторым сезоном случился большой перерыв, – признается исполнитель главной роли Антон Хабаров. – С другой стороны, здорово, что у меня было время подготовиться, поскольку моего героя ждет 14 новых персонажей. Текущий сценарий нравится мне даже больше, чем у первого сезона. Казанова становится взрослее, он прошел через большие испытания, и женщины ему встретятся немного другие.

Фото «Амедиа Продакшн»

Шоу «Вызов» станет международным

Телеканал ТНТ начинает съёмки третьего сезона спортивно-развлекательного реалити-шоу «Вызов», в котором команда молодых звезд спорта и шоу-бизнеса соревнуется с командой молодых талантов из мира науки за солидный денежный приз.

В новом сезоне шоу выходит на международный уровень: вместе с россиянами в нем примут участие и звезды из Китая. Поэтому в проекте появится также третья ведущая – китайская киноактриса Фэйя Цзоу. Вместе с первым заместителем генерального директора Института развития «Иннопрактика» Натальей Поповой и комментатором «МАТЧ ТВ» Дмитрием Губерниевым она будет помогать участникам в сложных перипетиях российского реалити и станет проводником в мире двух культур.

Местом съемок третьего сезона шоу «Вызов» была выбрана Вологда – город, через который несколько веков назад проходил Великий Чайный путь из Китая в Европу.

– Если честно, мы все преисполнены волнением и гордостью, потому что это событие – небывалое для российского телевидения, – признается Дмитрий Губерниев. – Здесь сойдутся лед и пламень! И интересно посмотреть, как участники будут взаимодействовать между собой.

Фото Вадима Тараканова



Егор Корешков остался без премии

Начались съёмки фильма «35-я страница» с Аней Чиповской и Егором Корешковым в главных ролях.

По сюжету 34-летний московский писатель Игорь Ангелевский (его играет Егор Корешков) в третий раз не смог выиграть главную литературную премию России. После церемонии награждения у героя похищают кошелек, в котором лежит единственное воспоминание о матери. Услышав новость о краже, 20-летний карманник Алдар (эта роль досталась Давиду Сократяну) решает почитать книги Ангелевского – и очаровывается ими настолько,



Константин Юшкевич вернулся к роли «Балабола»

Популярный актёр Константин Юшкевич снимается в девятом сезоне сериала «Балабол». Напомним: этот любимый зрителями детектив выходит на телеканале НТВ с 2013 года и повествует о провинциальном опере Александре Балабине (его и играет Юшкевич), которого за острый язык и хорошее чувство юмора друзья и коллеги зовут Балаболом. В новых сериях главному герою предстоит решить множество проблем: выжить в сватке с врагом и сохранить отношения с любимой (в этой роли Юлия Такшина). В этот раз режиссером картины стал Владимир Шевельков (он снял сериалы «Опера. Хроники убойного отдела», «Спаская», «Рожденная звездой»). По его словам, он планирует вернуть сериалу стиль первых сезонов: сделать более домашним, убрав лишние навороченные сюжеты.

Премьера нового «Балабола» состоится в 2025 году.
Фото PR НТВ



что становится учеником Игоря... Что касается Ани Чиповской, то ей досталась роль Инны – девушки главного героя, которой предстоит понять, что жизнь гораздо богаче профессиональной реализации и что любовь можно испытывать не только к своей работе. Режиссером фильма стал Филипп Ларс.

– Эта картина интересна в первую очередь темами, которые она затрагивает: это кризис среднего возраста, внутренняя свобода, литература, дружба и, естественно, любовь, – говорит Егор Корешков. – Меня сценарий привлек личными переживаниями автора – это всегда наделяет историю многогранностью и глубиной чувств.

Фото пресс-службы кинокompании Vega Film

Анастасия Мишина научилась плавать ради съёмок

На телеканале «Россия» – премьера многосерийной мелодрамы «Морячка». Это красивая история о любви: любви к дельфинам, к морю, к людям и, конечно, к жизни. Съёмки сериала проходили в живописном Геленджике, а главные роли исполнили молодые актёры Анастасия Мишина, Алексей Демидов, Дмитрий Ендальцев, а также Николай Добрынин, Агриппина Стеклова, Александра Власова и другие известные артисты. Режиссером сериала выступил Сергей Краснов.

На съёмках сериала Анастасия Мишина получила уникальный опыт общения с дельфинами.

– Для меня до сих пор остается загадкой, кто же они такие, – признается актриса. – У дельфинов есть свой юмор, настроение, характер. Мне кажется, они лечили мою душу. А еще специально для сериала я училась плавать. Это было очень сложно, я ужасно боялась воды, но благодаря моему тренеру Феликсу и дельфинам стала чувствовать себя гораздо увереннее.

Фото телеканала «Россия»



«Невский» испытает дружбу героев на прочность

Для поклонников остросюжетного детектива «Невский» есть хорошая новость: на днях закончились съёмки седьмого сезона, и уже совсем скоро сериал выйдет в эфир телеканала НТВ. В новых сериях главный герой Павел Семёнов (его все так же играет Антон Васильев) получит звание подполковника и начнет службу в Управле-



нии уголовного розыска. Появится в сериале еще один любимчик зрителей – отрицательный, но очень харизматичный персонаж Алексей Фомин (в этой роли – Дмитрий Паламарчук). Семёнов и Фомин – несмотря на то, что находятся по разные стороны добра и зла – все так же останутся друзьями и будут вытаскивать друг друга из самых опасных ситуаций.

– В сериале мы утверждаем главную мысль: что бы ни случилось, главное – не терять веру в честь, дружбу и любовь и всегда оставаться человеком, – говорит Антон Васильев.

Фото PR НТВ

Лукерья Ильяшенко познакомилась с мифологией

Стартовали съёмки четвертого сезона сериала «Сергий против нечисти. Зов предков». В продолжении фильма о борьбе с фольклорной нечистью главные герои окажутся в Казани и погрузятся в мир татарской мифологии. Роли в проекте исполнят Роман Маякин, Лукерья Ильяшенко, Ирина Розанова, Дмитрий Куличков.

– До прочтения сценария я не была знакома с татарской мифологией, но все сюжеты, описанные в сценарии, де-

лают ее для меня очень увлекательной, – рассказала о съемках исполнительница главной роли Лукерья Ильяшенко. – Моя героиня Катя – капитан полиции – в новом сезоне будет снова бороться с нечистью.

В режиссерское кресло проекта вернулся Кирилл Кузин, который снимал первые два сезона. Съёмки пройдут в Москве и Казани.

Фото пресс-службы онлайн-кинотеатра KION



СЕКРЕТ УСПЕХА

Зависит ли рабочий день от жары?

Можно ли на законных основаниях сократить рабочий день в условиях изматывающей жары? Давайте разбираться.



Смотрим на градусник и часы

Согласно постановлению СанПиН 1.2.3685-21, если температура воздуха в рабочем помещении достигает 28,5 градусов, то рабочий день следует сократить на 1 час. Если температура повышается до 29 или 30,5 градусов, то рабочий день должен быть сокращен на два и на четыре часа соответственно. В случае, если работник трудится на открытом воздухе, то при температуре от 32,5 градусов и выше, продолжительность периодов непрерывной работы должна составлять 15-20 минут с перерывами на отдых не менее 10-12 минут в охлаждаемых помещениях. При температуре воздуха, превышающей 32,5 градусов, работу стоит совсем отложить – как вариант, перенести смены.

Рекомендации или обязательства?

В документе Роспотребнадзора изложены именно рекомендации, которые работодатель имеет право и не соблюдать. Однако обеспечить работникам нормальные условия труда (к которым относится и температурный режим) он все же обязан, согласно ст. 22 ТК РФ. Если нет возможности привести температурный режим в норму, то можно рассмотреть вариант с объявлением простоя. В этом случае простой должен быть введен по вине работодателя и оплачиваться в размере не менее 2/3 средней заработной платы.

Кулер дешевле штрафа

Требовать сокращения рабочего времени можно только в том случае, если температура воздуха превысила 28 градусов, а работодатель не намерен решать проблему. В этом случае стоит написать служебную записку на имя руководителя, а также заявление в трудовую инспекцию и Роспотребнадзор (если реакции на записку не последует). Тогда работодатель рискует получить крупный штраф за ненадлежащие условия труда. Сократить рабочий день или купить хотя бы вентилятор и кулер для воды ему будет менее затратно.

Какими глазами смотрит любовь?

Психологи считают, что глаза отражают внутренний мир человека.

А есть теория, что по цвету глаз можно определить, насколько гармоничны будут ваши отношения с партнером. Верить или нет в справедливость этой теории — дело каждого. Но в любом случае она может стать основой вашего личного исследования. Итак, взгляните в глаза вашей половинке...

ТЕОРИЯ ЦВЕТА

Считается, что обладатели глаз того или иного цвета имеют определенные особенности. Другими словами, что существует связь между цветом радужки и чертами характера.

Люди с серыми или голубыми глазами

Если у вашего избранника серые или голубые глаза, он настойчив и импульсивен, уверенно идет к намеченной цели. Обладатели серо-голубых глаз всегда добиваются успеха. В любви выбирают себе партнера, руководствуясь скорее логикой, чем эмоциями.

Люди с зелёными глазами

Зеленоглазые люди требовательны к себе и окружающим, трудолюбивы и настойчивы. Они очень преданны друзьям и любимым, но никогда не прощают предательства. В отношениях со своей половинкой зеленоглазые всегда стараются сохранять взаимопонимание.

Люди с карими глазами

Обладатели карих глаз умеют нравиться людям. Они отличаются хорошей памятью и очень рассудительны. Кареглазые доброжелательны по отношению к партнеру, но часто бывают капризными.



Это интересно

При поцелуе глаз не видно

Почему люди закрывают глаза, когда целуются? Учёные выяснили: в момент поцелуя мозг испытывает сенсорную перегрузку, поэтому, закрыв глаза, мы подсознательно ограничиваем поток поступающей информации. Иначе особо чувствительные особы могут и в обморок упасть!

Давайте посмотрим, что может ждать супругов, если учитывать теорию о связи характера человека с цветом глаз. Возможно, обладая этими знаниями, вы сможете вовремя «подстелить соломку» в ваших отношениях?

Серый или голубой + серый или голубой

Их тянет друг к другу, но со временем отношения начинают утомлять. Скорее всего, чувства быстро остынут, на смену им придет отчужденность. Брак может состояться, если к его сохранению приложат усилия оба партнера.

Серый или голубой + зелёный

Сероглазый партнер – обычно лидер, но бывают моменты, когда ему необходима поддержка. Этот брак должен строиться на компромиссах. Если зеленоглазый партнер сможет приспособиться к некоторой эмоциональной сухости сероглазого, брак может стать гармоничным.

ОТНОШЕНИЯ ПО ФОРМУЛЕ

Чтобы брак был крепким, зеленоглазой половинке союза следует сохранять некоторую загадочность, поддерживая интерес к себе.

Серый или голубой + карий

Сложный союз. Сероглазой половинке трудно общаться с импульсивной, взрывной кареглазой половиной: непонятно, чего ожидать. Брак с кареглазым доставляет много проблем сероглазому партнеру, но если руководить семьей будет сероглазый, все может сложиться неплохо.

Зелёный + зелёный

Эти люди должны научиться принимать друг друга такими, какие они есть, со

всеми недостатками и слабостями. Если им это удастся, их брак будет прочным и гармоничным. Если нет – союз обречен...

Зелёный + карий

Идеальный союз! Зеленоглазый партнер возьмет на себя весь груз житейских и бытовых проблем. Кареглазая половинка внесет в союз эмоциональную ноту. Самый прочный и стабильный брак из всех возможных!

Карий + карий

Оба партнера – лидеры. Двум лидерам сложно ужиться под одной крышей. Брак будет удачным, если оба партнера будут считаться друг с другом и научатся ценить положительные стороны своей половинки.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Пиратские термины

Часто в песнях о пиратах можно услышать дружный хохот – «йо-хо-хо!» Но на самом деле это не смех. Проведя исследование, историки выяснили, что «йо-хо-хо» – это фраза английских моряков, которая использовалась, когда что-то нужно было сделать общими усилиями. В русском варианте это звучит как «раз-два-взяли!» Попробуйте, когда в следующий раз придется совместно передвигать мебель или выталкивать машину из грязи кричать «йо-хо-хо».



Операционная В... муравейнике

Думаете, что хирургами не рождаются, а становятся? Как бы не так! Ученые выяснили, что кроме человека, медицинские операции проводят еще и муравьи. К примеру, флоридские муравьи-плотники могут вылечить раны на конечностях своих собратьев. Насекомые очищают повреждения при помощи жвал, а в самых безнадежных случаях проводят ампутации раненых конечностей. И энтомологи утверждают, что эта способность проводить операции является врожденной!



Кабачок = цукини

Многие путают цукини и кабачок, но это разные овощи. Согласно ботанической классификации, обыкновенный кабачок представляет собой подвид тыквы, а вот цукини – просто разновидность кабачка. Внешне отличить их не сложно: цукини продолговатый и равномерно вытянутый по всей длине, сам он в полосу или крапинку, тогда как кабачок немного утолщен в нижней части и однотонный.

Как спать в невесомости?

В невесомости удерживать себя в статичном положении во время сна просто невозможно, поэтому на космических кораблях есть специально оборудованные спальные модули. Они представляют собой кабинки, в которых расположены спальные мешки. «Ложась» отдыхать, космонавты забираются в них и пристегиваются ремнями. Многие используют беруши и маски для сна, так как на станции шумно и светло.



Светлана СИДОРЧУК

Известный певец, музыкант, композитор и поэт стал ведущим масштабного детского фестиваля «Хрустальный ИсточникЪ» в Эссентуках.

Молодого исполнителя публика приняла на «ура», отметив, что Родион – не только классный певец, но и отличный ведущий, легко импровизирующий по ходу действия и отличающийся прекрасным чувством юмора.

Дети делают нас счастливыми

– Родион, при вашем плотном графике работы вы согласились выступить на детском фестивале, и даже стать ведущим церемонии открытия...

– Во-первых, я нередко выступаю в качестве ведущего, во-вторых, я счастлив, что мне удалось приложить руку к детской истории. Когда видишь глаза ребят, которые выходят на сцену и испытывают настоящую эйфорию от того, что имеют возможность прикоснуться к настоящему кино, я сам становлюсь счастливым, потому как есть шанс это увидеть. Я даже задержался на день в Эссентуках, чтобы глубже почувствовать эту историю.

– Мне всегда нравилась ваша откровенность и, смею надеяться, искренность. Мне кажется, вы не умеете притворяться...

– На сцене уж точно! Это главная причина того, что я нечасто пишу песни. Не могу представить, что я кого-то изображаю, что я – не я, а кто-то другой. Это слабая и в то же вре-

Родион ГАЗМАНОВ:

Хочу оставить след на земле

«Мое место – эстрада, и я в песнях рассказываю о своих переживаниях и страданиях. Каждый должен заниматься своим делом».



мя сильная моя сторона. Я везде стараюсь быть собой.

– Вы и песни поёте, опираясь на свой эмоциональный опыт...

– Зритель и любит артиста за искренность, за возможность пережить чувства, которые сам некогда испытал. Например, известная всем песня «Гравитация» была написана мною после расставания с любимой девушкой. Сочинил, когда понял, что никогда уже с ней не буду, что жизнь окончательно развела нас. И когда

Детали

Музыка против бизнеса

– К мнению отца – Олега Газманова – прислушиваетесь?

– Оно для меня важно, отец для меня авторитет но я все-таки в первую очередь слушаю свой внутренний голос. Есть замечательное высказывание Андрея Кнышева о том, «что в искусстве он шел по стопам великих и потому следов не оставил».

– Найти своё место в жестком мире шоу-бизнеса непросто. Никогда не хотелось всё бросить и уйти в другую сферу деятельности?

– Такое желание у меня возникло, когда я работал в бизнесе. Тогда я оставил его и начал заниматься музыкой. Я понял, что музыкой покажу этому миру гораздо больше, что смогу оставить след на земле, пусть даже сильно потеряю в деньгах. И по сей день для меня это гораздо важнее. Даже в ковидные несытые годы, занимаясь музыкой, чувствовал себя гораздо счастливее, чем когда зарабатывал большие деньги.

слышу эту песню в каких-нибудь музыкальных конкурсах, где исполнитель поет ее радостно и задорно, хочется спросить его – ты понял, о чем эта песня? Она про расставание! Но ты поешь так, будто избавился от человека и очень этому радуешься.

Сон – антистресс

– Путь артиста не усыпан розами, как часто думает обыватель. Как справляетесь со стрессами, если они случаются?

– В последнее время мой главный антистресс – сон. Нынешний график жизни – на износ: много концертов, выступлений, переездов-перелетов, и в таком режиме еще стараюсь выпускать новые песни. Я не жалею, а хвастаюсь. Для артиста важно, когда он востребован. У меня был случай, когда после длительного недосыпа я проспал 20 часов кряду. Но больше такой эксперимент повторять не хочу. И на долгих гастролях я научился спать везде, где бы меня

ни положили, ни поставили, ни посадили. Разве что на бегу не сплю (смеется).

– Стало быть, со здоровым образом жизни проблемы?

– Почему? С некоторых пор я бегаю каждый день. Начиная с того, что поспорил с девушкой, что буду два месяца бегать ежедневно. И так на это «подсел», что даже на гастроли беру кроссовки. Исключение – сложные поездки и чрезмерная физическая усталость. Когда дома, бегаю каждый день в любую погоду.

«Настольный» фильм

– Что ещё помогает обрести душевное равновесие?

– Когда построил дом и переехал жить за город, понял, что сделал это для того, чтобы у меня были камин и кот (смеется). Кота приобрел не сразу, это все-таки ответственность. За меня распорядилась моя девушка, с которой пошла на выставку кошек, и она выбрала мейнкуна. С тех пор Шелдон живет в моем доме, и я этому обстоятельству рад.

Когда у меня безнадежно плохое настроение, обязательно смотрю фильм Алексея Гуськова «Вечная жизнь Александра Христофорова». Это мой «настойный» фильм, который однажды ме-

ня «перетряхнул». Он не только заряжает меня, но и возвращает веру в российский кинематограф.

Кино шагает вперед

– Не любите российское кино?

– Сейчас отношение к нему изменилось. Могу смело говорить о том, что российский кинематограф развивается, производит крутые фильмы. Порой меня даже гордость берет. Я люблю свою страну, и когда мы можем сказать, что еще и это делаем хорошо, всегда радуюсь.

– Сами не мечтали сняться в кино?

– Я снимался в фильме «Поезд до Бруклина» с Николаем Добрыниным и Анной Самохиной в главных ролях. Играл мальчика, прикованного к инвалидному креслу. Интересный был опыт. И сейчас иногда поступают предложения. Но честно признаюсь: еще не было такой роли, из-за которой бы я решил поставить на паузу свою музыкальную команду.

– А есть роль-мечта?

– Я не актер, потому и мечты такой у меня нет. Актер – это профессия и призвание. Мое место – эстрада, и я в песнях рассказываю о своих переживаниях и страданиях. Каждый должен заниматься своим делом.

Наталья АНОХИНА



Роль ведущего на церемонии открытия фестиваля пришла Родиону по душе.



Для такой благодарной публики, как на фестивале, петь одно удовольствие!

Второй детский фестиваль «Хрустальный Источник», рождённый в курортном городе Ессентуки, подошел к концу. И практически сразу началась подготовка к третьему.

Потому что «Хрустальный Источник» уже перерос фестиваль и вылился в большое детское движение, которое вовлекает в свои ряды все больше ребят, жаждущих научиться снимать кино. В течение года воспитанники кинотеатральных школ в разных уголках страны осваивают кинопрофессию (операторов, режиссеров, сценаристов, художников, гримеров и, конечно, актеров), чтобы под занавес сезона на фестивале детского кино показать то, чему научились.

Мир глазами детей

В нынешнем году тема фестиваля – «Герой и время». И все с нетерпением ждали результата: интересно узнать, кого видят героями современные дети, что в их понимании героизм?

– Наш фестиваль дает возможность увидеть мир глазами детей, – сказал на торжественной церемонии закрытия «Хрустального Источника» заслуженный артист России, президент кинофорума Эвклид Кюрдзидис. – Ребята делятся своими историями, мечтами, взглядами на мир через кинематограф. И мы поддерживаем их в этом творческом путешествии.

«ЖюриТЬ» – дело общее

Девять кинокоманд снимали девять короткометражных картин в локациях Кавказских Минеральных Вод. Детям было о чем сказать взрослым и, конечно, жюри, которое должно было определить лучший фильм. Поскольку фестиваль детский, то председателем конкурса детских короткометражных фильмов стал 9-летний Марк Доронин, снявшийся в 50-ти кар-

Герой нашего времени – КИНО

тинах. Выбрать лучшие фильмы ему помогли кинорежиссер, сценарист и продюсер Вера Сторожева (она же председатель жюри полнометражных игровых фильмов), юная актриса Полина Бахтигозина, оператор Шандор Беркеши и телеведущая, журналист, бессменный худрук телепередачи «АБВГДейка» Татьяна Черняева.

Всё родом из детства

Мы смотрели детские работы вместе с жюри и отметили, что тема «Герой и время» для многих из ребят пока неподъемная. Снятые ими картины скорее о добре и зле, о том, что добро побеждает, а хорошие поступки не остаются незамеченными. И все наши добрые и плохие деяния родом из детства, как и понимание добра и зла, помощи и сострадания. И вполне справедливо жюри короткометражного метра вручило Гран-при за фильм «Четвертое желание» 16-летней Милане Кухаренко (команда «Созвездие»). Если же в целом говорить о работах, которые представили юные кинодеятели, то их главный посыл можно сформулировать так: «Взрослые, будьте внимательней и ближе к детям!»

Лучшие сценарии пишет жизнь

Что касается полнометражных художественных фильмов, у жюри было также полное единодушие: фильм «Белек» режиссера Дальмиры Тилепбергеновой из Киргизстана безоговорочно назван лучшим и получил Гран-при фестиваля. Как заметила режиссер, председатель жюри полнометражного кино Вера Сторожева, «Белек» относится

к тем фильмам, которые меняют человека». Любопытно, что история, рассказанная в этой картине, основана на реальных событиях из жизни самого режиссера. А жизнь, как известно, и есть самый лучший сценарист.

Герой и время

Пытаясь осмыслить масштаб задуманного Эвклидом Кюрдзидисом фестиваля, поймала себя на мысли, что по большому счету – он сам и есть герой нашего времени. Взвалить на себя такую ответственность, такой груз ребячьих забот и идти с ним по жизни – действительно героизм, который незаметно совершается день ото дня. Уже сегодня в круговорот детского фестиваля вовлечены не десятки, а более полутора тысяч ребят, и число их будет расти. Все больше желающих стучится в дверь «Хрустального Источника», желая постичь волшебную силу искусства. Дверь распаивается для всех.

Снимать о том, о чём болит душа

Конечно, не все так просто и благобно в детском кино, как может показаться на празднике. Проблем много, их озвучи-

ли на Круглом столе, который прошел в рамках фестиваля. Продюсеры, сценаристы, режиссеры, актеры и телеведущие обсуждали развитие детского кинематографа и вынесли однозначный вердикт: детское кино должно быть на полном государственном финансировании, оно не должно быть с протянутой рукой. Что касается тем, которые оно поднимает, хочется подписаться под словами журналиста, телеведущей Ирады Зейналовой, которая сказала буквально следующее: «Снимать фильмы нужно о том, о чем душа болит».

Награда – лучшим

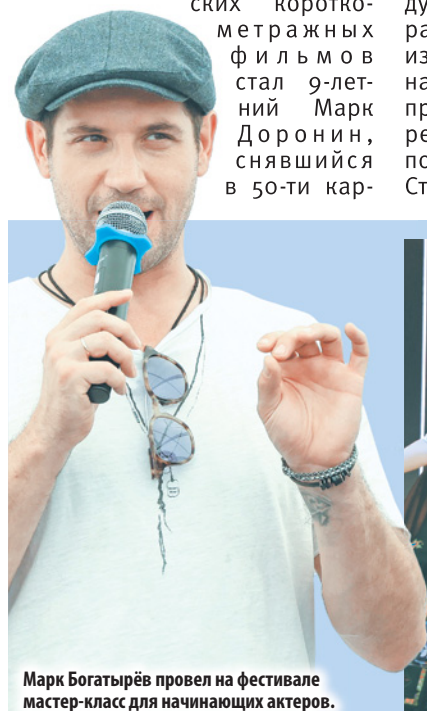
Это в полной мере относится к Народному артисту РФ Александру Галибину, режиссеру замечательных детских фильмов. Не удивительно, что на закрытии кинофорума он получил из рук президента фестиваля недавно учрежденную золотую медаль «За неоценимый вклад в развитие детского кино». В ответном слове Александр сказал, что воспринимает эту награду как аванс, что будет и впредь снимать фильмы для детей. Сегодня для него это самое интересное занятие.

Помогать ему в этом будет 9-летний сын Василий, который приехал с отцом на фестиваль и признался, что на будущий год хочет вместе с ребятами в команде снимать кино. Ведь кино – история коллективная. И хочется поблагодарить всех, кто принял участие в таком важном и серьезном деле, как фестиваль, который вряд ли бы состоялся без поддержки Президентского фонда культурных инициатив.

Наталья АНОХИНА



Эвклид Кюрдзидис готов поддержать любое талантливое начинание.



Марк Богатырёв провел на фестивале мастер-класс для начинающих актеров.



Какой же праздник без танцев и музыки?



Есть особое очарование в летних праздниках!

Они позволяют собрать всех близких на природе, за городом, на даче – и повеселиться от души. А когда все уже наплавалось в речке, но шашлык еще не готов, можно занять компанию веселыми развлечениями. Например, такими.

5 идей для праздника за городом

Воздушные змеи

1 Для создания такого чуда не потребуется много сил, времени и материалов. А если разделить на команды, дело пойдет гораздо веселее. И не забудьте наградить каждую команду – за самого красивого змея, за самую оригинальную конструкцию, за самый долгий полет. Номинации можно придумать для всех.

Кстати А побегать и попрыгать?

Волейбол, футбол, бадминтон – сколько подвижных игр можно организовать на природе! А еще можно вспомнить «резиночки», в которые с огромным удовольствием играли дети во дворе. Плюс вышибалы, салочки, казаки-разбойники, лапта, перетягивание каната... Если устанете и захочется более спокойных игр, то выбирайте «Твистер».

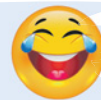


Костюмированный бал

3 Перенестись на средневековый карнавал, попасть на пиратскую вечеринку или полететь в космическое приключение? Это реально, если заранее оповестить гостей о вашей затее и попросить приехать в костюмах. А можно самостоятельно заготовить необходимые аксессуары и порадовать друзей сюрпризом. Такое развлечение подойдет компаниям, которые любят креативить, шутить и веселиться не по сценарию. Пусть каждый погружается в свой образ и начинает вести себя в соответствии с характером выбранного персонажа. И никаких заготовок, сплошная импровизация!

На пикнике:

– Ну что ты, любимая, трава вовсе не сырая! Просто ты села на картофельный салат под майонезом.



Кулинарный баттл

4 Снова можно разделить на команды, чтобы выполнить кулинарные задания. Например, такие: приготовить из одинакового набора продуктов оригинальное блюдо, придумать необычную подачу, подобрать смешное название. Ну просто невозможно остаться равнодушным к подобного рода мероприятиям!

Айда на пленэр!

5 Если вы тяготеете к природе и к искусству, то почему бы не устроить пленэр? Рисование расслабляет и дает возможность увидеть красоту не только вокруг, но и внутри себя. А еще можно поучаствовать в формировании окружающей среды, если заняться посадкой деревьев. Это способствует формированию чувства ответственности к природе. Такое занятие может стать прекрасным воспоминанием о приятно проведенной поездке.



Светлана СИДОРЧУК

Филиал Грушинского фестиваля

2 Для музыкальной компании подобная тематика будет интересной, захватывающей и очень веселой. Спеть под гитару (укулеле, варган, губную гармошку – смотря чем владеют ваши друзья) песни разных эпох, потанцевать и насладиться романтикой звездного неба, ночуя в палатке – вот сценарий, ради которого затеваются подобные путешествия.

Хитросплетения родственников уз

Свадьба дарит человеку не только мужа или жену, но и целый сонм новых родственников. Кто кому кем отныне приходится? В этих вопросах частенько царит неразбериха. Давайте проверим, можете ли вы назвать себя знатоком родственных связей.

1 С родителями молодых все более или менее понятно. Мама жениха становится свекровью, а папа жены – тестем. А кем приходится новоиспеченному мужу человек, который женат на сестре его невесты?

а) Свояк. б) Кум. в) Сват.

2 Интересно, что слова «тесть» и «теща», согласно этимологии, берут начало в понятии «утешать», так как родители после свадьбы отпускали дочь в новый дом, где жизнь могла быть не сладкой. К кому девушка могла обратиться за поддержкой? Конечно, к маме и папе. А какой родственник получал статус «деверь» (от слова «доверять»)?

а) Дедушка мужа. б) Отец мужа. в) Брат мужа.

3 Отношение родственников одного супруга к родственникам другого называется в целом «свойство». Но есть и более тонкие градации. Вспомните, кем приходится сестре дедушки родившийся у молодой пары мальчик?

а) Внуком. б) Дядей. в) Племянником.

4 26 июля в России отмечают День дяди и тети. Это родные брат или сестра отца/матери. В наши дни приходится уточнять: это родственник по маминной линии или по папиной? Потому что слова «дядя» и «тетя» применяются в обоих случаях. А раньше эти люди назывались по-разному. Как обращались к дяде и тете по отцу?

а) Стрый и стрыйна. б) Вуй и вуйна. в) Примак и примачка.

5 Интересный вид родственной связи – сводные братья и сестры. Как называют детей, у которых общая мать, но разные отцы?

а) Единосводные. б) Единокровные. в) Единоутробные.

ОТВЕТЫ

1-а. Мужничья, женатыя на сестрах. 2-а. Свояк. 3-а. Внуком, так как сестра дедушки является этому ребенку бабушкой. 4-а. Стрый и стрыйна. 5-а. Вуй и вуйна. 6-а. Отец мужа, брат мужа, сводный брат, сводная сестра, сводный дядя, сводная тетя по матери.

ВЫЖИГАНИЕ ПАПИЛЛОМ НЕ ДАСТ ЭФФЕКТА! ИХ ВЫЗЫВАЕТ ВИРУС, А ЗНАЧИТ, БОРОТЬСЯ С НИМИ НУЖНО ИЗНУТРИ!

После выжигания папиллом люди часто удивляются, почему на месте одной появилось несколько других? Все дело в том, что папилломы – это проявление вирусной инфекции, живущей внутри организма. Вот, что о них говорит эксперт по здоровью кожи:

«Папилломы появляются на коже вследствие заражения вирусом. Удаляя папилломы, вы никак не влияете на вирус, поселившийся в вашем организме, и только зря уродуете кожные покровы. Более того, при травмах кожи в организм может попасть инфекция, которая ослабит иммунитет, и ему сложнее будет держать вирус под контролем. В результате папиллом может образоваться еще больше. Помимо кожи, они могут распространиться на слизистые гортани и стать причиной нарушения голоса и дыхания, на слизистые оболочки мочевого пузыря – и вызвать недержание и появление крови в моче. И самое страшное,



есть вирусы папилломы, которые вызывают опасные новообразования. Если вы хотите избавиться от этих наростов, лучше всего действовать изнутри. Для этого существует специальное средство – сироп «Интевиرون с зеленым грецким орехом». В зеленом грецком орехе содержится много юглона. Это настоящий «убийца папиллом»! Он может по-

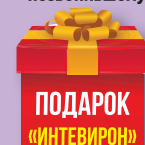
мочь избавиться от вируса папилломы во всем организме. Как только вируса не станет, пройдут и наросты. При этом вам не придется их выжигать и травмировать кожу – они исчезнут сами собой.

Помимо юглона, сироп содержит экстракты плодов можжевельника, листьев шалфея, мицелия кордицепса, трав чабреца, эхинацеи и горца птичьего, а также специальный витаминный комплекс. Все эти компоненты способствуют укреплению иммунной системы, которая будет защищать организм от повторного заражения вирусом. Таким образом, при

правильном использовании сироп «Интевиرون с зеленым грецким орехом» может помочь освободиться от надоевших папиллом, бородавок и опасного вируса папилломы. В таком случае у Вас не останется никаких наростов во всем организме, а кожа станет здоровой и приятной на ощупь.

СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позволившему



ПОДАРОК «ИНТЕВИРОН»

Для этого сделайте 2 простых шага:

1. ПОЗВОНТЕ по телефону 8-800-302-30-30 и назовите промокод

акции 3207

2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК* – «Интевиرون»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует с 24 июля по 24 сентября 2024 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ! Доставка за счет производителя!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И БАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ. ИП Лутова Юлия Александровна. ИНН: 027702311387. ОГРНИП: 320028000047860. 450022, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Минигали Губайдуллина, д. 25/1, кв. 58. Срок проведения акции с 24 июля по 24 сентября 2024 г. * Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.

«Замороженный десерт? Конечно, мороженое! Оно же так и называется!» – скажете вы, и будете правы. Но! Это только один из множества вариантов. Холодные десерты – это ещё гранита, кассата, сорбет (или щербет), фруктовый лёд.

Их прелесть в том, что эти лакомства можно приготовить дома, не прикладывая особых усилий. Достаточно иметь под руками свежие или замороженные ягоды и блендер. Сладкоежки могут добавить немного сахара или сахарного сиропа, гурманы – каплю бальзамического уксуса.

Фруктовый лёд

Европейская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 79 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 мл фруктового (или ягодного) сока
- 100 г сахара ■ 1 пакетик ванильного сахара
- 100 мл воды



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сахар залить водой, сварить сироп, остудить.
- 2 Сироп смешать с фруктовым соком, разлить в формочки для мороженого, убрать в морозилку до полного застывания.

Кстати

Из истории мороженого

Большинство ученых склоняется к тому, что этот десерт появился в Китае около четырех тысяч лет назад. Согласно легенде, живший в те времена император повелел сделать блюдо, которое способно охлаждать. Повара нарезали фрукты и засыпали их снегом. Императору десерт так понравился, что он приказал держать его в строжайшем секрете. Нечто похожее – сладкий снег – делали для патрициев в Древнем Риме и Древней Греции. В XIII веке Марко Поло привез из Китая в Италию рецепт фруктов в снегу, и местные кондитеры скоро усовершенствовали его, добавив к фруктам молоко. До самого XVII века они держали свой рецепт в секрете.

Мороженое и Ко: быстро, вкусно, легко!

– Извините, вы заняли мое место.
– Ваше место? И вы можете это доказать?
– Могу. Я оставил на нем мороженое.



Домашнее сливочно-черничное мороженое

Русская кухня. На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г): 170 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 150 г черники ■ 70 г сахара
- 300 мл охлажденных жирных сливок ■ 1 яйцо



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Чернику и сахар сложить в чашу блендера, пробить до растворения сахара.
- 2 Сливки взбить в пышную пену.
- 3 Отделить желток от белка; белок взбить до твердых пиков.
- 4 Осторожно соединить чернику, сливки и белок, разложить по формам для мороженого, убрать в морозилку до застывания.

Малиновая гранита

Итальянская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 102 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 350 г малины (свежей или замороженной)
- 150 г сахара ■ 200 мл воды



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сахар растворить в 200 мл горячей воды, дать полностью остыть.
- 2 Малину пробить в блендере до состояния пюре, протереть через сито.
- 3 Соединить малиновое пюре и сахарный сироп, перемешать до однородности, выложить в контейнер, поставить в морозилку.
- 4 Через 2 часа граниту перемешать, затем перемешивать каждые 30–40 минут.
- 5 Готовую граниту разложить по креманкам или бокалам и подавать.

Лимонный сорбет

Европейская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 110 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 6 лимонов ■ 300 г сахара
- 200 мл воды



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 С двух лимонов снять цедру на мелкой терке, из всех лимонов выжать сок.
- 2 Из сахара и воды сварить сироп, остудить.
- 3 Добавить в сироп лимонный сок и цедру, перемешать, выложить в контейнер, убрать в морозилку.
- 4 Когда сорбет начнет застывать, доставать его из морозилки и перемешивать каждые 30–40 минут.

Кассата с орехами и цукатами

Итальянская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 138 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 мл жирных сливок
- 100 г сахара ■ 4 яйца
- 2 ст. л. изюма
- 100 г цукатов
- 100 г орехов ■ 1 лимон



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Изюм залить кипятком, оставить на 20 минут, отжать.
- 2 Цукаты нарезать мелкими кубиками, с лимона снять цедру на мелкой терке.
- 3 Орехи подсушить на сухой сковороде, дать остыть, некрупно нарубить.
- 4 Отделить желтки от белков (желтки не понадобятся).
- 5 Сахар всыпать в небольшой ковшик, влить 40 мл горячей воды, нагревать, помешивая, до полного растворения сахара.
- 6 Сливки взбить до пышной устойчивой пены, убрать в холодильник.
- 7 Белки взбить в пышную пену; не прекращая взбивать, очень тонкой струйкой влить горячий сироп; продолжать взбивать белки до твердых пиков.
- 8 Во взбитые белки аккуратно ввести взбитые сливки.
- 9 Добавить лимонную цедру, изюм, цукаты и орехи, еще раз аккуратно перемешать.
- 10 Выложить полученную массу в форму, устланную пищевой пленкой, разровнять, убрать в морозилку до полного застывания.



Я тупо смотрела в монитор, не видя букв и цифр. Мозг плавился от жары и не желал напрягаться.

Хорошо бы сбегать из шумного душного города на морское побережье, или походить босиком по траве у лесного озера, или просто сменить офисную обстановку хотя бы на краткосрочную командировочную. Но не зря говорят: бойтесь своих желаний...

Несостоявшийся девятый вал

Буквально через пять минут в отдел зашел замначальника со словами:

– Нужен один человек на завтрашнее мероприятие в центральное отделение. Кто?

В голове понеслись мысли, обгоняя друг друга: завтра пятница, головной офис находится в городе, где мне давно хотелось побывать, скоростной поезд домчит всего за несколько часов, выходные дни проведу вне стен квартиры.

– Я, – объявила свое намерение руководителю.

– Вот и славно, иди за документами.

Поезд отправлялся по расписанию, а я как обычно не рассчитала время и неслась по платформе, думая только об одном – успеть. В вагон влетела последняя и, до конца не отдышавшись, стала искать свое место. Оно находилось у окна и оказалось занятым.

– Вы сидите в моем кресле, – обратилась я к мужчине в темных очках.

Он внимательно посмотрел на меня и не сдвинулся с места. Затем достал свой билет и развернул его мне:

– Я сижу на своем месте. Думаю, вы просто ошиблись вагоном.

– Нет, у меня именно этот номер вагона и именно это место.

В поисках равновесия

В эту минуту поезд тронулся, и я едва удержалась на ногах. Волна негодования стала накатываться как девятый вал на картине Айвазовского. От полного погружения в пучину раздражения (себя-то я знаю!) мужчину спасла проводница.

– Девушка, в этом поезде несколько сдвоенных вагонов. Возможно, у вас билет во второй вагон под этим же номером.

И действительно, мое место было в соседнем вагоне.

– Не заблудитесь? Можете, вас проводить? – услышала уже за спиной голос несостоявшегося соседа-пассажира.

– Справлюсь, – буркнула я.

Прическа для себя настоящей

Служебные вопросы были решены успешно, и я отправилась на прогулку в старую часть города. За поворотом уткнулась в дом с необычными резными ставнями, в котором, к моему удивлению, располагалась парикмахерская. Недолго думая, переступила порог. В зале никого не было кроме пожилого мастера. Наверное, зря сюда зашла.

– Вы поступили совершенно верно, что пришли именно ко мне, – слово,



сотворил то, о чем я думала, но никак не решалась: покрасить волосы светлее и отрезать челку.

– Как вы узнали? – ошарашено спросила я.

– Прочитал в ваших глазах.

Сломанный каблук – к счастью

Я с наслаждением бродила по узким улочкам, радовалась новым ощущениям. Впервые за многие годы шла с глубокой уверенностью в своей уникальности.

Деревянная ступенька на мостике покачнулась, и я едва не растянулась на дороге. От падения удержал

поручень, за который успела зацепиться, но каблук спасти не получилось.

– И часто такое с вами происходит? Лично я стал свидетелем нарушения вашего равновесия уже второй раз за сутки. Правда, узнал вас не сразу – новый образ вам очень к лицу.

Это был тот самый пассажир поезда, которого я пыталась согнать со «своего» места. Настроение покатило вниз. Я развернулась и поковыляла в другую сторону.

«**Что ни говори, а любовь без надежд и требований трогает сердце женское вернее всех расчетов обольщения.**
Александр Пушкин»

– Извините, не хотел вас обидеть. Неудачно пошутил. Но в обуви со сломанным каблуком вы не сможете ходить. Недалеко отсюда есть мастерская, если не возражаете, я помогу вам до нее добраться.

Не успела я опомниться, как мужчина подхватил меня на руки и понес по мосту. И вдруг меня окатила волна безмятежности и спокойствия – давно забытые чувства.

«Без меня ты никто!»

Почему забытые? Потому что пару лет назад подобные чувства я уже испытывала, когда собиралась замуж за Тимофея. Сначала все было как в сказке. Но... Он работал в строительной отрасли, и все летние дни были в настолько плотном графике, что для меня в нем практически уже не было места.

– Сколько можно так надрываться? Всех денег все равно не заработаешь. Давай в выходные побудем вдвоем, – уговаривала я.

– О чем ты? У нас самая жаркая пора, я не могу размениваться на всякие твои хотелки, – Тимофей заводился с пол-оборота.

А потом я узнала, что это только на меня у жениха не было времени. На приятелей и друзей его бы-

ло достаточно. Информация от доброжелатель была настолько шокирующей, что казалась неправдоподобной.

– Все нормальные мужики живут полноценной жизнью. Ну и что в этом такого? Я ж на тебе женюсь! – оправдывался Тимофей.

– Я не буду твоей женой. – Да кто ты такая, чтоб решать? Без меня ты никто!

Этому прохиндею, как оказалось, нужна была только прописка.

Два места в одном вагоне

Обувная мастерская действительно оказалась за углом. Я не успела поблагодарить попутчика – он срочно ушел после звонка, на ходу крикнув:

– Меня зовут Денис. Буду ждать вас вечером на центральной площади под часами.

Я задумалась: во сколько начинается вечер?

В 19:00 я была на площади, в 19:45 ушла, ругая себя, что в очередной раз поддалась на провокацию.

Поезд в родной город отправлялся точно по расписанию, а я снова не рассчитала время. Влетела в вагон и направилась к своему месту. В соседнем кресле сидел Денис.

Вот уже год, как мы поженились. Предложение руки и сердца я получила через две недели после той встречи в поезде. Оказалось, что в тот вечер, когда я так и не дождалась его, он отвозил в ветлечебницу собаку, сбитую пьяным водителем. Пришел через пятнадцать минут после моего ухода и прождал по полчаса.

НАТАЛИЯ

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



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

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

1 ★★★★★

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

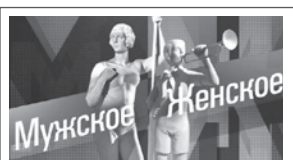
2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

7 ПЕРВЫЙ



16.05 «Мужское / Женское». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 20.00 «ИЩЕЙКА». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ВАША ЧЕСТЬ». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



18.30 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 13.00 «ХУДОЖНИК». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.35 Вести. Местное время
- 15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «Малахов». (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ВМЕСТЕ НАВСЕГДА». (12+)
Звонарёва и следователь Саша Титов влюблены и счастливы. В день, когда Саша делает Кате предложение, она знакомится с бизнесменом Романом Гордеевым. Роман надеется на отношения с Катей, но получает отказ.
- 01.25 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
- 03.15 «ВАСИЛИСА». (12+)

НТВ



11.00 «ПЁС». (16+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (12+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 11.00 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «НЕВСКИЙ». (16+)
Капитан полиции Павел Семенов привык сначала действовать, а потом разбираться, потому что хочет остаться в живых, ведь дома его ждут жена Юлия и сын Саша.
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «НЕВСКИЙ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «Маска». (12+)
- 03.30 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)

СТС СТС



06.30 «Маша и Медведь». (0+)

- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 «Все псы попадают в рай». (16+)
- 09.40 «Норм и Несокрушимые: Ключи от королевства». (6+)
- 11.25 «Норм и Несокрушимые: Большое путешествие». (6+)
- 13.20 «Норм и Несокрушимые: Семейные каникулы». (6+)
- 15.05 «КОРОЛЬ-ЛВЁНОК». (12+)
Львёнку Кингу чудом удаётся сбежать от браконьеров. 12-ти летняя Инесс обнаруживает малыша Кинга в своём доме...
- 17.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 21.00 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)
- 23.05 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- 00.50 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 02.50 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (16+)

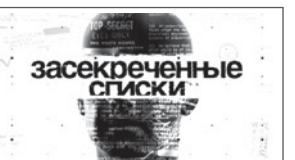
ТНТ ТНТ



17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)
Саша с Люсей предостерегают Свету от отношений с Филиппом. Алина продолжает ругаться с бывшим женихом.
- 09.00 «Выжить в Дубае. Возвращение». (16+)
- 11.30 «Титаны». (16+)
- 13.35 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 20.00 «ИВАНЬКО». (16+)
- 22.30 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
Агенты ЦРУ тоже влюбляются и даже женятся, как показал на своем примере шпион Спенсер. Однако не прошло и трех лет, а его вновь хотят убить - и преимущественно собственная родня.
- 00.20 «МЛАДЕНЕЦ НА \$30 000 000». (12+)
- 02.30 «СНОУДЕН». (16+)
- 04.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 06.00 «Утро ТНТ». (16+)

REN



15.00 «Засекреченные списки». (16+)

- 05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «МИДУЭЙ». (16+)
- 22.40 «Смотреть всем!» (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «АНОН». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|---|--|---|
| <p>ПЯТНИЦА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Гастротур. (16+) 05.50 Пятница News. (16+) 06.30 Секреты на кухне. (16+) 07.20 Гость у порога. (16+) 08.50 Секреты на кухне. (16+) 10.00 Четыре дачи. (16+) 11.40 Битва шефов. (16+) 17.50 Черный список. (16+) 20.00 Черный список. На кухне. (16+) 22.00 Черный список. (16+) 00.00 «ЧУЖИЕ ДЕТИ». (18+) 01.10 Пятница News. (16+) 01.40 Без ума от Tiffany. (16+) 02.50 Инсайдеры. (16+) 03.50 Черный список. (16+) | <p>ЧЕ!</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Утилизатор. (12+)
Профессиональный боец с автокламом уже очистил столичные улицы от «ведер с гайками», настало время новости порядка во всей стране! 06.15 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 07.30 Дорожные войны. (16+) 11.15 «СОЛДАТЫ-16». (16+) 20.00 02.40 Решала. (16+) 21.00 Заступницы. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 05.00 Дорожные драмы. (16+) | <p>ОТР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 Отражение 11.50 01.05 «Первая помощь». (12+) 15.10 «Коллеги». (12+) 15.50 «Академики». (12+) 16.20 «За дело!» (12+) 17.00 «Дискуссионный клуб TV Губернии». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 20.40 04.15 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+) 22.25 Юбилейный концерт Игоря Крутого «Рапсодия льда». (12+) |
| <p>Ю</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
О дружбе и приключениях озорной девочки Маши и ее друга Медведя. Их дружба является олицетворением комичных взаимоотношений между ребенком, исследующим окружающий мир, и взрослым, поддерживающим его в этом увлекательном приключении. 09.55 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) 12.00 «Шоу Метод Юлии Ивлиевой». (16+) 13.00 «Супербабушка». (16+) 16.40 «Беременная в 45». (16+) 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) 02.00 «Измены». (16+) | <p>МИР</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Мультфильмы». (6+) 05.20, 06.25 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (16+) 06.00, 10.00, 13.00 Новости 06.15 «Пять причин поехать в...» (12+) 08.15, 10.10 «СМЕРШ» (16+) 10.00, 13.00 Новости 13.15 «Мировое соглашение». (16+) 14.10 «Дела судебные. Битва за будущее». (16+) 15.05 «Дела судебные. Новые истории». (16+) 16.00 Новости 16.15 «Дела судебные. Яблоко раздора». (16+) 17.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 18.30 Новости 18.50 «Игра в кино». (16+) 21.35 «Миллион за 5 минут». (16+) 22.20 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ!». (16+) | <p>ПОБЕДА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.05 «Путь к Победе» (16+) 06.00 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+) 07.40 «ТАНКИ». (16+) 09.20 «ЭКСПРОПАТОР». (16+)
Вор Юрка-Барон, провернув очередную кражу, едет из Ленинграда в Москву, чтобы встретиться с человеком из далекого прошлого. В поезде он вспоминает свою жизнь, которая наверняка сложилась бы по-иному, если бы не война, не репрессии и не родство матери с персональным шофером Ленина... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+) 02.40 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+) |

ДЕТСКИЕ

- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.30 «Цветяшки!» (0+)
 - 07.40 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
 - 07.50 «Петроникс». (0+)
На первый взгляд четверо друзей выглядят как обычные ученики начальных классов, но их объединяет секрет. Они - отважные защитники животных! Когда звери в опасности, Мэтт, Джим, Эмма и Тим откладывают свою школьную жизнь и берутся за дело. С помощью своих технологичных рюкзаков они превращаются в команду героев Петроникс!
 - 08.20 «Майло». (0+)
 - 09.10 «Приключения мегашенков». (0+)
 - 09.30 «Смешарики». (0+)
 - 10.55 «Простоквашино». (0+)
 - 12.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
 - 13.45 «Хранители Кью». (0+)
В далекой-далекой пустыне есть красивый город Кью-Таун, оазис которого является единственным источником воды. Его счастливые и беззаботные жители находятся под защитой Звездной Лиги Кью и ее отважных героев - Флейма, Сандера, Шайна, Айрона и Флеша. Но мирной жизни Кью-Тауна начала угрожать Банда Бастеров - Циклон, Фантом и Снэл.
 - 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
 - 14.30 «Гризли и лемминги». (6+)
 - 16.00 «Час «Союзмультфильма». (6+)
- МУЛЬТ**
- 17.00 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)
 - 17.10 «Ми-ми-мишки». (0+)
 - 18.35 «Три кота». (0+)
 - 19.50 «Оранжевая корова». (0+)
 - 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 21.20 «Сказочный патруль». (0+)
 - 22.05 «Карбот». (6+)
 - 22.35 «Дикие Скричеры!» (6+)
 - 23.00 «Ералаш». (6+)
 - 00.30 «Бор добр». (0+)
 - 01.50 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
 - 02.00 «Поезд динозавров». (0+)
 - 03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)
- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00 Время малышей. (0+)
 - 07.00, 20.00 «Маша и Медведь». (0+)
 - 08.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 09.00 Цветяшки! (0+)
 - 09.20 «Простоквашино». (0+)
 - 10.05, 22.00 «Сказочный патруль». (0+)
 - 10.55, 19.00, 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 13.00 Приключения Бубы, Готтомис с Бубой. (6+)
 - 15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
 - 15.25, 21.00, 04.35 «Барбоскины». (0+)
 - 17.00 «Мотофайтеры». (6+)
 - 17.15, 23.00, 05.00 «Фиксики». (0+)
 - 18.00, 02.15 «Лунтик». (0+)
 - 20.55 «Сказка на ночь». (0+)
 - 00.00 «Спина к спине». (0+)
 - 00.35 «Буба». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365 ДНЕЙ ТВ**
- 00.00 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (12+)
 - 00.45 «Великие битвы России». (12+)
 - 01.35 «Сквозь времена». (12+)
 - 02.15, 02.45, 06.50, 07.20, 10.55, 22.05, 22.30 «Трудные вопросы истории России». (12+)
 - 03.05, 07.55, 11.20, 15.10, 19.10 Историограф. (12+)
 - 06.00 Всемирное наследие. (12+)
 - 08.40 Я найду тебя, отец. (16+)
 - 10.10 Франц Лефорт: танцующий адмирал. (12+)
 - 12.05 «СУВОРОВ». (6+)
 - 14.05 Сталинские соколы. Расстрелянное небо. (12+)
 - 16.00 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
 - 16.55 Карим Хакимов: Советский паша. (12+)
 - 17.45, 22.00 Семь дней истории. (12+)
 - 17.55 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
 - 18.00 Иван Забелин, человек, сыгравший большую роль в формировании самосознания многих наших соотечественников. (12+)
 - 18.25 «Личность в истории». (12+)
 - 18.55 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
 - 20.00 Взгляд с высоты. Храмы Великого Новгорода. (12+)
 - 20.30 Элемент познания. (12+)
 - 21.00 Живописный гимн Отечества. (12+)
 - 23.05 «В поисках утраченного искусства». (12+)
- VJU HISTORY**
- 06.10 «Настоящая история Большого побед». (12+)
 - 07.05 «Баршава, Польша». (12+)
 - 07.35 «Неизвестная Италия: Матера - город из камня». (12+)
 - 08.40 Фильм-портал, который на полтора часа переносит зрителей в город вне времени и пространства. Матера - один из древнейших и необычных городов Италии...
 - 09.05 «Новый взгляд на доисторическую эпоху». (16+)
 - 10.10 «Короли Африки». (12+)
 - 11.05 «Запретная история». (12+)
 - 12.50 «Первая мировая». (16+)
 - 14.55 «Последняя тайна Мэрилин». (12+)
 - 15.55 «Тони Робинсон и Британия на пленке». (16+)
 - 17.00 «Тони Робинсон и Британия на пленке». (16+)
 - 18.00 «Мамонты - гиганты ледникового периода». (6+)
 - 19.00 «Шелковый путь». (12+)
 - 20.00 «Первое путешествие вокруг света». (16+)
 - 21.50 «Великая война». (12+)
 - 23.50 «Баршава, Польша». (12+)
 - 00.20 «Неизвестная Италия: Матера - город из камня». (12+)
 - 01.50 «Новый взгляд на доисторическую эпоху». (16+)
 - 02.45 «Короли Африки». (12+)
- ДОКТОР**
- 06.00 О самом главном. (12+)
 - 06.55 «Большой скачок». (12+)
 - 07.20 Доктор, мне только спросить. (12+)
 - 07.50 Доктор на работе. (12+)
 - 10.45 Еда. (12+)
 - 11.15 О самом главном. (12+)
 - 12.10 Без халатов. (12+)
 - 12.40 Доктор, мне только спросить. (12+)
 - 13.10 «Мир невыспавшихся людей». (12+)
 - 14.05 О самом главном. (12+)
 - 15.00 Доктор на работе. (12+)
 - 17.55 «Анальгетики. Пить или не пить?» (12+)
 - 18.45 О самом главном. (12+)
 - 19.45 От первого лица. (12+)
 - 20.15 Без халатов. (12+)
 - 20.45 «Большой скачок». (12+)
 - 21.10 Доктор, мне только спросить. (12+)
 - 21.40 О самом главном. (12+)
 - 22.40 Доктор на работе. (12+)
 - 01.00 ДокТок с Эвелиной Замковой. (12+)
 - 01.30 Без халатов. (12+)
 - 01.55 «Аллергия. Реквием по жизни?» (12+)
 - 02.50 О самом главном. (12+)
 - 03.45 Доктор, мне только спросить. (12+)

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



10.15
«Наблюдатель»

- 07.15 «Первые в мире»
- 07.30 «ФАНТАЗИИ ФАРЯТЬЕВА»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 «Русский стиль»
- 11.45 Искусственный отбор
- 12.45 02.05 «Дягилев и Стравинский»
- 13.35 21.40 «ПРОФЕССИЯ - СЛЕДОВАТЕЛЬ»
- 14.45 «Роман в камне»
- 15.15 01.35 XVII международный конкурс имени П.И. Чайковского
- 15.50 «Фабрика кисейных барышень»
- 17.15 23.25 «СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН»
- 18.45 «Забывшее ремесло»
- 19.00 «Кто мы?»
- 19.45 00.55 Истории города N с Пьером Бурелем
- 20.25 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Александр Ширяев»
- 22.55 «Рэгтайм, или Разорванное время»

ТВЦ



15.05 «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Москва резиновая». (16+)
- 08.50 «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ». (12+)
- 10.40 «Назад в СССР». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.55 Город новостей
- 15.05 03.50 «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ». (12+)
- 17.15 «Фактор без опасности». (12+)
- 18.15 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 18.40 «ОТЧАЯННЫЕ». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 01.00 «90-е». (16+)
- 01.35 Хроники московского быта. (12+)
- 02.20 «Дорогие товарищи. Дело Елисеевского гастронома». (16+)

ТВ-3



10.00 Гадалка. (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 05.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 15.00 18.00 Новости. (16+)
- 08.40 14.30 15.10 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 13.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 16.15 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 18.30 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 23.30 «БЫВШАЯ С ТОГО СВЕТА». (16+)
- 01.30 Кадони шоу. (16+)
- 02.15 «ПЯТНИЦКИЙ». (16+)

ДОМАШНИЙ



14.15 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 12.00 00.35 «Порча». (16+)
- 13.10 «Знахарка». (16+)
- 13.45 «Верну любимого». (16+)
- 14.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.50 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (16+)
- 19.00 «НИКОМУ НЕ РАССКАЖЕМ». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 «6 кадров». (16+)
- 03.05 «ОТПУСК ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (16+)
- 06.15 По делам несовершеннолетних. (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 08.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.15 «ФИЛИН-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ФИЛИН-2». (16+)
- 02.10 «СЛЕД». (16+)

ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 12.10 13.20 15.05 17.15 03.15 «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШХ...» (16+)
- 18.00 «Военная приемка». (12+)
- 19.35 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Война миров». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.15 «ТРОЙНАЯ ПРОВЕРКА». (12+)
- 01.15 «ПОМНИ ИМЯ СВОЕ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 01.45 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 13.00 «Здоровый интерес». (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 «ПОДКИДЫШ». (16+)
- 16.30 «МЕЖДУ ДВУХ ОГНЕЙ». (16+)
- 17.30 «Фолиант». (12+)
- 17.45 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 «Современники». (12+)
- 18.45 22.15 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.30 «Спортивная семья». (12+)
- 22.30 03.00 «Точка.ру». (12+)
- 23.00 «ВУЛКАН СТРАСТЕЙ». (16+)
- 03.30 «Документальное кино». (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.55 05.30 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.00 10.05 12.55 15.25 Новости
- 07.05 20.00 22.30 Все на Матч!
- 10.10 Лица страны. (12+)
- 10.30 16.55 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
- 11.30 Профессиональный бокс. (16+)
- 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)
- 15.30 «Громко»
- 17.55 Футбол. «Краснодар» - «Локомотив» (Москва). Суперлига. Женщины. Прямая трансляция
- 20.25 Футбол. «Ротор» (Волгоград) - «Арсенал» (Тула). МЕЛБЕТ- Первая Лига
- 23.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 01.20 Бильярд. BetBoom Кубок чемпионов. (0+)
- 02.55 Новости. (0+)
- 06.00 13.05 00.10 Плавание. Кубок России. (0+)
- 07.40 11.45 16.00 19.00 21.55 05.15 Спецрепортаж. (12+)
- 07.55 10.00 13.00 Новости
- 08.00 Автоспорт. Российская Дрифт серия. (6+)
- 08.55 Небесная грация. (0+)
- 09.10 «Парусный спорт». (16+)
- 09.40 Спецрепортаж. (0+)
- 10.05 Серфинг. Wakesurf Cup 2024. (6+)
- 12.00 Что по спорту? (12+)
- 12.30 05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 14.50 Автоспорт. (6+)
- 16.20 22.10 «Выше Олимпиа». (12+)
- 16.50 Конный спорт. Скачки. (0+)
- 19.15 «Что за спорт?» (12+)
- 19.45 Страна смотрит спорт. (12+)
- 20.10 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)
- 20.40 «Громко». (12+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 01.50 «Сергей Белов. Огненная Легенда». (12+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.25 Про-новости. (16+)
- 09.00 Звезды о звездах (16+)
- 10.00 Плейлист Лето. (16+)
- 11.00 Топ-30. (16+)
- 13.00 Консервы. (16+)
- 14.00 Плейлист Лето. (16+)
- 15.00 Про-новости. (16+)
- 15.30 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 18.00 Про-новости. (16+)
- 18.20 «10 самых!» (16+)
- 18.55 «10 самых!» (16+)
- 19.20 «DJ SMASH». (16+)
- 20.00 «Замёрзшая из Майами». (16+)
- 20.30 Плейлист Лето. (16+)
- 20.35 «Снимаем это немедленно: стиль звезд». (16+)
- 21.40 Про-новости. (16+)
- 22.00 ВК Контакты. (16+)
- 23.00 ВК Натальная карта. (16+)
- 00.00 «10 Sexu». (18+)
- 01.00 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.30 «ПРИГОВОР». (16+)
- 08.45, 09.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 10.45 «В ПОСТЕЛИ С НЕЗНАКОМЦЕМ». (16+)
- 12.35 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
- 14.50 «ТЁМНЫЕ ТАЙНЫ». (16+)
- 17.00 «АРТУР И МИНИПУТЫ». (12+)
- 19.00 «АРТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (6+)
- 20.45 «АРТУР И ВОЙНА ДВУХ МИРОВ». (12+)
- 22.45, 23.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 00.45 «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)
- 02.30 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 03.55 «ТАЛЛИ». (16+)
- 05.30 «Пин-код». (6+)
- 06.20 «Три кота». (6+)
- 06.55 «Смешарики». (6+)
- 07.40 «ТРОЕ». (16+)
- 10.05 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
- 11.55 «СИНДРОМ». (16+)
- 13.30 «ОТРЫВ». (16+)
- 15.05 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (16+)
- 17.05 «БУЛКИ». (18+)
- Из подмосковного Противно прилететь в Шри-Ланку через измену мужа сразу после свадьбы...
- 19.00 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (16+)
- 20.35 «ДЖУНГЛИ». (16+)
- 22.05 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (16+)
- 23.40 «Я ХОЧУ! Я БУДУ!» (12+)
- 01.20 «МЕТРО». (16+)
- 03.25 «ОТРЫВ». (16+)
- 04.50 «Ну, погоди!» (6+)
- 05.15 «Три кота». (6+)
- 05.45 «Иван Царевич и Серый Волк». (6+)
- 07.15 «Иван Царевич и Серый Волк-5». (6+)
- 08.50 «ЗАКОЛДОВАННЫЙ УЧАСТОК». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- Сериал. Россия, 2008. Комедия. В ролях: Людмила Артемьева, Анатолий Васильев, Федор Добронравов, Ульяна Ивашенко, Денис Роднянский.
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.35 «ГОРЬКО!» (16+)
- 02.15 «ГОРЬКО!-2». (16+)
- 03.50 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- 05.15 «Три кота». (0+)
- 05.45 «Иван Царевич и Серый Волк». (0+)
- 07.15 «Иван Царевич и Серый Волк-5». (0+)
- 08.50 «ЗАКОЛДОВАННЫЙ УЧАСТОК». (0+)
- 10.50 «СВАТЫ». (0+)
- 15.50 «СВАТЫ». (0+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (0+)
- 00.35 «ГОРЬКО!» (0+)
- 02.15 «ГОРЬКО!-2». (0+)
- 03.50 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (0+)
- 06.00 «Три кота». (0+)
- 09.00 Просто кухня. (12+)
- 10.05 «ДЫЛДЫ». (16+)
- Сериал. Россия, 2019 г. Комедия. В ролях: Павел Деревянко, Анна Невская, Татьяна Орлова, Дарья Урсуляк, Павел Майков, Анна Антонова, Сергей Рубеко.
- 13.15 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 16.00 «КУХНЯ». (16+)
- 22.00 «КИБЕР ИВАН». (16+)
- Россия, 2023 г. Комедия. В ролях: Александр Метёлкин, Камилл Ларин, Янина Студилина, Дмитрий Астрахан, Анастасия Акатова, Анжелика Каширина, Сергей Неудачин.
- 01.10 «МАРГОША». (16+)
- 04.10 «Три кота». (0+)
- 05.15 «Три кота». (6+)
- 05.45 «Иван Царевич и Серый Волк». (6+)
- 07.15 «Иван Царевич и Серый Волк-5». (6+)
- 08.50 «ЗАКОЛДОВАННЫЙ УЧАСТОК». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- Сериал. Россия, 2014. Криминал. В ролях: Александр Домогаров, Елизавета Нилова, Вячеслав Крикунов, Сергей Сосновский, Фёдор Лавров
- 05.15 «Три кота». (6+)
- 05.45 «Иван Царевич и Серый Волк». (6+)
- 07.15 «Иван Царевич и Серый Волк-5». (6+)
- 08.50 «ЗАКОЛДОВАННЫЙ УЧАСТОК». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- Сериал. Россия, 2008. Комедия. В ролях: Людмила Артемьева, Анатолий Васильев, Федор Добронравов, Ульяна Ивашенко, Денис Роднянский.
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.35 «ГОРЬКО!» (16+)
- 02.15 «ГОРЬКО!-2». (16+)
- 03.50 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- 06.00 06.10 06.40 07.10, 07.30, 07.50, 08.30, 08.55, 09.20, 09.30, 10.00, 10.50, 11.10, 11.40, 12.30, 12.50, 13.20, 13.50, 14.20, 15.00, 15.30, 16.10, 16.40, 17.20, 17.50, 18.20, 18.50, 03.30, 04.00, 04.20 «Маша и Медведь». (0+)
- 12.00 «Маша и Медведь. 12 месяцев». (0+)
- 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.00 Богиня шопинга. (16+)
- 23.10, 23.30 «МАХАБАХАРАТА». (16+)
- 00.05 Суббота News-2024. (16+)
- 00.20, 01.20 «ПРАКТИКА». (16+)
- 20.30 «Тайна Блаженной Матроны Анемняевской». (0+)
- 21.25 «Святые воины». Э(6+)
- 22.00, 22.35 «Поле битвы». (16+)
- 23.05 Вечер на «Спасе». (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.15 Прямая линия жизни. (16+)
- 01.10 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 02.05 «В поисках святого города». (0+)
- 02.35 «Высокие холмы». Э(0+)
- 03.20 «Тайна Блаженной Матроны Анемняевской». (0+)
- 04.05 Вечер на «Спасе». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (0+)
- 06.40 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
- 07.00 Утро на «Спасе». (0+)
- 09.00 Утро на «Спасе». (0+)
- 11.00 «Высокие холмы». (0+)
- 11.55 День Патриарха. (0+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 13.00, 13.30, 13.55 Монастырская кухня. (0+)
- 14.20 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (6+)
- 16.25 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (6+)
- 18.30 Вечер на «Спасе». (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 20.30 «Тайна Блаженной Матроны Анемняевской». (0+)
- 21.25 «Святые воины». Э(6+)
- 22.00, 22.35 «Поле битвы». (16+)
- 23.05 Вечер на «Спасе». (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.15 Прямая линия жизни. (16+)
- 01.10 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 02.05 «В поисках святого города». (0+)
- 02.35 «Высокие холмы». Э(0+)
- 03.20 «Тайна Блаженной Матроны Анемняевской». (0+)
- 04.05 Вечер на «Спасе». (0+)

Православный календарь

29 июля
Седмица 6-я по Пятидесятнице.
Глас 4. Сщмч. Афиногена епископа и десяти учеников его.



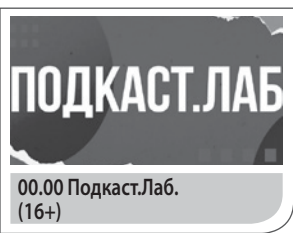
Мч. Павла и мц. Алевтины (Валентины) и Хионины. Мчч. Антиоха врача. Мц. Иулии девы. Память святых отцов IV Вселенского Собора. Блж. Матроны Анемняевской, исп. Сщмч. Иакова, архиеп. Барнаульского, и с ним сщмчч. Петра и Иоанна пресвитеров, прмч. Феодора. Прмч. Ардалиона. Чирской (Псковской) иконы Божией Матери.

Поста нет.

«Тело твое, христианин, есть храм Святого Духа, желающего обитать в тебе. Поэтому имей заботу о храме, чтобы не оскорбить Обитающего в нем».

Прп. Ефрем Сирий

ПЕРВЫЙ



00.00 Подкаст.Лаб. (16+)

05.00 «Доброе утро»

09.00 Новости (с субтитрами)

09.20 «Модный приговор». (0+)

10.10 «Жить здорово!» (16+)

11.00 Информационный канал. (16+)

12.00 Новости (с субтитрами)

12.15 Информационный канал. (16+)

15.00 Новости (с субтитрами)

15.15 «Давай поженимся!» (16+)

16.05 «Мужское / Женское». (16+)

17.00 Информационный канал. (16+)

18.00 Вечерние новости (с субтитрами)

18.30 Информационный канал. (16+)

20.00 «ИЩЕЙКА». (16+)

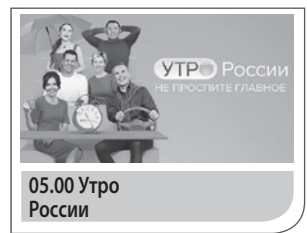
21.00 «Время»

22.00 «ВАША ЧЕСТЬ». (16+)

23.00 «Большая игра». (16+)

00.00 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



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+)

13.00 «ХУДОЖНИК». (12+)

14.00 Вести

14.35 Вести. Местное время

15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)

17.00 Вести

17.30 «Малахов». (16+)

18.30 «60 минут». (12+)

20.00 Вести

21.05 Вести. Местное время

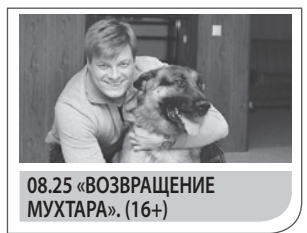
21.20 «ВМЕСТЕ НАВСЕГДА». (12+)

Лизе, сестре Кати, срочно требуется дорогостоящая операция за границей. Саша и Катя ищут деньги, но счёт идёт на дни. Алевтина клянётся, что спасёт дочь во что бы то ни стало. Судьба сестры оказывается в руках Кати.

01.25 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)

03.15 «ВАСИЛИСА». (12+)

НТВ



08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)

04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (12+)

06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

08.00 «Сегодня»

08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)

10.00 «Сегодня»

10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)

11.00 «ПЁС». (16+)

13.00 «Сегодня»

13.25 «Чрезвычайное происшествие»

14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)

16.00 «Сегодня»

16.45 «НЕВСКИЙ». (16+)

19.00 «Сегодня»

20.00 «НЕВСКИЙ». (16+)

Бизнесмен Дворкин, доверившись полковнику Коптееву, оказывается не только «кинутым на бабки», но и мертвым.

23.35 «Сегодня»

00.00 «Маска». (12+)

03.30 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)

СТС



17.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

06.00 Ералаш. (6+)

06.30 «Маша и Медведь». (0+)

08.00 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН». (16+)

10.00 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН: ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРОДОЛЖАЮТСЯ». (6+)

11.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ РЕМИ». (6+)

14.05 «ГРОМОБОЙ». (16+)

16.00 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)

17.50 Уральские пельмени. (16+)

17.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

21.00 «АКСЕЛЬ». (12+)

22.55 «АВАНГАРД: АРКТИЧЕСКИЕ ВОЛКИ». (12+)

01.00 «ЗАЩИТНИК». (18+)

02.35 «ЖЕЛЕЗНАЯ МАСКА». (12+)

04.35 «6 кадров». (16+)

05.00 «Мультфильмы». (16+)

05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

07.00 «Утро ТНТ». (16+)

08.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)

Сергей возвращается домой после болезненного расставания с Сашей. Алина узнает об их разрыве...

09.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)

13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

20.00 «ИВАНЬКО». (16+)

22.30 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС». (16+)

«Днем сурка» прозвали этот фильм, в котором двое героев, он и она, вновь и вновь возвращаются в один и тот же день свадьбы...

00.10 «СТРАННЫЙ ЭЛ». (18+)

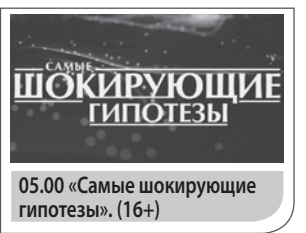
02.05 «Я тебе не верю». (16+)

02.55 «Импровизация. Команды». (16+)

04.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

06.00 «Утро ТНТ». (16+)

REN



05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

05.00 18.00 03.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

06.00 «С бодрым утром!» (16+)

08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)

09.00 «Военная тайна». (16+)

10.00 «СОВБЕЗ». (16+)

11.00 «Как устроен мир». (16+)

12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)

13.00 «Загадки человечества». (16+)

14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

15.00 «Засекреченные списки». (16+)

17.00 03.55 «Тайны Чапмана». (16+)

20.00 «ПОДЛОДКА U-235». (16+)

22.00 «Смотреть всем!» (16+)

23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)

00.30 «БОЙ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Гастротур. (16+)

05.40 Пятница News. (16+)

06.20 Секреты на кухне. (16+)

07.30 Гость у порога. (16+)

09.00 Секреты на кухне. (16+)

10.00 Битва шефов. (16+)

19.00 Свадьба вслепую. (16+)

21.40 Четыре свадьбы. (16+)

00.00 «Я, БАБУШКА, ИЛИКО И ИЛЛАРИОН». (18+)

01.30 Пятница News. (16+)

02.00 Инсайдеры. (16+)

03.40 Черный список. (16+)

04.20 Пятница News. (16+)

04.45 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)

Ю

05.20 «Маша и Медведь». (0+)

10.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)

12.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)

14.05 «Супербабушка». (16+)

Слышите слово «бабушка» и представляете себе седовласую старушку на лавочке? Готовьтесь удивляться. Хозяйственные и гламурные, дачницы и карьеристки, строгие и балующие - в этом шоу совершенно разные бабушки будут бороться за почетный статус Супербабушки.

16.40 «Ждули». (16+)

21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)

00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)

02.00 «Измены». (16+)

ЧЕ!

06.00 Дорожные драмы. (16+)

06.15 Дорожные войны. Лучшее. (16+)

Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом.

07.00 Дорожные войны 2.0. (16+)

07.30 Дорожные войны. (16+)

11.15 «СОЛДАТЫ-16». (16+)

20.00 02.40 Решала. (16+)

21.00 Заступницы. (16+)

23.00 Опасные связи. (18+)

05.00 Дорожные драмы. (16+)

МИР

05.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)

06.00, 10.00, 13.00 Новости

06.15 «Сделано в Содружестве». (12+)

06.25 «(Не) Фантастика». (12+)

06.40 «ЧИНГАЧГУК - БОЛЬШОЙ ЗМЕЙ». (16+)

08.30, 10.10 «СЛЕД СОКОЛА». (16+)

10.55 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ» (16+)

13.15 «Мировое соглашение». (16+)

14.10, 15.05 «Дела судебные. Новые истории». (16+)

16.15 «Дела судебные. Яблоко раздора». (16+)

17.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+)

18.30 Новости

18.50 «Игра в кино». (16+)

21.35 «Миллион за 5 минут». (16+)

22.20 «ИЗМЕНА». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)

09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение

11.00 00.45 «Судьба одного химика». (12+)

11.45 01.25 «Песня остаётся с человеком». (12+)

15.10 «НАД ТЁМНОЙ ВОДОЙ». (16+)

17.00 «Такие разные». (12+)

18.00 «Губернские новости». (12+)

18.05 «Вечер вместе». (12+)

20.40 04.15 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)

22.25 «УРГА: ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ». (16+)

ПОБЕДА

04.45 «Путь к Победе» (16+)

05.40 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)

07.05 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)

08.40 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)

10.40 «ДИВЕРСАНТ». (16+)

Молодые выпускники разведшколы ехали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёня Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей.

23.59 «Путь к Победе» (16+)

01.00 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)

02.30 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)

04.05 «КАДЕТ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. (0+)

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)

07.30 «Цветняшки!» (0+)

07.40 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)

07.50 «Петроникс». (0+)

На первый взгляд четверо друзей выглядят как обычные ученики начальных классов, но их объединяет секрет. Они - отважные защитники животных! Когда звери в опасности, Мэтт, Джия, Эмма и Тим откладывают свою школьную жизнь и берутся за дело. С помощью своих технологичных рюкзачков они превращаются в команду героев Петроникс!

08.20 «Майло». (0+)

09.10 «Приключения мегашенков». (0+)

09.30 «Оранжевая королева». (0+)

10.45 «Это супер!» (0+)

11.10 «Маша и Медведь». (0+)

13.45 «Хранители Кью». (0+)

В далекой-далекой пустыне есть красивый город Кью-Таун, оазис которого является единственным источником воды. Его счастливые и беззаботные жители находятся под защитой Звездной Лиги Кью и ее отважных героев - Флейма, Сандера, Шайна, Айрона и Флеша. Но мирной жизни Кью-Тауна начала угрожать Банда Бастеров - Циклон, Фантом и Снэй!

14.05 «Инфинити Над». (6+)

14.30 «Ум и Хрум». (0+)

МУЛЬТ

16.00 «Час «Союзмультфильма». (6+)

17.00 «ФФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)

17.10 «Ми-ми-мишки». (0+)

19.45 «Смешарики. Дежавю». (6+)

21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

21.20 «Сказочный патруль». (0+)

22.05 «Карбот». (6+)

22.35 «Дикие Скричеры!» (6+)

23.00 «Ералаш». (6+)

00.30 «Бобр добр». (0+)

01.50 «Навигатор. У нас гости!» (0+)

02.00 «Поезд динозавров». (0+)

03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)

МУЛЬТ

06.00, 12.00 Время малышей. (0+)

07.00, 20.00 «Маша и Медведь». (0+)

08.00 «Кошечки-собачки». (0+)

09.00 Цветняшки! (0+)

09.20 «Простоквашино». (0+)

10.05, 22.00 «Сказочный патруль». (0+)

10.55, 19.00, 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

13.00 Приключения Бубы, Готвим с Бубой. (6+)

15.00 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+)

15.30, 21.00, 04.35 «Барбо-скины». (0+)

17.00 «Мотофайтеры». (6+)

17.15, 23.00, 05.00 «Фиксики». (0+)

18.00, 02.15 «Лунтик». (0+)

20.55 «Сказка на ночь». (0+)

00.00 «Спина к спине». (0+)

00.35 «Буба». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Историада. (12+)

00.55 «Великие битвы России». (12+)

01.50, 02.15, 07.15, 18.00, 18.25, 21.30 «Трудные вопросы истории России». (12+)

02.55, 07.40, 11.30, 15.10, 23.10 «Историограф». (12+)

03.40 Я найду тебя, отец. (16+)

05.10 История одной фотографии. (6+)

05.30 Франц Лефорт: танцующий адмирал. (12+)

06.15 «Личность в истории». (12+)

08.25 «СУВОРОВ». (6+)

10.20 Сталинские соколы. Расстрелянное небо. (12+)

12.15 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)

13.15 Карим Хакимов: Советский паша. (12+)

14.00 «Сквозь времена». (12+)

14.40 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)

16.00 Взгляд с высоты. Храмы Великого Новгорода. (12+)

Документальный сериал. Режиссер фильма: Сергей Ермоленко

16.30 Элемент познания. (12+)

17.00 Россия глазами иностранцев. (12+)

17.55 Семь дней истории. (12+)

18.55 Обыкновенная история. (6+)

19.05 «В поисках утраченного искусства». (12+)

20.00, 20.45 «Монологи императоров». (16+)

22.00 «Секреты истории». (16+)

04.55 «Великая война» (12+)

VIIU HISTORY

06.00 «Запретная история». (12+)

06.45 «Монастыри святого Иоанна и святого Георгия Хозевита». (12+)

Мы отправимся в путешествие по самым величественным и завораживающим местам нашей планеты: замкам, церквям, древним руинам и необыкновенным природным памятникам.

07.15 «Тони Робинсон и Британия на пленке». (16+)

09.20 «Мамонты - гиганты ледникового периода». (6+)

10.15 «Шелковый путь». (12+)

11.15 «Запретная история». (12+)

13.00 «Первая мировая». (16+)

15.05 «Стать Шанель». (16+)

16.05 «Тони Робинсон и Британия на пленке». (16+)

18.10 «Запретная история». (12+)

19.05 «Шелковый путь». (12+)

20.05 «Первое путешествие вокруг света». (16+)

21.50 «Великая война». (12+)

23.50 «Тони Робинсон и Британия на пленке». (16+)

00.50 «Тони Робинсон и Британия на пленке». (16+)

01.45 «Мамонты - гиганты ледникового периода». (6+)

02.35 «Шелковый путь». (12+)

03.30 «Запретная история». (12+)

04.55 «Великая война» (12+)

ДОКТОР

06.00 О самом главном. (12+)

06.55 «Клинический слушай». (12+)

07.20 «Клинический слушай». (12+)

07.50 Доктор на работе. (12+)

10.20 Доктор с Эвелиной Закамской. (12+)

10.50 От первого лица. (12+)

11.20 О самом главном. (12+)

12.15 Без халатов. (12+)

12.45 «Большой скачок». (12+)

13.15 «Невидимая власть микробов». (12+)

14.05 О самом главном. (12+)

15.00 Доктор на работе. (12+)

17.55 «Аллергия. Реквием по жизни?» (12+)

18.55 О самом главном. (12+)

19.50 Скажите, доктор! (12+)

20.20 Без халатов. (12+)

20.50 «Клинический слушай». (12+)

21.50 О самом главном. (12+)

22.45 Доктор на работе. (12+)

01.40 Без халатов. (12+)

02.05 «Куда уходит память?» (12+)

02.50 О самом главном. (12+)

03.45 «Клинический слушай». (12+)

04.10 «Клинический слушай». (12+)

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



20.25 «Спокойной ночи, малыши!»

- 06.30 19.45 00.55 Истории города N
- 07.15 «Монологи великого Дуни»
- 07.45 «Репортажи из будущего»
- 08.25 «Жизнь и судьба»
- 08.50 «ВОЛШЕБНЫЙ ГОЛОС ДЖЕЛЬСОМИНО»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 «Русский стиль»
- 11.45 Искусственный отбор
- 12.45 20.45 «Мастер движения»
- 13.45 21.40 «ПРОФЕССИЯ - СЛЕДОВАТЕЛЬ»
- 15.00 «Первые в мире»
- 15.15 01.35 XVII международный конкурс имени П.И. Чайковского
- 16.30 Запечатленное время
- 17.15 23.25 «СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН»
- 18.45 «Забывшее ремесло»
- 19.00 «Кто мы?»
- 20.25 «Спокойной ночи, малыши!»
- 22.55 «Рэгтайм»

ТВЦ



15.00 «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Москва резиновая». (16+)
- 08.45 «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ». (12+)
- 10.40 02.20 «Назад в СССР». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 03.55 «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ». (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы». (16+)
- 18.15 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 18.40 «ОТЧАЯННЫЕ». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Позор ради славы». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 01.00 «Группа «А». Без грифа «Секретно». (16+)
- 01.40 Прощание. (16+)

ТВ-3



18.30 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 05.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 15.00 Новости. (16+)
- 08.40 14.30 15.10 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 13.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 16.15 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 18.30 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 23.30 «БАГРОВАЯ МЯТА». (18+)
- 01.30 «ПЯТНИЦКИЙ». (16+)

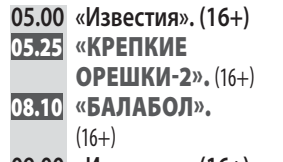
ДОМАШНИЙ



13.20 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.10 Давай разведёмся! (16+)
- 08.10 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Понять. Простить». (16+)
- 11.40 «Порча». (16+)
- 12.45 «Знахарка». (16+)
- 13.20 «Верну любимого». (16+)
- 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.30 «НЕЛЮБИМЫЙ МОЙ». (16+)
- 19.00 «СЛИШКОМ БЛИЗКО, СЛИШКОМ БОЛЬНО». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 00.30 «Порча». (16+)
- 01.30 «Знахарка». (16+)
- 02.00 «Верну любимого». (16+)
- 02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.50 Тест на отцовство. (16+)

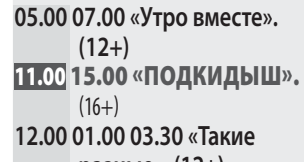
5-й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 08.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.15 «ФИЛИН-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ФИЛИН-2». (16+)
- 02.10 «СЛЕД». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 01.10 «КАПИТАН НЕМО». (12+)
- 12.40 13.20 15.05 17.15 02.35 «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШХ-2». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.15 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ПОДКИДЫШ». (16+)
- 12.00 01.00 03.30 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «МЕЖДУ ДВУХ ОГНЕЙ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Спортивная семья». (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 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 «Футбол губернии». (12+)
- 22.00 «Документальное кино». (12+)
- 23.00 «НАДЕЖДА». (16+)
- Анна и Томас много лет вместе. Их чувства давно остыли, и они почти готовы расстаться. Но Анна заболевает. Может ли страх потери стать глотком свежего воздуха и возродить любовь?

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 14.55 05.30 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 «Наши иностранцы». (12+)
- 07.00 10.05 12.55 Новости
- 07.05 15.30 23.15 Все на Матч!
- 10.10 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.30 Футбол. Лучшие голы Кубка России 2023-2024. (6+)
- 11.30 Профессиональный бокс. М.А. Баррера - М. Пабло. Трансляция из США. (16+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 География спорта. (12+)
- 15.55 Футбол. «2Drots» (Москва) - «Строгино» (Москва). FONBET Кубок России
- 18.00 Футбол. «Локомотив» (Москва) - «Ростов» (Ростов-на-Дону). FONBET Кубок России
- 20.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Факел» (Воронеж). Кубок России
- 00.15 «Игорь Численко. Удар форварда». (12+)
- 01.20 Бильярд. VetBoom Кубок чемпионов. (0+)
- 06.00 10.05 Сёрфинг. Wakesurf Cup 2024. (6+)
- 07.40 09.40 15.35 16.00 22.05 22.20 23.55 Спецрепортаж. (12+)
- 07.55 10.00 13.00 15.55 Новости
- 08.00 «Громко». (12+)
- 09.10 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)
- 11.45 Велоспорт. Чемпионат России. (6+)
- 13.05 00.10 Плавание. Кубок России. (0+)
- 14.50 05.15 Спецрепортаж. (0+)
- 15.05 «Парусный спорт». (16+)
- 16.20 География спорта. (12+)
- 16.45 Конный спорт. Скачки. (0+)
- 18.55 Профессиональный бокс. (16+)
- 21.05 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. (6+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 01.50 Небесная грация. (0+)
- 02.10 Автоспорт. Российская Дрифт серия. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

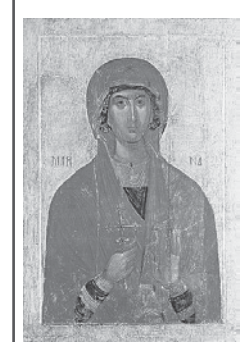
- VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.35 «СВИДАНИЕ МОЕЙ МЕЧТЫ». (16+)
- 07.25, 08.30 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 09.25 «АРТУР И МИНИПУТЫ». (12+)
- 11.25 «АРТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (6+)
- 13.20 «АРТУР И ВОЙНА ДВУХ МИРОВ». (12+)
- 15.15 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
- 16.55 «ЗАМУЖ НА 2 ДНЯ». (16+)
- 19.00 «ЛЕВ». (16+)
- 21.20 «ДВОРЕЦКИЙ». (16+)
- 23.50, 00.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.40 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
- 03.45 «АННА КАРЕНИНА». (16+)
- 05.30 «Пин-код». (6+)
- 06.45 «Три кота». (6+)
- 07.35 «Смешарики». (6+)
- 08.30 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (16+)
- 10.10 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (16+)
- 11.40 «ДЖУНГЛИ». (16+)
- 13.10 «БУЛКИ». (18+)
- Из подмосковного Протвино прилететь в Шри-Ланку через измену мужа сразу после свадьбы...
- 15.10 «ДЕНЬ СЛЕПОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)
- 17.25 «СВЯЗЬ». (16+)
- 19.00 «ТРОЕ». (16+)
- 21.30 «2 ДНЯ». (16+)
- 23.20 «УСПЕХ». (16+)
- 01.05 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
- 02.45 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 05.20 «Три кота». (6+)
- 05.50 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
- 07.05 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
- 08.50 «ЗАКОЛДОВАННЫЙ УЧАСТОК». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- Сериал. В ролях: Людмила Артемьева, Анатолий Васильев, Федор Добронравов.
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.30 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (16+)
- 02.25 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЕРА». (16+)
- 03.45 «СКАНДАЛЬНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ В БРИКМИЛЛЕ». (16+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00, 05.10, 05.45, 06.00, 06.35, 06.50, 07.00, 07.30, 07.50, 08.30, 09.00, 09.15, 10.00, 10.40, 11.30, 11.55, 12.20, 13.10, 13.35, 13.40, 14.10, 14.40, 16.20, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.30 «Маша и Медведь. Скажите Ой!» (0+)
- 19.00, 19.30, 20.00, 20.40 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.00 Богиня свиданий. (16+)
- 23.20, 23.50 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.15 Суббота News-2024. (16+)
- 00.30 «ПРАКТИКА». (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.40 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
- 03.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (12+)
- 05.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 07.15 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+)
- 08.50 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
- 10.30 «ТАКСИ-3». (16+)
- 12.05 «ТАКСИ-4». (16+)
- 13.40 «ДУБЛЕР». (16+)
- 15.15 «ВАСАБИ». (18+)
- 17.00 «САБРИНА». (12+)
- 19.30 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 21.20 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
- 23.10 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.20 «НАХАЛЁНОК». (18+)
- 07.15 Мультфильмы. (0+)
- 08.15 «Прометей». (0+)
- 08.35 «РОЗЫГРЫШ». (16+)
- 10.20 «ЗЕЛЁНЫЙ ФУРГОН». (12+)
- 12.55 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)
- 19.55 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)
- 23.00 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (12+)
- 00.25 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+)
- 01.45 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
- 04.10 «КИТАЙСКИЙ СЕРВИЗ». (16+)
- 05.45 «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ». (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 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-3». (12+)
- 13.00, 21.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-4. ПАРАНОЙЯ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (18+)
- Сериал. Россия, 2014. Криминал. В ролях: Александр Домогаров, Елизавета Николаева, Вячеслав Крикунов, Сергей Сосновский, Фёдор Лавров, Виктор Низовой.
- 05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». (0+)
- 09.00 Просто кухня. (12+)
- 10.05 «ДЫЛДЫ». (16+)
- Сериал, Россия, 2019 г. Комедия. В ролях: Павел Деревянко, Анна Невская, Татьяна Орлова, Дарья Урсуляк, Павел Майков, Анна Антонова, Сергей Рубеко, Ангелина Поплавская, Дарья Пищик.
- 13.15 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 21.55 «КИБЕР ИВАН». (16+)
- Россия, 2023 г. Комедия. В ролях: Александр Метёлкин, Камилла Ларин, Янина Студилина, Дмитрий А. Страхан.
- 01.05 «МАРГОША». (16+)
- 04.05 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ЗАГОВОР ОБРЕЧЕННЫХ». (12+)
- 07.00 Утро на «Спасе». (0+)
- 11.00 «Тайна Блаженной Матроны Анемняевской». (0+)
- 11.55 День Патриарха. (0+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 13.00 Монастырская кухня. (0+)
- 13.55 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ». (6+)
- 15.50 «ЕГОРКА». (0+)
- 17.10 «ОТЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (6+)
- 18.30 Вечер на «Спасе». (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 20.25 «Херсонес. Родина нашей Родины». (12+)
- 21.25 «Пространства радости». (0+)
- 22.00 «Поле битвы». (16+)
- 23.05 Вечер на «Спасе». (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.15 «Спас-стрим». (16+)
- 01.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 01.55 «В поисках святого города». (0+)
- 02.25 «В поисках святого города». (0+)
- 02.55 «Великое чудо Серафима Саровского». (0+)
- 03.45 «И вот был случай на войне...» (12+)
- 04.05 Вечер на «Спасе». (0+)

Православный календарь

30 июля
Седмица 6-я по Пятидесятнице.
Глас 4. Вмц. Марины (Маргариты).



Прп. Иринарха Соловецкого. Прп. Леонид Устьендумского. Перенесение мощей прп. Лазаря Галисийского. Святогорской иконы Божией Матери.

Поста нет.

«Познается дерево от плода и устройство ума – от помыслов, в которых оно пребывает. По устройству ума познается состояние души».

Прп. Авва Исайя (Скитский)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Муз'итив. (16+)
- 08.40 Про-новости. (16+)
- 09.00 Top15 Like FM. (16+)
- 10.00 Top-30. (16+)
- 12.30 Очень караочен. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Плейлист Лето. (16+)
- 15.00 Про-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Плейлист по кайфу. (16+)
- 16.25 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.20 «10 самых!» (16+)
- 19.20 «Бабыно счастье. Судьба Надежды». (16+)
- 20.00 Хит-сториз. (16+)
- 20.30 Плейлист Лето. (16+)
- 20.40 «Бюст всемогущий. Эффект Семенович». (16+)
- 21.40 Про-новости. (16+)
- 22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 23.00 ВК Меломан. (16+)
- 00.00 Сплетни-шейкер. (16+)
- 00.35 Хиты по-русски. (18+)

ПЕРВЫЙ



15.15 «Давай поженемся!» (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «Модный приговор». (0+)
10.10 «Жить здорово!» (16+)
11.00 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженемся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
20.00 «ИЩЕЙКА». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ВАША ЧЕСТЬ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)

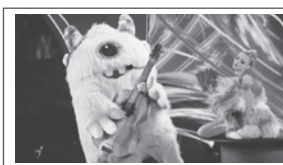
РОССИЯ 1



09.55 О самом главном. (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
13.00 «ХУДОЖНИК». (12+)
14.00 Вести
14.35 Вести. Местное время
15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
17.00 Вести
17.30 «Малахов». (16+)
18.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ВМЕСТЕ НАВСЕГДА». (12+)
Друг и коллега Саши Сергей замечает, что его жена Маша равнодушна к младшему Титову. Катя ищет в доме документы, которые помогут Саше посадить Романа. За этим делом её застает дети Гордеева.
01.25 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
03.15 «ВАСИЛИСА». (12+)

НТВ



00.00 «Маска». (12+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (12+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
11.00 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.45 «НЕВСКИЙ». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «НЕВСКИЙ». (16+)
Утро Паши начинается со стычки с группой активистов, наклеивших на его джип стикер с надписью «хамло за рулем».
23.35 «Сегодня»
00.00 «Маска». (12+)
03.30 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)

СТС



06.00 Ералаш. (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Маша и Медведь». (0+)
08.00 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН: ДРУЗЬЯ НАВЕК». (6+)
09.45 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН: НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ». (12+)
11.40 «ЛЕССИ: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (6+)
13.40 «ЛЕССИ - ЛОХМАТЫЙ ДЕТЕКТИВ». (6+)
15.35 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
21.00 «РУСАЛКА И ДОЧЬ КОРОЛЯ». (12+)
22.55 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТО ГНОМОВ». (12+)
01.00 «ОЛЕНЬИ РОГА». (18+)
02.40 «ЧЕЛОВЕК-ОРКЕСТР». (16+)
04.05 «КОРНИ». (16+)
04.50 «6 кадров». (16+)
05.00 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
08.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)
Саша восстанавливается в институте, а Сергей съезжает от родителей. Девушка мирится с тетей и решает выяснить истинные причины расставания с Сергеем.
09.00 «Новые Звезды в Африке». (16+)
13.00 «ИНТЕРНЫ!». (16+)
17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
20.00 «ИВАНЬКО». (16+)
22.30 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
Куда податься продавщице нижнего белья после увольнения? Конечно же, в охотницы за головами!
00.15 «СТРИПТИЗЁРШИ». (18+)
02.00 «Я тебе не верю». (16+)
02.45 «Импровизация. Команды». (16+)
04.25 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



12.00 Информационная программа 112. (16+)

- 05.00 18.00 02.30 «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 «Легенды и мифы». (16+)
17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ОТЕЛЬ МУМБАИ: ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+)
22.20 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 «РЕВОЛЬВЕР». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.20 Секреты на кухне. (16+)
07.30 Гость у порога. (16+)
09.00 Четыре дачи. (16+)
10.00 Пробный переезд. (16+)
11.00 Молодые ножи. (16+)
18.00 Черный список. На кухне. (16+)
22.50 Черный список. (16+)
00.00 «ОЖЕРЕЛЬЕ ДЛЯ МОЕЙ ЛЮБИМОЙ». (18+)
01.10 Пятница News. (16+)
01.40 Инсайдеры. (16+)
03.20 Черный список. (16+)
04.10 Пятница News. (16+)
04.35 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)

Ю

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)
09.55 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
Ася на работе успешный доктор, а дома - счастливая жена и мать. 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...
11.55 «Моя свекровь - монстр». (16+)
14.00 «Супербабушка». (16+)
16.45 «Модель ХЛ». (16+)
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+)
07.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
07.30 Дорожные войны. (16+)
11.15 «СОЛДАТЫ-16». (16+)
Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни.
20.00 Решала. (16+)
21.00 Заступницы. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Решала. (16+)
05.00 Дорожные драмы. (16+)

МИР

- 05.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)
06.00, 10.00, 13.00 Новости
06.15 Спецрепортаж. (12+)
06.25 «Наше кино. История большой любви». (16+)
07.15, 10.10 «СЕРДЦА ТРЕХ». (16+)
13.15 «Мировое соглашение». (16+)
14.10 «Дела судебные. Битва за будущее». (16+)
15.05 «Дела судебные. Новые истории». (16+)
16.00 Новости
16.15 «Дела судебные. Яблоко раздора». (16+)
17.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+)
18.30 Новости
18.50 «Игра в кино». (16+)
21.35 «Миллион за 5 минут». (16+)
22.20 «МИМИНО». (16+)
00.25 Рождённые в СССР. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение
11.00 00.30 «Что машины могут делать?» (12+)
15.10 «ОТДАТЬ КОНЦЫ». (16+)
17.00 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.40 04.15 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)
22.25 «ОРДА». (16+)
01.15 «Большая страна». (12+)
02.05 ОТражение. (12+)

ПОБЕДА

- 05.40 «Путь к Победе» (16+)
06.35 «ЭКИПАЖ». (16+)
08.40 «ЗНАХАРЬ». (16+)
В отделе нейрохирургии после пятилетнего перерыва возвращается на работу талантливый хирург Павел Андреев: Павел стажировался за границей и по просьбе своего учителя - заведующего отделением Николая Алексеевича Семенова, вновь выбрал эту клинику, несмотря на многообразие
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
Современная экранизация одноимённой повести Бориса Васильева.
02.50 «НЕ ЛЕБОМ ЕДИНЫМ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Цветняшки!» (0+)
07.40 «Край Бебис. Волшебные ученики начальных классов». (0+)
07.50 «Петроникс». (0+)
На первый взгляд четверо друзей выглядят как обычные ученики начальных классов, но их объединяет секрет. Они - отважные защитники животных! Когда звери в опасности, Мэтт, Джия, Эмма и Тим откладывают свою школьную жизнь и берутся за дело. С помощью своих технологичных рюкзачков они превращаются в команду героев Петроникс!
08.20 «Майло». (0+)
09.10 «Приключения мегашенков». (0+)
09.30 «Смешарики». (0+)
10.55 «Простоквашино». (0+)
12.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
13.45 «Хранители Кью». (0+)
В далекой пустыне есть красивый город Кью-Таун, оазис которого является единственным источником воды. Его счастливые и беззаботные жители находятся под защитой Звездной Лиги Кью и ее отважных героев - Флейма, Сандера, Шайна, Айрона и Флеша. Но мирной жизни Кью-Тауна начала угрожать Банда Бастеров - Циклон, Фантом и Снэл.
14.05 «Инфинити Надю». (6+)
14.30 «Гризли и лемминги». (6+)
16.00 «Час «Союзмультфильма». (6+)

МУЛЬТ

- 17.00 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)
17.10 «Ми-ми-мишки». (0+)
18.35 «Три кота». (0+)
19.50 «Оранжевая корова». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Сказочный патруль». (0+)
22.05 «Карбот». (6+)
22.35 «Дикие Скричеры!» (6+)
23.00 «Ералаш». (6+)
00.30 «Бобор добр». (0+)
01.50 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
02.00 «Поезд динозавров». (0+)
03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)
06.00, 12.00 Время малышей. (0+)
07.00, 20.00 «Маша и Медведь». (0+)
08.00 «Кошечки-собачки». (0+)
09.00 Цветняшки! (0+)
09.20 «Простоквашино». (0+)
10.05, 22.00 «Сказочный патруль». (0+)
10.55, 19.00, 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.00, 00.35 «Буба». (6+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
15.25, 21.00, 04.30 «Барбошкины». (0+)
17.00 «Мотофайтеры». (6+)
17.15, 23.00, 05.00 «Фиксики». (6+)
18.00, 02.15 «Лунтики». (0+)
20.55 «Сказка на ночь». (0+)
00.00 «Спина к спине». (0+)
03.00 «Геройчики». (0+)
03.30 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!

- 00.00 Я найду тебя, отец. (16+)
02.10, 14.10, 14.35, 22.00, 22.30 «Трудные вопросы истории России». (12+)
02.40 История одной фотографии. (6+)
02.55, 07.40, 11.20, 19.10, 23.10 Историограф. (12+)
05.40 Всемирное наследие. (12+)
06.30 Сталинские соколы. Расстрелянное небо. (12+)
08.25 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
09.25 Карим Хакимов: Советский паша. (12+)
10.10 «Сквозь времена». (12+)
10.50 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
12.05 Взгляд с высоты. Храмы Великого Новгорода. (12+)
12.40 Элемент познания. (12+)
13.10 Живописный гимн Отчеству. (12+)
15.05 «В поисках утраченного искусства». (12+)
16.00 Тайное становится явным. (12+)
16.15, 17.00 «Монологи императоров». (16+)
17.50 Семь дней истории. (12+)
18.00 «Секреты истории». (16+)
20.00 «Неизвестные сражения Великой Отечественной войны». (12+)
20.40 Прощай, немытая Россия. (12+)
21.30 «Жил-был Дом». (12+)
23.00 Обыкновенная история. (6+)

HISTORY

- 06.10 «Великая война». (12+)
07.05 «Тони Робинсон и Британия на пленке». (16+)
09.05 «Запретная история». (12+)
10.00 «Шелковый путь». (12+)
11.00 «Запретная история». (12+)
11.55 «Правдивая история графа Монте-Кристо». (16+)
За знаменитым романом Александра Дюма о приключениях человека, преданного, брошенного и оставленного умирать, который воскресает, чтобы утолить свою жажду мести, скрывается правдивая, ужасная история...
12.55 «Первая мировая». (16+)
15.00 «Дикий и удивительный мир Илона Маска». (12+)
16.00 Легендарные замки. (12+)
18.05 «Запретная история». (16+)
18.55 «Шелковый путь». (12+)
20.00 «Первое путешествие вокруг света». (16+)
20.50 «Первое путешествие вокруг света». (16+)
21.45 «Великая война». (12+)
23.45 «Тони Робинсон и Британия на пленке». (16+)
01.45 «Запретная история». (12+)
02.30 «Шелковый путь». (12+)
03.20 «Запретная история». (12+)

ДОКТОР

- 06.00 О самом главном. (12+)
06.55 «Большой скачок». (12+)
07.25 Под контролем. (12+)
07.55 Доктор на работе (12+)
10.50 Скажите, доктор! (12+)
11.20 О самом главном. (12+)
12.15 Без халатов. (12+)
12.45 Под контролем. (12+)
13.15 «Прощай, руки и генов». (12+)
14.00 О самом главном. (12+)
15.00 Доктор на работе. (12+)
17.55 «Куда уходит память?» (12+)
18.45 О самом главном. (12+)
19.45 Метод исследования. (12+)
20.15 Без халатов. (12+)
20.45 «Большой скачок». (12+)
21.10 Под контролем. (12+)
21.40 О самом главном. (12+)
22.40 Доктор на работе. (12+)
01.35 Без халатов. (12+)
02.00 «Фактор эволюции». (12+)
02.45 О самом главном. (12+)
03.40 Под контролем. (12+)
04.05 «Большой скачок». (12+)
04.35 Скажите, доктор! (12+)
05.00 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)
05.30 Метод исследования. (12+)

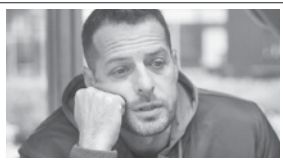
РОССИЯ К
Культура



10.00 Новости культуры

- 06.30 19.45 00.55 Истории города N
- 07.15 «Монологи великого Дуни»
- 07.45 «Репортажи из будущего»
- 08.25 «Жизнь и судьба»
- 08.50 «ВОЛШЕБНЫЙ ГОЛОС ДЖЕЛЬСОМИНО»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры «Русский стиль»
- 11.15 Искусственный отбор
- 12.45 20.45 «Александр Ширяев»
- 13.45 21.40 «ПРОФЕССИЯ - СЛЕДОВАТЕЛЬ»
- 15.00 «Первые в мире»
- 15.15 01.35 XVII международный конкурс имени П.И. Чайковского
- 16.30 Запечатленное время
- 17.15 23.25 «СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН»
- 18.45 «Забываемое ремесло»
- 19.00 «Кто мы?»
- 20.25 «Спокойной ночи, малыши!»
- 22.55 «Рэгтайм»

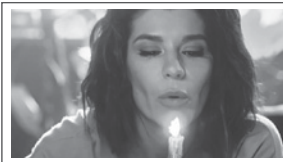
ТВЦ



15.00 «НЕЖНЫЕ ЛИСТЬЯ, ЯДОВИТЫЕ КОРНИ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Москва резиновая». (16+)
- 08.40 «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ-2». (12+)
- 10.40 «Назад в СССР». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: ЖЕРТВЫ ИСКУССТВА». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 03.55 «НЕЖНЫЕ ЛИСТЬЯ, ЯДОВИТЫЕ КОРНИ». (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы». (16+)
- 18.15 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 18.40 «ОТЧАЯННЫЕ». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «90-е. «Фанера». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 01.00 «Следствие ведёт КГБ. Уравнение с тремя неизвестными». (16+)
- 01.40 «Знак качества». (16+)

ТВ-3



16.15 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 05.15 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 15.00 18.00 22.15 Новости. (16+)
- 08.40 14.30 15.10 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 13.30 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 16.15 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 18.30 22.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 23.30 «ПОВОРОТ НЕ ТУДА: НАСЛЕДИЕ». (18+)
- Компания друзей приезжает в городок штата Вирджиния, чтобы отправиться в поход по знаменитой Аппалачской тропе.
- 01.30 «ПЯТНИЦКИЙ». (16+)

ДОМАШНИЙ



07.20 Давай разведёмся! (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 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ГРУЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 19.00 «ТРЕБУЕТСЯ МАМА». (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-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 08.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.15 «ФИЛИН-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ФИЛИН-2». (16+)
- 02.10 «СЛЕД». (16+)
- 04.45 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.05 12.40 13.20 15.05 17.15 02.40 «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШИХ-2». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 01.15 «КАПИТАН НЕМО». (12+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.15 «ДВА ГОДА НАД ПРОПАСТЬЮ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ПОДКИДЫШ». (16+)
- 12.00 01.30 «От 7 до 17». (12+)
- 12.30 20.30 04.00 «Документальное кино». (12+)
- 13.00 «МЕЖДУ ДВУХ ОГНЕЙ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 01.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 «Компас потребителя». (12+)
- 16.30 «КУРОРТНЫЙ РОМАН». (16+)
- 17.30 03.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 22.45 «Фолиант». (12+)
- 18.15 22.15 04.30 «Футбол губернии». (12+)
- 18.45 22.00 «Воронежские спасатели». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 «Формула здоровья». (12+)
- 23.00 «Я НАЙДУ ТЕБЯ». (16+)
- 01.00 «Спортивная семья». (12+)
- 03.30 «Заметные люди». (12+)

СПОРТ

- 06.00 05.30 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)
- 07.00 15.25 Новости
- 07.05 14.55 23.15 Все на Матч!
- 08.30 11.30 Спортивная гимнастика. Кубок России
- 11.00 Магия большого спорта. (12+)
- 14.35 Спецрепортаж. (12+)
- 15.30 Футбол. «Химки» (Московская область) - «Оренбург». Кубок России
- 18.00 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Динамо» (Москва). FONBET Кубок России
- 20.30 Футбол. «Краснодар» - ЦСКА. FONBET Кубок России. Прямая трансляция
- 00.15 «Виктор Царёв. Капитан великой команды». (12+)
- 01.20 Бильярд. VetBoom Кубок чемпионов. Трансляция из Москвы. (0+)
- 02.55 Новости. (0+)
- 03.00 Спортивная гимнастика. FONBET Кубок России. Трансляция из Новосибирска. (6+)
- 06.00 Серфинг. Wakesurf Cup 2024. (6+)
- 07.40 15.05 Небесная грация. (12+)
- 07.55 10.00 13.00 15.55 Новости
- 08.00 Диск-гольф. Промтур. (0+)
- 09.05 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. (6+)
- 10.05 Конный спорт. Скачки. Большой Нальчикский приз (Дерби). (0+)
- 12.15 14.50 16.00 01.50 05.15 Спецрепортаж. (12+)
- 12.30 География спорта. (12+)
- 13.05 00.10 Плавание. Кубок России. (0+)
- 15.25 «Что за спорт?» (12+)
- 16.20 19.00 Спортивная гимнастика. Кубок России. (6+)
- 02.10 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. (6+)
- 03.05 Профессиональный бокс. (16+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.05 Теп чарт. (16+)
- 08.40 Про-новости. (16+)
- 09.00 Новое Радио. (16+)
- 10.00 Плейлист Лето. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Плейлист Лето. (16+)
- 15.00 Про-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 18.00 Про-новости. (16+)
- 18.20 «10 самых!» (16+)
- 18.55 «10 самых!» (16+)
- 19.25 «Юрий Лоза». (16+)
- 20.00 Хит-сториз. (16+)
- 20.30 Плейлист Лето. (16+)
- 20.40 «Брутальности». (16+)
- 21.40 Про-новости. (16+)
- 22.00 ВК Натальная карта. (16+)
- 23.00 ВК Контакты. (16+)
- 00.00 Сплетни-шейкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.35 «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)
- 07.25, 08.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 09.25 «ДВОРЕЦКИЙ». (16+)
- 12.00 «ЛЕВ». (16+)
- 14.20 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
- 16.50 «АННА КАРЕНИНА». (16+)
- 19.00 «В ПОСТЕЛИ С НЕЗНАКОМЦЕМ». (16+)
- 20.45 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
- 23.00, 00.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.00 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
- 02.30 «СВИДАНИЕ МОЕЙ МЕЧТЫ». (16+)
- 04.15 «ГОВОРЯЩИЙ ТОМ И ДРУЗЬЯ». (6+)
- 04.55 «ЗАМУЖ НА 2 ДНЯ». (16+)
- 05.30 «Пин-код». (6+)
- 06.45 «Три кота». (6+)
- 07.10 «Смешарики». (6+)
- 07.55 «УСПЕХ». (16+)
- 09.45 «2 ДНЯ». (16+)
- 11.35 «ТРОЕ». (16+)
- 14.00 «СВЯЗЬ». (16+)
- 15.35 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
- 17.10 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
- 19.00 «КОМА». (16+)
- 21.05 «БИТВА». (12+)
- 22.40 «ТАНЦЫ НА СМЕРТЬ». (16+)
- 00.35 «МАЛЬДИВЫ ПОДОЖДУТ». (16+)
- 02.05 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
- 03.30 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)
- 04.50 «Кошкин дом». (6+)
- 05.20 «Песенка мышонка». (6+)
- 06.05 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 07.25 «Три богатыря. Ход конём». (6+)
- 08.50 «ЗАКОЛДОВАННЫЙ УЧАСТОК». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- Сериал. Россия, 2008. Комедия. В ролях: Людмила Артемьева, Анатолий Васильев, Федор Добронравов, Ульяна Иващенко, Денис Роднянский.
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.35 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (16+)
- 02.30 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
- 04.15 «РЕБРО АДАМА». (16+)
- 05.00, 05.30, 05.50, 06.00, 06.40, 07.00, 07.30, 07.50, 08.40, 09.00, 09.20, 09.40, 10.20, 10.50, 11.10, 11.40, 12.00, 12.40, 13.00, 13.20, 14.00, 14.30, 15.00, 15.40, 16.20, 16.50, 17.30, 17.45, 18.00, 18.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». (0+)
- 19.00, 19.30, 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 «ПРАКТИКА». (16+)
- 00.45 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
- 03.05 «КИЛЛЕРЫ». (18+)
- 04.55 «МАЛАВИТА». (16+)
- 06.55 «ТАКСИ». (16+)
- 08.30 «ТАКСИ-2». (16+)
- 10.10 «ГИТЛЕР КАПУТ». (18+)
- 12.00 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)
- 13.35 «БУМЕРАНГ». (18+)
- 15.35 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 17.25 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (18+)
- 19.30 «МАМА МАФИЯ». (18+)
- 21.20 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
- 22.55 «МОНАШКИ В БЕГАХ». (16+)
- 07.00 Мультфильмы. (0+)
- 08.25 «СИРОТА КАЗАНСКАЯ». (12+)
- 09.50 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (12+)
- 11.45 «ДЕТСКИЙ МИР». (12+)
- 13.05 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (12+)
- 14.50 «ХОЗЯЙКА ДЕТСКОГО ДОМА». (16+)
- 18.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)
- 20.10 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
- 21.30 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (12+)
- 23.05 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)
- 00.35 «ЗОЛОТОЙ ТЕЛЁНОК». (12+)
- 03.20 «КАРУСЕЛЬ». (16+)
- 04.45 «Арена смельчих». (12+)
- 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 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-3». (12+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)
- 14.00, 22.00 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (18+)
- Сериал. Россия, 2014. Криминал. В ролях: Александр Домогаров, Елизавета Николаева, Вячеслав Крикунов, Сергей Сосновский, Фёдор Лавров, Виктор Низовой.
- 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 06.00 «Три кота». (0+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.05 «ДЫЛДЫ». (16+)
- Сериал. Россия, 2019 г. Комедия. В ролях: Павел Деревянко, Анна Невская, Татьяна Орлова, Дарья Урсуляк, Павел Майков, Анна Антонова, Сергей Рубеко, Ангелина Поплавская.
- 13.15 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 22.00 «КИБЕР ИВАН». (16+)
- Сериал. Россия, 2023 г. Комедия. В ролях: Александр Метёлкин, Камилль Ларин, Янина Студилина, Дмитрий Астрахан, Анастасия Акатова, Анжелика Каширин.
- 01.10 «МАРГОША». (16+)
- 04.10 «Три кота». (0+)
- 20.25 «Державная. Размышления 100 лет спустя». (0+)
- 21.30 «Донецк: водная блокада». (16+)
- 22.00 «Поле битвы». (16+)
- 23.05 Вечер на «Спасе». (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.15 «Спас-стрим». (16+)
- 01.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 01.55 «В поисках святого города». (0+)
- 02.25 «В поисках святого города». (0+)
- 03.00 «Осовец. Крепость духа». (12+)
- 03.50 «И вот был случай на войне...» (12+)
- 04.05 Вечер на «Спасе». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «В 6 ЧАСОВ ВЕЧЕРА ПОСЛЕ ВОЙНЫ». (6+)
- 06.50 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
- 07.00 Утро на «Спасе». (0+)
- 11.00 «В поисках святого города». (0+)
- 12.10 День Патриарха. (0+)
- 12.20 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 13.15 Монастырская кухня. (0+)
- 14.15, 15.35, 17.00 ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (6+)
- 18.30 Вечер на «Спасе». (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 20.25 «Державная. Размышления 100 лет спустя». (0+)
- 21.30 «Донецк: водная блокада». (16+)
- 22.00 «Поле битвы». (16+)
- 23.05 Вечер на «Спасе». (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.15 «Спас-стрим». (16+)
- 01.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
- 01.55 «В поисках святого города». (0+)
- 02.25 «В поисках святого города». (0+)
- 03.00 «Осовец. Крепость духа». (12+)
- 03.50 «И вот был случай на войне...» (12+)
- 04.05 Вечер на «Спасе». (0+)

Православный календарь

31 июля
Седмица 6-я по Пятидесятнице.
Глас 4. Мч. Емилиана.



Мч. Иакинфа Амастридского. Прп. Памвы пустычника. Прп. Иоанна Многострадального, Печерского. Прп. Памвы, затворника Печерского.
Постный день.

«Кто руку свою простирает на помощь ближнему своему, тот в помощь себе принимает Божию помощь».
Прп. Исаак Сирийский

РОССИЯ К
Культура

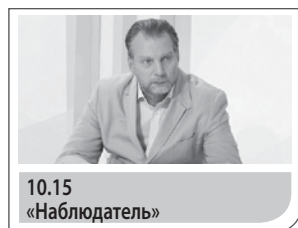
ТВЦ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5-й КАНАЛ

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



10.15
«Наблюдатель»



15.00 «НЕЖНЫЕ ЛИСТЬЯ,
ЯДОВИТЫЕ КОРНИ». (12+)



18.30 «ЛЕСНИК:
СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)



11.45 «Порча». (16+)

06.30 19.45 00.55 Истории города N
07.15 «Монологи великого Дуни»
08.25 «Жизнь и судьба»
08.45 «РЫЖИЙ, ЧЕСТНЫЙ, ВЛЮБЛЕННЫЙ»
10.15 «Наблюдатель»
11.15 «Русский стиль»
11.45 Искусственный отбор
12.45 20.45 «Александр Ширяев»
13.45 21.40 «ПРОФЕССИЯ - СЛЕДОВАТЕЛЬ»
14.50 «Олег Виноградов. Исповедь балетмейстера»
15.35 01.35 XVII международный конкурс имени П.И. Чайковского
16.30 02.30 «Запечатленное время»
17.15 23.25 «СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН»
18.45 «Забывшее ремесло»
19.00 «Кто мы?»
20.25 «Спокойной ночи, малыши!»
22.55 «Рэгтайм»

06.00 «Настроение»
08.10 «Москва резиновая». (16+)
08.35 «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ-2». (12+)
10.35 02.15 «Назад в СССР». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «ДЕТЕКТИВ НА МИЛЛИОН: ЖЕРТВЫ ИСКУССТВА». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.00 03.50 «НЕЖНЫЕ ЛИСТЬЯ, ЯДОВИТЫЕ КОРНИ». (12+)
17.00 «Актёрские драмы». (16+)
18.15 00.30 «Петровка, 38». (16+)
18.40 «ОТЧАЯННЫЕ». (16+)
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Легенды эстрады». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.50 «Хозяйки Белого дома». (16+)
01.35 Прощание. (16+)

06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
06.45 «Мультфильмы». (0+)
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.30 15.00 18.00 22.15 Новости. (16+)
08.40 14.30 «Слепая». (16+)
09.45 Хорошие новости. (16+)
10.00 13.30 Гадалка. (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
15.10 Тайны будущего. (16+)
16.15 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
18.30 22.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
23.30 Последний герой. Русский сезон. (16+)
01.00 «ШОУ АНДРОИДОВ». (18+)
Рия - идеальная жена. Но каждый день девушка просыпается с разным мужем, потому что она андроид, заключенный в реалити-шоу.
02.30 «ПЯТНИЦКИЙ». (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 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «ДВОЙНАЯ ПЕТЛЯ». (16+)
19.00 «ПО ВОЛЕ СЛУЧАЯ». (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+)

05.00 «Известия». (16+)
05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
06.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
08.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «СЛЕД». (16+)
17.00 «Известия». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
22.15 «ФИЛИН-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «ФИЛИН-2». (16+)
02.10 «СЛЕД». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 01.10 «КАПИТАН НЕМО». (12+)
12.35 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
13.40 15.05 17.15 02.15 «БУХТА ПРОПАВШИХ ДАЙВЕРОВ». (16+)
17.55 «Герои Свирского десанта». (16+)
20.10 «Код доступа». (12+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». (12+)

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «ПОДКИДЫШ». (16+)
12.00 «Компас потребителя». (12+)
12.15 18.00 «Воронежские спасатели». (12+)
12.30 18.15 01.00 «Формула здоровья». (12+)
13.00 16.30 «КУРОРТНЫЙ РОМАН». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ЖИЛА-БЫЛЫ ОДНА БАБА». (16+)
17.30 «Открытая наука». (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 «Современники». (12+)
20.30 22.30 03.30 «Мастерская спорта». (12+)
23.00 «И СНОВА ГОРЬКО!». (16+)
00.30 «Документальное кино». (12+)
01.30 «От 7 до 17». (12+)
04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 05.30 «Лучшие из лучших». (12+)
06.30 «Третий тайм». (12+)
07.00 10.05 12.55 Новости
07.05 17.40 21.30 Все на Матч!
10.10 12.35 Специальный репортаж. (12+)
10.30 Спортивная гимнастика. FONBET Кубок России
13.00 «Есть тема!»
14.25 Гольф. Чемпионат Московской области
16.25 Плажный футбол. «Строгино» (Россия) - «Голсапуш» (Иран). Московский международный кубок. Прямая трансляция
17.55 Плажный футбол. «Локомотив» (Россия) - «Малайсары» (Казахстан). Московский международный кубок. Прямая трансляция
19.15 Футбол. «Динамо» (Махачкала) - «Крылья Советов» (Самара). FONBET Кубок России
22.30 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор. (6+)
23.45 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)

МАТЧ СТРАНА
06.00 16.50 Спортивная гимнастика. Кубок России. (6+)
07.55 10.00 13.00 16.10 Новости
08.00 Бои на льду. Ice Fights. Кубок России. (16+)
10.05 Конный спорт. Скачки. Большой Всероссийский приз (Дерби). (0+)
12.15 16.15 16.35 19.05 22.05 22.20 01.50 03.25 Спецрепортаж. (12+)
12.30 «Парусный спорт». (16+)
13.05 05.30 «Магия большого спорта». (12+)
13.30 Здоровый образ. (12+)
14.00 Автоспорт. Серия «Европа». (6+)
14.55 19.25 20.50 02.05 Плажный футбол. Московский международный кубок. (6+)
22.40 «Есть тема!» (16+)
23.55 Гольф. Чемпионат Московской области. (0+)
03.45 Дартс. Крейсер Аврора. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000
06.40 «В ПОСТЕЛИ С НЕЗНАКОМЦЕМ». (18+)
08.25, 09.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
10.25 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
12.45 «ЧУДО». (12+)
15.05 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ВРАГ». (16+)
17.05 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
19.00 «ВЛЮБИТЬ В МЕНЯ, ЕСЛИ ОСМЕЛИТЬСЯ». (16+)
20.55 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
22.50, 23.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
00.50 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)
02.40 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
03.55 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
05.20 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Пин-код». (6+)
06.35 «Три кота». (6+)
07.15 «Смешарики». (6+)
08.00 «ТАНЦЫ НА СМЕРТЬ». (16+)
10.00 «КОМА». (16+)
12.05 «БИТВА». (12+)
13.45 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
15.30 «2 ДНЯ». (18+)
17.20 «СИНДРОМ». (16+)
19.00 «СОВРИ МНЕ ПРАВДУ». (18+)
20.40 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
22.30 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (18+)
00.10 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (18+)
01.40 «ДЖУНГЛИ». (16+)
03.00 «БУЛКИ». (18+)
04.35 «Тайна третьей планеты». (6+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.45 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
02.55 «ПРОСТУШКА». (16+)
04.45 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
06.50 «ДУБЛЁР». (16+)
08.25 «ТАКСИ-3». (16+)
10.00 «ТАКСИ-4». (16+)
11.35 «ВАСАБИ». (18+)
Французский боевик 2001 года, снятый режиссёром Жераром Кравчиком...
13.20 «САБРИНА». (12+)
15.50 «МАМА МАФИЯ». (18+)
17.40 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
19.30 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
21.15 «КИЛЕРЫ». (18+)
23.05 «БУЛКИ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.10 Мультфильмы. (0+)
07.05 «ВИТА ГЛУШАКОВ - ДРУГ АПАЧЕЙ». (12+)
08.30 «ПОДКИДЫШ». (12+)
09.55 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ...». (16+)
11.15 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)
12.55 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА». (12+)
14.40 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
16.15 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)
17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)
19.40 «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЁТ». (12+)
22.05 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ». (12+)
23.50 «Триумф смешной девочки. Алиса Фрейдлих». (12+)

ДОМ КИНО
05.35 «Три кота». (6+)
06.00 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
07.20 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
08.50 «УЧАСТОК». (16+)
10.50 «СВАТЫ». (16+)
Сериял. Россия, 2008. Комедия. В ролях: Людмила Артемьева, Анатолий Васильев, Федор Добронравов, Ульяна Иващенко, Денис Роднянский.
13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
16.00 «СВАТЫ». (16+)
22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
00.35 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
02.15 «КОНЕЦ СЕЗОНА». (16+)
03.50 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)

СУББОТА!
05.00, 06.00, 06.40, 07.00, 07.30, 07.50, 08.30, 08.55, 09.20, 09.40, 10.00, 10.50, 11.10, 11.40, 12.10, 12.25, 12.40, 12.55, 13.20, 13.50, 14.20, 15.00, 15.20, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.40, 18.00, 18.30, 18.50, 03.40, 04.00, 04.10, 04.30 «Маша и Медведь». (0+)
14.30 «Маша и Медведь. Скажите Ой!» (0+)
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
21.00, 22.10 Богиня сыска. (16+)
23.20, 23.50 «МАХАБХАРАТА». (16+)
00.20 Суббота News-2024. (16+)
00.30 «ПРАКТИКА». (16+)

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 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-3». (12+)
13.00, 21.00, 05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (18+)
Сериял. Россия, 2014. Криминал. В ролях: Александр Домогаarov, Елизавета Николава, Вячеслав Крикунов, Сергей Сосновский, Федор Лавров, Анна Казючич.

СТС LOVE
06.00 «Три кота». (0+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
10.00 «Дылды». (16+)
Сериял, Россия, 2019 г. Комедия. В ролях: Павел Деревянко, Анна Невская, Татьяна Орлова, Дарья Урсуляк, Павел Майков, Анна Антонова, Сергей Рубеко, Ангелина Поплавская.
13.15 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
16.00 «КУХНЯ». (12+)
21.55 «КИБЕР ИВАН». (16+)
Россия, 2023 г. Комедия. В ролях: Александр Метёлкин, Камилль Ларин, Янина Студилина, Дмитрий Астрахан, Анастасия Акатова.
01.05 «МАРГОША». (16+)
04.10 «Три кота». (0+)

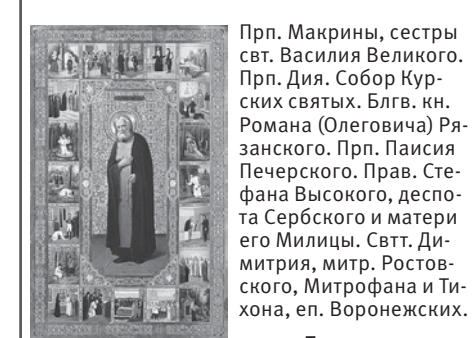
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «БОЛЬШАЯ ЖИЗНЬ». (0+)
07.00 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
08.00 Утро на «Спасе». (0+)
10.00 «В поисках святого города». (0+)
10.35 «В поисках святого города». (0+)
11.10 «Великое чудо Серафима Саровского». (0+)
12.05 День Патриарха. (0+)
12.15 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
13.05 Монастырская кухня. (0+)

14.00 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (6+)
18.30 Вечер на «Спасе». (0+)
19.30 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
20.30 «День Ангела». (0+)
21.25 «Круг радости». (0+)
22.00 «Поле битвы». (16+)
22.35 «Поле битвы». (16+)
23.05 Бесогон. (18+)
00.05 День Патриарха. (0+)
00.15 «Спас-стрим». (16+)
01.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
01.55 «В поисках святого города». (0+)
02.30 «День Ангела». (0+)
03.15 «Искатели». (0+)
04.05 Вечер на «Спасе». (0+)

Православный календарь

1 августа
Седмица 6-я по Пятидесятнице.
Глас 4. Обретение мощей прп. Серафима, Саровского чудотворца.



Прп. Макрины, сестры свт. Василия Великого. Прп. Дия. Собор Курских святых. Блгв. кн. Романа (Олеговича) Рязанского. Прп. Паисия Печерского. Прав. Стефана Высокого, деспота Сербского и матери его Милицы. Свт. Димитрия, митр. Ростовского, Митрофана и Тихона, еп. Воронежских.
Поста нет.
«Никого не порицайте, никого не осуждайте, не унижайте ни словом, ни мыслию».
Прп. Авва Исайя

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Музэнерго. (16+)
08.40 Про-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 Плейлист Лето. (16+)
15.00 Про-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)

16.00 Love чат. (16+)
17.00 Моя волна. (16+)
18.20 «10 самых!» (16+)
18.55 «10 самых!» (16+)
19.20 «Раз пошла такая Бьянка» (16+)
19.55 Хит-сториз. (16+)
20.35 «Самая блестящая». (16+)
21.40 Про-новости. (16+)
22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
23.00 ВК Контакты. (16+)
00.00 «10 Sexy». (18+)
01.00 Лайкер. (16+)

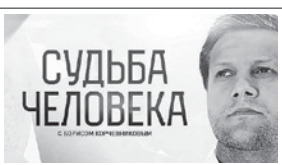
ПЕРВЫЙ



21.00 «Время»

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 18.35 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.45 «Поле чудес». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «Фантастика». (12+)
- 23.45 «ЭТА БЕЗУМНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 02.10 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 14.00 Вести
- 14.35 Вести. Местное время
- 15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.30 Прямой эфир. (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.15 Вести. Местное время
- 21.30 «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг». (12+)
- 23.55 «Истории Большой Страны». (12+)
- 00.55 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
- 02.35 «ВЕЗУЧАЯ». (12+)
- Ирина Боярова - чемпионка по бегу. У неё нет ни семьи, ни друзей, вся её жизнь посвящена спорту.
- 04.10 «ВАСИЛИСА». (12+)

НТВ



14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (12+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 11.00 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «НЕВСКИЙ». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «НЕВСКИЙ». (16+)
- Кравцов продолжает поиски Архитектора. Подозрение падает на Фому, школьного приятеля Семенова, и Арсеньева.
- 23.35 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
- 01.10 «РЕПОРТАЖ СУДЬБЫ». (16+)
- 03.00 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)

СТС



12.45 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 Уральские пельмени. (16+)
- 10.00 Шоу «Русская дорога». (16+)
- 11.30 Уральские пельмени. (16+)
- 12.45 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 01.00 «КРАСОТКИ». (16+)
- Молодая учёная-этнолог Сесиль безответно влюбляется в своего нового научного руководителя. В это время по соседству поселяется Алекс - рыжеволосая красотка, которая с лёгкостью влюбляет в себя мужчин...
- 02.35 «ЖЕЛЕЗНАЯ МАСКА». (12+)
- На острове в Средиземном море в тюремной крепости содержится пленник в железной маске, скрывающей его лицо.
- 04.40 «6 кадров». (16+)
- 05.00 «Мультфильмы». (16+)

ТНТ



23.00 «Stand up». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 15.00 «ПАТРИОТ». (16+)
- Марафон эпизодов сериала о бравом солдате, который учит всех вокруг любить Родину.
- 20.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 22.00 «История на миллион». (16+)
- С каждым из нас в жизни хоть раз происходила какая-то невероятная и смешная история, а это значит, что абсолютно любой может стать участником нового шоу историй Гарика Мартиросяна. Свои истории зрители рассказывают прямо из зала путем рандомного выбора.
- 23.00 «Stand up». (16+)
- 00.00 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
- 01.55 «Я тебе не верю». (16+)
- 02.40 «Импровизация. Команды». (16+)
- 04.10 «Импровизация». (16+)
- 05.25 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



13.00 «Загадки человечества». (16+)

- 05.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым 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». (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 «ОДИНОКИЙ ВОЛК». (16+)
- 22.00 «СМЕРТНЫЙ ПРИГОВОР». (16+)
- 00.05 «S.W.A.T.: СПЕЦНАЗ ГОРОДА АНГЕЛОВ». (16+)
- 02.15 «РИТМ-СЕКЦИЯ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)
- 05.40 Пятница News. (16+)
- 06.10 Секреты на кухне. (16+)
- 06.50 Гость у порога. (16+)
- 08.30 Четыре дачи. (16+)
- 10.10 На ножах. (16+)
- 23.00 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)
- 01.10 «Арсенал животных». (18+)
- 02.00 Дикие животные. (16+)
- 02.30 Пятница News. (16+)
- 03.00 Инсайдеры. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные драмы. (16+)
- 06.20 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 07.10 Дорожные войны. (16+)
- 11.00 Решала. (16+)
- 17.00 Утилизатор. (16+)
- 17.30 Решала. (16+)
- 21.30 Опасные связи. (16+)
- Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой.
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.40 Утилизатор. (16+)
- 04.40 Утилизатор. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 10.35 «ОНО». (18+)
- 11.00 «Киногоризонты». (12+)
- 11.50 «Первая помощь». (12+)
- 15.10 «ДВЕНАДЦАТОЕ ЛЕТО». (0+)
- 17.00 «Актуальное интервью». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 20.40 «ФРАНЦУЗ». (16+)
- 22.45 «АНГЕЛ-А». (16+)
- 00.10 «ОНО». (18+)
- 02.05 «ОПАСНЫЕ ДРУЗЬЯ». (16+)

Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.55 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 11.50 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 14.00 «Супербабушка». (16+)
- 16.05 Барышня-крестьянка. (16+)
- В реалити-эксперименте принимают участие две девушки из разных слоев общества. Богатая героиня из города, которая не привыкла считать деньги, и бедная жительница деревни, которая знает о роскошной жизни только из картинок в журналах или ТВ-программ.
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 02.00 «Измены». (16+)

МИР

- 05.00 «Мультфильмы». (6+)
- 06.00, 10.00, 13.00 Новости
- 06.15 «Евразия. Регионы». (12+)
- 06.25 «Дела судебные» (16+)
- 10.10 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+)
- 11.05, 12.00, 14.10 «Дела судебные. (16+)
- 13.15 «Мировое соглашение». (16+)
- 16.00 Новости
- 16.15 «Дела судебные. Яблоко раздора». (16+)
- 17.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+)
- 18.30 Новости
- 18.50 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (16+)
- 20.45 «ВА-БАНК». (16+)
- 22.45 «ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
- 00.45 «МИМИНО». (16+)

ПОБЕДА

- 04.35 «Путь к Победе» (16+)
- 05.30 «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ». (16+)
- 09.10 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ». (16+)
- В Подольске четверо молодых людей разоблачают шпиона. Перед самым началом войны Саша, Коля и Гена становятся курсантами училища. Несмотря на то, что постигать военную науку им приходится по тринадцать часов в день, они успевают и влюбляются, и между собой конфликтовать...
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
- 02.15 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 03.50 «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Цветняшки!» (0+)
- 07.40 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
- 07.50 «Петроникс». (0+)
- На первый взгляд четверо друзей выглядят как обычные ученики начальных классов, но их объединяет секрет. Они - отважные защитники животных! Когда звери в опасности, Мэтт, Джим, Эмма и Тим откладывают свою школьную жизнь и берутся за дело. С помощью своих технологичных рюкзаков они превращаются в команду героев Петроникс!
- 08.20 «Черепашки». (0+)
- 09.10 «Приключения мегаченков». (0+)
- 09.30 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
- 10.55 «Простоквашино». (0+)
- 13.45 «Хранители Кью». (0+)
- В далекой-далекой пустыне есть красивый город Кью-Таун, оазис которого является единственным источником воды. Его счастливые и беззаботные жители находятся под защитой Звездной Лиги Кью и ее отважных героев - Флейма, Сандера, Шайна, Айрона и Флеша. Но мирной жизни Кью-Тауна начала угрожать Банда Бастеров - Циклон, Фантом и Снп.

МУЛЬТ

- 14.05 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.30 «Ум и Хрум». (0+)
- 16.00 «Час «Союзмультфильма». (6+)
- 17.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 19.50 «Царевна и дракон. Магическая книга». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Сказочный патруль». (0+)
- 23.00 «Ералаш». (6+)
- 00.30 «Бобор добр». (0+)
- 01.50 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
- 02.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
- 03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)
- 06.00, 12.00 Время малышей. (0+)
- 07.00, 20.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 «Кошечки-собачки» (0+)
- 09.20 «Простоквашино». (0+)
- 10.05, 22.00, 22.50 «Сказочный патруль». (0+)
- 10.55, 19.00 «Мини-Мишки». (0+)
- 13.00 Буба. Готовим с Бубой. (6+)
- 15.00 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+)
- 15.30 «Бодо Боро. БОДОпутешествия». (0+)
- 17.00 «Мотофайтеры». (6+)
- 17.15, 23.00, 05.00 «Фиксики». (0+)
- 18.00, 02.15 «Лунтики». (0+)
- 20.55 «Сказка на ночь». (0+)
- 21.00, 04.35 «Барбоскины». (0+)
- 00.00 «Спина к спине». (0+)
- 00.35 «Буба». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
- 01.00 Карим Хакимов: Советский паша. (12+)
- 01.45 «Сквозь времена». (12+)
- 02.20 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
- 02.55 Тайное становится явным. (12+)
- 03.10, 11.10, 15.10, 19.10, 23.10 Историограф. (12+)
- 03.55 Взгляд с высоты. Храмы Великого Новгорода. (12+)
- 05.00 Живописный гимн Отчечеству. (12+)
- 06.00, 15.00 Обыкновенная история. (6+)
- 06.10, 06.30, 09.35, 14.00, 14.30, 18.05, 18.30, 22.00, 22.35 «Трудные вопросы истории России». (12+)
- 07.05 «В поисках утраченного искусства». (12+)
- 08.00, 08.45 «Монологи императоров». (16+)
- 10.05 «Секреты истории». (16+)
- 12.00 «Неизвестные сражения Великой Отечественной войны». (16+)
- 12.45 Прощай, немытая Россия. (12+)
- 13.30, 21.30 «Жил-был Дом». (12+)
- 16.00 Историада. (12+)
- 16.55 «Личность в истории». (12+)
- 17.55 Семь дней истории. (12+)
- 20.00 «Освободители». (16+)
- 20.45 Выбор полковника Абея. (12+)

VJU HISTORY

- 06.10 «Великая война». (12+)
- 07.05 «Форт Сант-Анджело, Биргу, Мальта». (12+)
- 07.35 «Иерусалим: строители Священного города». (12+)
- 08.35 «Крестоносцы: крепости веры». (12+)
- Эти сооружения заслужили репутацию неприступных и на протяжении столетий были смертельным оружием для нападавших.
- 09.35 «Оружие древности: искусство войны». (16+)
- 11.20 «История нераскрытых дел». (16+)
- 13.25 «Быть Харви Вайнштейном». (16+)
- 15.15 История вещей. (16+)
- 16.05 «Медина Аскара: потерянный город в Аль-Андалусии». (12+)
- 17.10 «Тысячелетний Перу». (16+)
- 18.10 «Оружие древности: искусство войны». (16+)
- 19.00 «Оружие древности: искусство войны». (16+)
- 19.55 «История нераскрытых дел». (16+)
- 22.00 «Великая война». (12+)
- 23.55 «Иерусалим: строители Священного города». (12+)
- 01.00 «Крестоносцы: крепости веры». (12+)
- 01.50 «Оружие древности: искусство войны». (16+)
- 03.20 «История нераскрытых дел». (16+)
- 05.10 «Великая война». (12+)

ДОКТОР

- 06.00 О самом главном. (12+)
- 06.55 Это лечится. (12+)
- 07.20 #Навидеовидно. (12+)
- 07.50 Доктор на работе. (12+)
- 10.45 О самом главном. (12+)
- 11.45 Без халатов. (12+)
- 12.15 Путешествие в Непал доктора Мясникова. (12+)
- 12.40 Простые истины доктора Мясникова. (12+)
- 13.10 «Анальгетики. Пить или не пить?» (12+)
- 14.00 О самом главном. (12+)
- 15.00 Доктор на работе. (12+)
- 17.25 ДокТок с Эвелиной Закамской. (12+)
- 17.55 «Сражаться за жизнь». (12+)
- 18.25 «Иммунитет. Код вечной жизни». (12+)
- 19.15 О самом главном. (12+)
- 20.10 Еда. (12+)
- 20.40 Без халатов. (12+)
- 21.10 Это лечится. (12+)
- 21.40 #Навидеовидно. (12+)
- 22.10 О самом главном. (12+)
- 23.05 Доктор на работе. (12+)
- 01.55 Без халатов. (12+)
- 02.20 «Великая тайна ДНК». (12+)
- 03.05 О самом главном. (12+)
- 03.55 #Навидеовидно. (12+)
- 04.20 Это лечится. (12+)
- 04.50 «Страшная сила смеха». (12+)

РОССИЯ К
Культура

ТВЦ ТВЦ

3 ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5 5-Й КАНАЛ

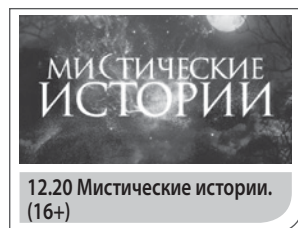
ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



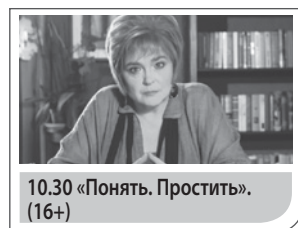
20.40 Линия жизни
06.30 19.45 Истории города N с Пьером Бурелем
07.15 «Монологи великого Дуни»
08.25 «Жизнь и судьба»
08.45 «РЫЖИЙ, ЧЕСТНЫЙ, ВЛЮБЛЕННЫЙ»
10.15 «Наблюдатель»
11.15 «Русский стиль»
11.45 Искусственный отбор
12.45 «Александр Ширяев»
13.45 21.40 «ПРОФЕССИЯ - СЛЕДОВАТЕЛЬ»
14.35 «Пять цветов времени Игоря Спасского»
15.15 00.40 XVII международный конкурс имени П.И. Чайковского
16.30 «Третьяковка»
17.15 «АРШИН МАЛ АЛАН»
18.50 «Борис Савельевич Ласкин»
20.25 «Спокойной ночи, малыши!»
20.40 Линия жизни
22.30 «Судьба по Чехову»
23.15 «ОЛИМПИАДА МУЖЕЙ»
01.55 «Искатели»



17.00 «Актерские драмы. Окаянные дни». (16+)
06.00 «Настроение»
08.25 «ОШИБКА ПАМЯТИ». (12+)
11.30 События
11.50 «ОШИБКА ПАМЯТИ». (12+)
12.30 «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ». (12+)
17.00 «Актерские драмы. Окаянные дни». (16+)
17.50 События
18.10 «НОЧНОЙ ПЕРЕЕЗД». (12+)
20.05 «ХАМЕЛЕОН». (12+)
22.25 «Хорошие песни». (12+)
23.55 «Я ОБЪЯВЛЯЮ ВАМ ВОЙНУ». (12+)
01.20 «Петровка, 38». (16+)
01.35 «ДОМ С ЧЁРНЫМИ КОТАМИ». (12+)
04.50 «Москва резиновая». (16+)



12.20 Мистические истории. (16+)
06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
06.45 05.45 «Мультфильмы». (0+)
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.30 15.00 18.00 22.15 Новости. (16+)
08.40 16.45 18.10 «Слепая». (16+)
09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
10.00 13.30 Гадалка. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
14.30 15.10 Вернувшиеся. Золотая коллекция. (16+)
15.45 Врачи. (16+)
20.00 «НА КРАЮ». (16+)
21.45 22.25 «ЗМЕИНАЯ ТОПЬ». (16+)
23.45 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЗАЗЕРКАЛЬЕ». (16+)
01.15 «ЗОВ ПРЕДКОВ». (16+)
02.45 «ПЯТНИЦКИЙ». (16+)



10.30 «Понять. Простить». (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 «Порча». (16+)
12.50 «Знахарка». (16+)
13.25 «Верну любимого». (16+)
14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.35 «СЧАСТЬЕ МЕНЯ НАЙДЁТ». (16+)
19.00 «БУМЕРАНГ». (16+)
23.25 «Понять. Простить». (16+)
00.40 «Порча». (16+)
01.40 «Знахарка». (16+)
02.05 «Верну любимого». (16+)
02.35 «Голоса ушедших душ». (16+)
03.00 «б кадров». (16+)
03.20 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

05.00 «Известия». (16+)
05.25 «БАЛАБОЛ». (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «БАЛАБОЛ». (16+)
09.55 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «СЛЕД». (16+)
17.00 «Известия». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
00.40 Они потрясли мир. (12+)
02.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
03.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)

★ ЗВЕЗДА
06.50 10.05 «История ВДВ». (16+)
12.05 13.20 «Десантники». (16+)
14.00 19.40 «Легенды армии». (12+)
14.25 15.05 «ПЯТЕРО С НЕБА». (12+)
16.50 17.15 «ФЕЙЕРВЕРК». (12+)
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.30 Музыка+. (12+)
00.40 «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)
02.05 «ДОРОГОЙ МАЛЬЧИК». (12+)

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «ЖИЛА-БЫЛИ ОДНА БАБА». (16+)
12.00 «Такие разные». (12+)
13.00 16.30 «КУРОРТНЫЙ РОМАН». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «Современники». (12+)
15.30 «Компас потребителя». (12+)
15.45 02.30 «Открываем Воронеж». (12+)
17.30 «Актуальное интервью». (12+)
17.45 «Документальное кино». (12+)
18.15 «Мастерская спорта». (12+)
18.45 «Специальный репортаж». (12+)
19.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 01.30 «Адрес истории». (12+)
20.30 «Просто жизнь». (12+)
21.00 02.00 «Точка.ру». (12+)
22.00 «Малая сцена». (12+)
23.45 «ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ». (12+)
02.45 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
06.30 География спорта. (12+)
07.00 09.00 12.55 16.10 Новости
07.05 19.25 22.00 Все на Матч!
09.05 Небесная грация. (0+)
09.30 Спортивная гимнастика. FONBET Кубок России
12.35 Лица страны. (12+)
13.00 «Есть тема!»
14.25 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
14.55 Пляжный футбол. «Локomotив» (Россия) - «Бока Хуниорс» (Аргентина). Московский международный кубок. Прямая трансляция
16.15 03.00 Смешанные единоборства. (16+)
19.55 Футбол. «Балтика» (Калининградская область) - «Черноморец» (Новороссийск). Первая Лига
23.00 Смешанные единоборства. (16+)
00.15 Автоспорт. Дрифт серия «Европа». (6+)
01.20 Бильярд. VetBoom Кубок чемпионов. (0+)
06.00 20.40 Спортивная гимнастика. Кубок России. (6+)
07.40 Спецрепортаж. (0+)
07.55 10.00 13.00 Новости
08.00 12.15 17.05 04.10 05.15 Спецрепортаж. (12+)
08.15 Что по спорту? (12+)
08.40 География спорта. (12+)
09.10 Автоспорт. Российская Дрифт серия «Европа». (6+)
10.05 Профессиональный бокс. (16+)
12.30 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)
13.05 Сёрфинг. Wakesurf Cup 2024. (6+)
14.55 Гольф. Чемпионат Московской области. (6+)
17.25 01.10 Страна смотрит спорт. (12+)
17.55 19.25 01.40 02.55 Пляжный футбол. Московский международный кубок. (6+)
23.55 «Есть тема!» (16+)
04.25 Автоспорт. Российская Дрифт серия «Европа». (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VJU TV1000 VJU TV1000 РУССКОЕ
06.55, 08.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
09.00 «ВЛЮБИСЬ В МЕНЯ, ЕСЛИ ОСМЕЛИШЬСЯ». (16+)
10.50 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ВРАГ». (16+)
12.55 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
14.35 «СВИДАНИЕ МОЕЙ МЕЧТЫ». (16+)
16.35 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)
19.00 «ПРИГОВОР». (16+)
21.05 «ТЁМНЫЕ ТАЙНЫ». (16+)
23.15, 00.15 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
01.10 «АРТУР И МИНИПУТЫ». (12+)
02.45 «АРТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (6+)
04.15 «АРТУР И ВОЙНА ДВУХ МИРОВ». (12+)
05.30 «Пин-код». (6+)
06.45 «Три кота». (6+)
07.30 «Смешарики». (6+)
08.30 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (18+)
10.15 «СОВРИ МНЕ ПРАВДУ». (18+)
12.00 «ЗЕЛЁНАЯ КАРЕТА». (16+)
13.45 «СИНДРОМ». (16+)
15.25 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (16+)
17.00 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
19.00 «УМНАЯ МАША». (16+)
20.35 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
22.15 «МИНИМАКС». (12+)
23.55 «УСПЕХ». (16+)
01.35 «2 ДНЯ». (18+)
03.05 «СВЯЗЬ». (16+)
04.25 «Снежная королева». (6+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
01.05 «МАЛАВИТА». (16+)
03.00 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
04.25 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
06.45 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
08.25 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)
09.55 «БУМЕРАНГ». (18+)
12.00 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
13.50 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (18+)
15.50 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
17.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
19.30 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)
21.25 «ГИТЛЕР КАПУТ». (18+)
05.30 «Дом кино»
05.55 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
07.10 «Три богатыря и Пуп Земли». (6+)
08.50 «УЧАСТОК». (16+)
10.50 «СВАТЫ». (16+)
Сериал. Россия, 2008. Комедия. В ролях: Людмила Артемьева, Анатолий Васильев, Федор Добронравов, Ульяна Ивашенко, Денис Роднянский.
13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
16.00 «СВАТЫ». (16+)
22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
00.30 «СУПЕРБОБРОВЫ». (16+)
02.10 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
03.35 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СУББОТА! СУББОТА!
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «БОЛЬШАЯ ЖИЗНЬ». (0+)
07.00 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
08.00 Утро на «Спасе». (0+)
10.00 «В поисках святого города». (0+)
10.35 «Полковой священник, гвардии капеллан». (0+)
11.25 «И вот был случай на войне...» (12+)
11.50 День Патриарха. (0+)
12.00 Прямая линия. Ответ священника. (12+)
12.55 Монастырская кухня. (0+)
13.50 «ОТЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (6+)
16.55 «БЕРЕМ ВСЕ НА СЕБЯ». (6+)
18.30 Вечер на «Спасе». (0+)
19.30 Лето Господне. (6+)
21.00 «ДОЛГИЕ ПРОВОДЫ». (12+)
22.55 «Кино и смыслы. Взрослый разговор». (12+)
00.05 «Русский ковчег с Яном Таксиром». (12+)
00.55 «Поле битвы». (16+)
02.55 «День Ангела». (0+)
03.25 «Пророки». (0+)
03.55 «Русский ковчег с Яном Таксиром». (12+)
04.50 День Патриарха. (0+)

СТС LOVE СТС LOVE
06.00 «Три кота». (0+)
08.55 Просто кухня. (12+)
10.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
Сериал, Россия, 2019 г. Комедия. В ролях: Павел Деревянко, Анна Невская, Татьяна Орлова, Дарья Урсуляк, Павел Майков, Анна Антонова, Сергей Рубеко, Ангелина Поплавская.
13.10 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
15.55 «КУХНЯ». (12+)
22.00 «КИБЕР ИВАН». (16+)
Россия, 2023 г. Комедия. В ролях: Александр Метелкин, Камилль Ларин, Янина Студилина, Дмитрий Астрахан, Анастасия Акатова, Анжелика Каширина.
01.30 «МАРГОША». (16+)
04.35 «Три кота». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Музэнерго. (16+)
08.05 Топ чарт. (16+)
08.40 Про-новости. (16+)
09.00 Топ-30. (16+)
11.30 «10 самых!» (16+)
12.00 Top15 Like FM. (16+)
13.00 Лига клипов. (16+)
13.35 Хиты по-русски. (16+)
14.00 Плейлист Лето. (16+)
15.00 Про-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Хиты по-русски. (16+)
17.00 Новое Радио чарт. (16+)
18.00 Про-новости. (16+)
18.20 Плейлист! Под шашлычок. (16+)
19.00 Музыкальная ежегодная премия Жара Music Awards-2023. (16+)
20.20 Народное диско. (16+)
21.20 Танцпол. (16+)
23.30 Dance chart. (16+)
00.30 Танцпол. (16+)
02.00 Муз'итив. (16+)

Православный календарь

2 августа
Седмица 6-я по Пятидесятнице.
Глас 4. Пророка Илии.
Прп. Авраамия Галичского, Чухломского. Обретение мощей прмч. Афанасия Брестского. Сщмч. Константина пресвитера. Сщмч. Александра, Георгия, Кирилла, Иоанна, Сергия и Феодора пресвитеров, прмчч. Тихона, Георгия и мчч. Евфимия и Петра. Сщмч. Алексия пресвитера. Прмч. Феодора Чухломской, или Галичской, Абаканской («Знамение») и Оршанской икон Божией Матери.

Постный день.
« Не трудись над разбором, кто прав и кто виноват, ты ли или ближний твой: постарайся обвинить себя и сохранить мир с ближним при посредстве смирения». Свт. Игнатий Брянчанинов

РОССИЯ К
Культура



17.25 «Роман в камне»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 Мультфильмы
- 08.20 «ПЕРЕД САМИМ СОБОЙ»
- 10.40 «Классная тема!»
- 11.10 «Неизвестные маршруты России»
- 11.55 «РАСПИСАНИЕ НА ЗАВТРА»
- 13.20 «Музеи без границ»
- 13.55 «КАСТУСЯ И ВИТАЛИЙ»
- 15.30 «БОКСЕРЫ»
- 16.35 «А где мне взять такую песню...» Юбилейный концерт, посвященный 100-летию со дня рождения композитора Григория Пономаренко
- 17.25 «Роман в камне»
- 17.50 «КОРОЛЕВСКАЯ СВАДЬБА»
- 19.30 «Новости культуры»
- 19.45 Спектакль «Дальше - тишина»
- 22.20 «Большой джаз-2022»
- 00.15 «ШЕСТНАДЦАТАЯ ВЕСНА»

ТВЦ



06.50 «Православная энциклопедия». (6+)

- 05.25 «МАЧЕХА». (0+)
- 06.50 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.20 «НИККИНА ЛЮБОВЬ». (12+)
- 09.15 «ХАМЕЛЕОН». (12+)
- 11.30 14.30 22.00 События
- 11.50 «Я ОБЪЯВЛЯЮ ВАМ ВОЙНУ». (12+)
- 13.35 14.50 «ЖЕНЩИНА ЕГО МЧТЫ». (12+)
- 18.05 «ТАЙНА ПОСЛЕДНЕЙ ГЛАВЫ». (12+)
- 22.15 «Звезды против СССР». (16+)
- 23.00 «Следствие ведет КГБ. Пропавший шифровальщик». (16+)
- 23.50 «Обжалованию не подлежит. Гармонист». (16+)
- 00.30 Прощание. (16+)
- 01.10 01.50 02.30 03.10 «Актёрские драмы». (16+)
- 03.50 «10 самых...». (16+)
- 05.40 «Дорогие товарищи. Первые леди СССР». (16+)

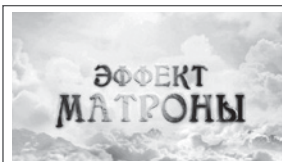
ТВ-3



09.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 08.40 09.30 05.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 15.00 18.00 22.40 «Новости». (16+)
- 09.00 «Вкусно с Анфисой Чеховой». (16+)
- 09.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 12.45 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ГАМПИ». (12+)
- 14.45 «ТЕПЛОЙ УДАР». (16+)
- 17.00 «НА КРАЮ». (16+)
- 19.00 «ХИЩНЫЕ ВОДЫ: ЗАПАДНАЯ». (16+)
- Компания друзей из пяти искателей приключений отправляется в Австралию, чтобы отыскать тайную пещеру.
- 21.00 «Последний герой. Русский сезон». (16+)
- 23.00 «ХИМЕРА». (16+)
- 01.00 «ПОВОРОТ НЕ ТУДА: НАСЛЕДИЕ». (18+)
- 02.45 «ШОУ АНДРОИДОВ». (16+)
- 04.15 «ПЯТНИЦКИЙ». (16+)

ДОМАШНИЙ



03.10 «Эффект Матроны». (16+)

- 06.30 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 06.45 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ДЕДУШКИНА ВНУЧКА». (16+)
- 10.50 «ПОСЛЕДСТВИЯ». (16+)
- Несколько лет назад Андрей случайно узнал, что одна из трёх дочерей - не от него. Он развёлся с женой и добился полной опеки над детьми, запретив бывшей жене приближаться к ним. Всё шло хорошо, но Андрею поставили страшный диагноз.
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 23.00 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ВАШЕ ВРЕМЯ И СТЕКЛО». (16+)
- 01.05 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: РОМАНТИК ИЗ СССР». (16+)
- 02.55 «6 кадров». (16+)
- 03.10 «Эффект Матроны». (16+)
- 04.00 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)

11.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)

Неизвестный оглушает и похищает подполковника Голованова. На телефон его жены приходит сообщение, что Голованов будет казнён ровно через двое суток.

13.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)

20.10 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)

01.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)

ЗВЕЗДА

07.05 «КАК ИВАНУШКА-ДУРАЧОК ЗА ЧУДОМ ХОДИЛ». (6+)

09.20 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО». (12+)

11.10 «Легенды музыки». (12+)

13.15 «Легенды кино». (12+)

14.00 «Главный день». (16+)

14.50 19.20 «Освобождение». (12+)

01.05 «ПЯТЕРО С НЕБА». (12+)

02.40 «МАМА ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

10.00 «Машинки - помощники». (0+)

11.00 «КУРОРТНЫЙ РОМАН». (16+)

12.00 «Специальный репортаж». (12+)

12.15 «Точка.ру». (12+)

12.45 «Адрес истории». (12+)

13.15 «Актуальное интервью». (12+)

13.30 «Здоровый интерес». (12+)

13.45 «ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ». (12+)

15.30 «Фолиант». (12+)

15.45 «Просто жизнь». (12+)

16.15 «ПЕРСОНАЛЬНЫЙ АНГЕЛ». (16+)

18.00 «Марафон». (12+)

19.00 «Территория успеха». (12+)

19.30 «Губернские новости». (12+)

19.45 «Такие разные». (12+)

20.45 «Открываем Воронеж». (12+)

21.00 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)

23.15 «Адрес истории». (12+)

23.45 «Точка.ру». (12+)

00.15 «Марафон». (12+)

01.15 «Формула здоровья». (12+)

01.45 «Малая сцена». (12+)

03.30 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 07.00 13.20 16.10 «Новости»
- 07.05 14.40 16.15 19.45 00.45 «Все на Матч!»
- 09.30 Спортивная гимнастика. FONBET Кубок России
- 13.25 «Пляжный футбол. «Строгино». (Россия) - «Коринтианс» (Бразилия). Московский международный кубок. Прямая трансляция
- 14.55 «Пляжный футбол. «Локomotив» (Россия) - «Аль Амерат» (Оман). Московский международный кубок. Прямая трансляция
- 17.00 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Ростов» (Ростов-на-Дону). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 20.30 Смешанные единоборства. К. Сэндхаген - У. Нурмагомедов. UFC. Прямая трансляция из ОАЭ
- 01.40 Велоспорт. Альфа-Банк Чемпионат России. ВМХ. Гонка. Трансляция из Саранска. (6+)
- 06.00 Спортивная гимнастика. Кубок России. (6+)
- 07.40 12.15 15.05 17.40 Спец-репортаж. (12+)
- 07.55 10.00 13.00 15.55 «Новости»
- 08.00 «Гольф. Чемпионат Московской области. (0+)
- 10.05 «Профессиональный бокс. (16+)
- 12.35 Страна смотрит спорт. (12+)
- 13.05 «Сёрфинг. Wakesurf Cup 2024. (6+)
- 14.45 «Небесная грация. (12+)
- 15.25 17.55 05.00 «География спорта. (12+)
- 16.00 «Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)
- 16.25 01.05 02.20 03.40 «Пляжный футбол. Московский международный кубок. (6+)
- 18.25 «Лёгкая атлетика. «Новая высота». (6+)
- 21.00 Спортивная гимнастика. Кубок России. (6+)
- 05.30 Страна смотрит спорт. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.55 «ПРИГОВОР». (16+)
- 07.40 «ТЁМНЫЕ ТАЙНЫ». (16+)
- 09.45, 10.40, 11.45, 12.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 13.45 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
- 15.30 «Барашек Шон». (6+)
- 17.15 «Барашек Шон: Ферма-геддон». (6+)
- 19.00 «А ВОТ И ОНА». (12+)
- 20.50 «ТРЕТИЙ АКТ». (16+)
- 23.05 «МОЙ МАЛЫШ». (16+)
- 01.00 «ЧУДО». (12+)
- 02.45 «СВИДАНИЕ МОЕЙ МЕЧТЫ». (16+)
- 04.25 «Барашек Шон». (6+)
- 05.30 «Три кота». (6+)
- 06.00 «Смешарики». (6+)
- 06.45 «Пин-код». (6+)
- 08.15 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 09.40 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (12+)
- 10.55 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 12.30 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 14.25 «ТРОЕ». (16+)
- 16.55 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
- 19.00 «ЧИСТОЕ ИСКУССТВО». (16+)
- 20.50 «БЫК». (16+)
- 22.40 «НА РАЙОНЕ». (18+)
- 00.30 «БУЛКИ». (18+)
- 02.10 «ТАНЦЫ НА СМЕРТЬ». (16+)
- 03.45 «БИТВА». (12+)
- 05.10 «Цветик-Семицветик». (6+)
- 05.10 «Смешарики. Дежавю». (6+)
- 06.30 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
- 07.50 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
- 09.30 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (6+)
- 10.55 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)
- 12.20 «Иван Царевич и Серый Волк-4». (6+)
- 14.00 «ДЕВОЧКА НИНА И ПОХИТИТЕЛИ ПИАНИНО». (6+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- Сериал. Россия, 2008. Комедия.
- 22.50 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
- 00.35 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
- 02.30 «НА МОРЕ!» (16+)
- 04.05 «О ЧЁМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (16+)
- 05.00, 05.10, 06.00, 06.40, 07.00, 07.50, 08.00, 08.20, 08.30, 09.00, 09.20, 09.40, 10.10, 10.30, 11.00, 11.20, 11.40, 12.10, 12.30, 13.00, 13.15, 13.20, 14.00, 14.40, 14.50, 15.15, 15.20, 15.50, 16.20 «Маша и Медведь». (0+)
- 07.30 «Маша и Медведь. Скажите Ой!» (0+)
- 16.30 «Оранжевая корова». (0+)
- 21.00 «Богиня свиданий». (16+)
- 22.00 «Богиня сыска». (16+)
- 23.20, 23.40, 00.10, 00.40, 01.10 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 01.30, 01.35, 01.40, 01.45, 01.50, 01.55, 02.00, 02.05, 03.10, 03.15, 03.25 «Ми-ми-мишки». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 «День Ангела». (0+)
- 05.30 «МАКСИМКА». (0+)
- 07.00 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
- 08.30 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)
- 08.45 «Мультфильмы на «Спасе». (0+)
- 09.00 «Простые чудеса». (12+)
- 10.00 «Пилигрим». (6+)
- 10.55 «Святые России». (6+)
- 12.05, 12.35 «Монастырская кухня. (0+)
- 13.00, 13.30 «Монастырская кухня. (0+)
- 13.30 «Монастырская кухня. (0+)
- 13.55 «В поисках Бога. (12+)
- 14.30 «Профессор Осипов. (0+)
- 15.00 «Профессор Осипов. (0+)
- 15.35 «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». (12+)
- 17.30 «СОЛЕННЫЙ ПЕС». (0+)
- 18.55 «СОЛДАТЫ». (12+)
- 21.00 «Простые чудеса. (12+)
- 22.00 «Русский мир». (12+)
- 23.05 «Бесогон. (18+)
- 00.15 «Свидетельницы Воскресения». (0+)
- 01.15 «В поисках Бога. (12+)
- 01.45 «Профессор Осипов. (0+)
- 02.15 «Русский мир». (12+)
- 03.10 «Простые чудеса. (12+)
- 04.00 «Апостол любви». (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 «Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 Про-новости. (16+)
- 06.55 «Плейлист Лето. (16+)
- 07.40 «Звезды о звездах» (16+)
- 08.40 Про-новости. (16+)
- 09.00 «У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 «Плейлист Лето. (16+)
- 11.00 «Русский чарт. (16+)
- 12.00 Про-новости. (16+)
- 12.30 «Топ-30. (16+)
- 14.30 «Очень карачен. (16+)
- 15.00 «10 самых!» (16+)
- 15.30 «Хит-сториз. (16+)
- 16.00 «Михаил Шуфутинский. Атаман русского шансона». (16+)
- 17.00 «Dance chart. (16+)
- 18.00 «Плейлист I Под шашлычок. (16+)
- 19.00 «Золотые Хиты Муз-ТВ-2022. Лучшее. (16+)
- 23.00 «Танцпол. (16+)
- 02.00 «Карaoke хит. (16+)
- 03.00 «Золотая лихорадка. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.45 «ПРОСТУШКА». (16+)
- 03.00 «СВАДЬБА ЛУЧШЕГО ДРУГА». (12+)
- 04.55 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- 06.45 «ТАКСИ». (16+)
- 08.25 «ТАКСИ-2». (16+)
- 10.00 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
- 11.40 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)
- 13.15 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 15.00 «САБРИНА». (12+)
- 17.25 «БУМЕРАНГ». (18+)
- 19.30 «МАМА МАФИЯ». (18+)
- 21.20 «НАЧАНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 23.15 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 06.40 «ИВАНОВО ДЕТСТВО». (16+)
- 08.25 «ТРЫН-ТРАВА». (16+)
- 10.05 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». (12+)
- 13.10 «ЧЕЛОВЕК НА СВОЁМ МЕСТЕ». (12+)
- 15.00 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬБОВ». (12+)
- 18.00 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
- 19.50 «АФОНЯ». (16+)
- 21.30 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
- 00.20 «ЗОНТИК ДЛЯ НОВОБРАЧНЫХ». (12+)
- 01.45 «СРОК ДАВНОСТИ». (12+)
- 03.15 «УСПЕХ». (12+)
- 04.40 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ОДИНОЧЕСТВА.НЕТ». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-3». (12+)
- 13.00, 21.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (18+)
- Сериал. Россия, 2014. Криминал. В ролях: Александр Домогаров, Елизавета Нилова, Вячеслав Крикунов, Сергей Сосновский, Фёдор Лавров, Виктор Низовой.
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ПОРОКИ И ИХ ПОКЛОННИКИ». (16+)
- 05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-6». (16+)

Православный календарь

3 августа
Седмица 6-я по Пятидесятнице.
Глас 4. Пророка Иезекииля.



Прпп. Симеона, Христа ради юродивого, и Иоанна, сподвижника его. Мч. Виктора Марсельского. Прпп. Онуфрия молчаливого и Онисима затворника, Печерских. Обретение мощей блгв. княгини Анны Кашинской. Сщмч. Петра пресвитера. Обретение мощей св. Романа исп., пресвитера.

Поста нет.

Мысленно лжет тот, кто принимает за истину свои предположения, то есть пустые подозрения на ближнего.

Прп. Авва Дорофей

ПЕРВЫЙ



07.40 «Часовой». Специальный выпуск. (12+)

- 06.00 Новости
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». Специальный выпуск ко Дню Воздушно-десантных войск. (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Непутевые заметки». (12+)
09.40 «Мечталлион». (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь своих». (12+)
11.05 «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Видели видео?» (0+)
13.40 «А У НАС ВО ДВОРЕ». (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Две звезды. Отцы и дети». (12+)
21.00 «Время»
23.00 «Собрались с мыслями». (16+)
23.55 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»

- 06.00 «ПОВЕРЬ, ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО...» (16+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.50 «Доктор Мясников». (12+)
13.00 Большие перемены
14.00 Вести
14.50 «Парад юмора». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести
22.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
00.30 «ЛЮБОВЬ НА СЕНЕ». (16+)
Отсидевший в тюрьме Николай возвращается на волю. По пути он знакомится с Надей.
02.20 «ПОВЕРЬ, ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО...» (16+)

НТВ



16.20 «Своя игра». (0+)

- 05.10 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (12+)
Убит пенсионер, осталась сиротой его собачка...
07.00 «Российская дипломатия». (12+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.50 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Своя игра». (0+)
17.15 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «Основано на реальных событиях». (16+)
22.00 «Белые ночи Санкт-Петербурга. Мюзикл о музыке и любви». (12+)
00.00 «СУДЬЯ-2». (16+)
03.30 «ДЕСАНТ ЕСТЬ ДЕСАНТ». (16+)

СТС



04.45 «6 кадров». (16+)

- 06.00 Ералаш. (6+)
07.00 Премьера. «Отель «У овечек». (0+)
07.15 Уральские пельмени. (16+)
08.00 ПроСТО кухня. (12+)
09.00 Премьера. На стиле с Глюк'оЗой. (16+)
09.30 Уральские пельмени. (16+)
10.00 Премьера. Интуристы. (16+)
10.40 «Ходячий замок». (16+)
13.05 «Унесённые призраками». (16+)
15.45 «Леди Баг и Супер-Кот. Пробуждение силы». (6+)
17.45 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
22.00 Премьера. Шоу «Русская дорога». (16+)
23.30 «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ». (16+)
01.45 «С ЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
03.20 «ЧЕЛОВЕК-ОРКЕСТР». (16+)
04.45 «6 кадров». (16+)

ТНТ



09.00 «Битва экстрасенсов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «Битва экстрасенсов». (16+)
18.30 «Выжить в Дубае. Возвращение». (16+)
Участники звёздной и народной команд бьются за место в отеле. Мешают им в битве за комфорт и 10 миллионов рублей не только сложнейшие испытания, но и внутренние конфликты.
21.00 «Титаны». (16+)
23.00 «Шоу Воли». (16+)
00.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
Кто тут настоящий певец, а кто только притворяется, что умеет петь - именно это предстоит определить двум звёздным командам
01.50 «Студия «Союз». (16+)
02.35 «Импровизация. Команды». (16+)
03.25 «Импровизация. Команды». (16+)
04.10 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



13.00 «Неизвестная история». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Легенды и мифы». (16+)
13.00 «Неизвестная история». (16+)
14.00 «БУЛЬТЕРЬЕР». (16+)
Макс Холодов - один из главных фаворитов смешанных боевых искусств. После серьезной травмы на ринге он выбывает из борьбы за титул чемпиона мира, и его жизнь идет под откос.
15.50 «СПЕЦНАЗ». (16+)
23.00 «Новости». (16+)
23.30 «КРЕМЕНЬ: ОСВОБОЖДЕНИЕ». (16+)
03.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.05 «Простоквашино». (0+)
07.10 Гость у порога. (16+)
09.00 Секреты на кухне. (16+)
10.00 Как люди живут. (16+)
12.20 Битва шефов. (16+)
23.00 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)
01.10 «Арсенал животных». (18+)
03.00 Дикие животные. (16+)
03.30 Пятница News. (16+)
03.50 Черный список. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.30 «Маша и Медведь». (0+)
10.00 «Непыльный вопрос». (16+)
11.00 «Чад из ада». (12+)
14.00 «Модель XL». (16+)
18.05 «Статус: Неравный брак». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Маленькие». (12+)
Реалити о жизни людей с аномально низким ростом. Зрители смогут посмотреть на привычный мир глазами маленького человека ниже 150 см и узнают, что самые простые действия - позволить в дверь, сесть за руль автомобиля, найти работу - могут стать настоящим испытанием.
01.00 «Измены». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 07.00 08.00 10.00
03.00 05.15 Утилизатор. (16+)
06.30 07.30 03.45 Утилизатор. (12+)
10.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+)
17.00 Дорожные войны. (16+)
19.30 Решала. (16+)
22.30 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
01.15 Большой кэш. (16+)
Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трёх человек борются за крупный денежный приз.
02.15 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)

МИР

- 05.00 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (6+)
07.50 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (16+)
09.25 «Точка на карте». (6+)
09.30 «ФазендаЛайф». (6+)
10.00 Новости
10.10 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: КРЫМ». (16+)
16.00 Новости
16.15 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: КРЫМ». (16+)
19.25 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: ЛИСЬЯ НОРА». (16+)
23.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)
03.00 «Наше кино. История большой любви». (16+)
03.25 «АНТОША РЫБКИН». (16+)
04.15 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 16.05 «Календарь». (6+)
11.25 «Моя история». (12+)
12.10 Кино на все времена. (12+)
15.05 «Этот джаз» с Игорем Бутманом. (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.05 «ДВА ДНЯ». (16+)
20.30 «ЗЕМЛЯ ОБЕТОВААННАЯ». (12+)
23.15 «Кино эпохи перемены». (12+)
02.05 «ФРАНЦУЗ». (16+)
04.10 «БЛЕФ». (12+)

ПОБЕДА

- 05.40 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
07.10 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
08.55 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)
10.15 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
12.00 «БАТЯ». (16+)
13.20 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
15.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГО РЕЖИМА». (16+)
17.00 «ВРЕМЕННО НЕДОСТУПЕН». (16+)
01.00 «КОРОЛЁВ». (16+)
02.50 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
08.50 «Оранжевая корова». (0+)
11.00 «Геройчики». (0+)
Мальчик Рома очень любит играть и веселиться, поэтому в его комнате полным-полно разных игрушек. Кого здесь только нет: и загадочный пушистый инопланетянин Бублик, и отважный петух-тянучка Ко-Ко, и благородная ящерица-самурай О-Раш, и милая куколка Пинки, и воинственный плюшевый заяц Генерал Де-Кроль со своими роботами, и, конечно, отважные супергерои Флай и Глория.
13.00 «38 попугаев». (0+)
13.50 «Ералаш». (6+)
15.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)
17.05 «Кошечки-собачки». (0+)
19.05 «Царевны». (0+)
20.25 «Царевны и Таинственная гостья». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Буба». (6+)
Буба - милый и любознательный, как пятилетний ребенок. Он изучает мир без злобы и обид, только с радостью и удивлением. Он не говорит, но издает

МУЛЬТ

- звук, чтобы выразить свои эмоции. Никто не знает, откуда он появился, но очевидно, что Буба пропустил последние столетия развития человечества и теперь исследует современный мир с безудержным рвением и энтузиазмом. Его неуклюжие движения вместе с сильным желанием изучить мир вокруг часто приводят к неожиданным результатам.
23.00 «Ералаш». (6+)
00.30 «Простоквашино». (0+)
02.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00, 00.45 «Монологи императоров». (16+)
01.30, 06.10, 06.40, 10.10, 10.40, 14.05, 14.40
«Трудные вопросы истории России». (12+)
Ведущие специалисты-историки рассматривают важные проблемы отечественной истории с точки зрения их современных трактовок.
02.00 «Секреты истории». (16+)
03.10, 07.25, 11.20, 15.15, 19.10, 23.10 Историкограф. (12+)
04.00 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (12+)
04.40 Прошай, немытая Россия. (12+)
05.30 «Жил-был Дом». (12+)
06.00, 07.15 Обыкновенная история. (6+)
08.10 Историада. (12+)
09.05 Пустые страницы. (12+)
12.05 «Освободители». (16+)
12.50 Выбор полковника Абеля. (12+)
13.35 «Жил-был Дом». (12+)
16.00 «ГЕРОИ ШИПКИ». (12+)
18.15, 22.15 «Во имя человечества. История российской медицины». (12+)
18.40, 22.40 «Пешком в историю». (12+)
20.00 «Вторая мировая. Великая Отечественная». (16+)
20.55 Карим Хакимов: Миссия выполнима. (12+)
21.40 Великая Северная война. (12+)

HISTORY

- 06.00 «Шелковый путь». (12+)
08.50 «Тони Робинсон и Британия на пленке». (16+)
12.50 «Первое путешествие вокруг света». (16+)
15.30 «Оружие древности: искусство войны». (16+)
17.15 «Меч из огня». (12+)
20.05 История вещей. (16+)
21.45 «Великая война». (12+)
01.40 «Медина Асаара: потерянный город в Аль-Андалусии». (12+)
Медина Асаара - город-дворец в Андалусии, был построен в середине 10 века. В настоящее время разрушен, большая его часть лежит в руинах.
02.35 «Тысячелетний Перу». (16+)
Перу - это удивительная страна в Южной Америке, на территории которой расположены тропические леса Амазонии и Мачу-Пикчу - древний город инков на вершине горного хребта в Андах. Район вокруг Мачу-Пикчу, где находится долина Урубамба (другое название - Священная долина инков).
03.25 «История нераскрытых дел». (16+)
Профессор Сью Блэк Обе и ее команда используют криминалистику для исследования раскопанных останков.
04.20 «Гоа Гаджа, Индонезия». (12+)
04.45 «Великая война». (12+)

ДОКТОР

- 06.00 «Куда уходит память?» (12+)
06.45 Это лечится. (12+)
07.15 Под контролем. (12+)
07.45 «Научные сенсации». (12+)
08.35 «Фактор эволюции». (12+)
09.25 Доктор, мне только спросить. (12+)
09.55 «Большой скачок». (12+)
10.50 О самом главном. (12+)
11.50 «Иммунитет. Код вечной жизни». (12+)
12.40 «Клинический случай». (12+)
13.40 «Большой скачок». (12+)
14.35 Простые истины доктора Мясникова. (12+)
15.05 Просто о здоровье с доктором Никулиной. (12+)
15.20 «Великая тайна ДНК». (12+)
16.10 Это лечится. (12+)
16.40 Под контролем. (12+)
17.10 «Научные сенсации». (12+)
17.55 О самом главном. (12+)
18.55 Доктор, мне только спросить. (12+)
19.25 «Большой скачок». (12+)
20.20 «Великая тайна ДНК». (12+)
21.15 О самом главном. (12+)
22.10 «Клинический случай». (12+)
23.10 «Большой скачок». (12+)
00.05 Простые истины доктора Мясникова. (12+)
00.35 Просто о здоровье. (12+)

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 с группой приехал на вызов в квартиру, которая сначала показалась ему коммунальной: вдоль узкого коридора располагались многочисленные комнаты, перед дверью каждой из которых лежал аккуратный половичок. Однако позже выяснилось, что часть дверей ведет вовсе не в комнаты, а в ванную, кладовую и другие нежилые помещения.

– Какая интересная планировка, – пробормотал Петрович вполголоса.

Но бодрая старушка, сопровождавшая его, оказалась обладательницей очень чуткого слуха.

– Все удивляются, кто впервые приходит, – сказала она. – А мы привыкли, мы здесь с самого рождения живем, для нас необычно, когда по-другому.

Мы – это две сестры – погодки и их младший брат, Иван, которому, как сообщила та же разговор-

Серебряные ложечки



чивая старушка, «намедни исполнилось восемьдесят».

– У нас еще два брата есть, Коля и Толя, да они давно разъехались, в других местах прижились. Сестра есть еще, Милка, Людмила, она теперь сибирячка. Раньше всей семьей здесь жили, большая была семья, а теперь вот только мы троим и остались.

– Это все очень интересно, – прервал ее рассказ Петрович. – Но давайте все-таки перейдем к делу. Что у вас случилось?

Ложечки у нас пропали серебряные. Вчера еще были,

а утром хватились – не ту их. Я подозреваю, что их младшенькая наша, Нюра, взяла. Взяла, чтоб продать или в ломбард заложить. А ложечки старинные, семейная реликвия.

– Опять ты на меня наговариваешь! – откуда-то сбоку подошла еще одна старушка, поразительно похожая на первую. – Не брала я этих ложек! Тебе бы только наговорить на честных людей! Небось, сама и взяла.

– Так, гражданочки, давайте потише, – строго сказал Петрович. – Разберемся с вашими ложечками. Где они лежали?

– В кухне, где ж еще? – фыркнула Нюра. – В горке, рядом с чайным сервизом.

– Кто из вас эти ложечки трогал?

– Да все! Мы ж чай пьем несколько раз в день и ложечками этими пользуемся, конечно – любоваться на них, что ли?

А вчера приходил к вам кто-нибудь на чай?

– Приходил, – ответила старшая старушка. – Сосед приходил, Сергей Никитич, очень приятный мужчина. Чай с нами пил. Но он приличный человек, не мог ложечки без спросу взять.

– Понятно, – кивнул Петрович. – Вы вот что мне скажите: горку эту, с ложечками, открывали вы сегодня? Руками трогали?

– Нет! – хором ответили старушки.

– Мы, видите ли, детективами увлекаемся, – слегка краснея, пояснила Нюра. – Понимаем про отпечатки пальцев и всю эту вашу криминалистику. Что ложечек нету, снаружи хорошо видно, а потому не трогали мы ничего, сразу вам звонить.

Хорошо, – кивнул Петрович и распорядился в первую очередь снять отпечатки с горки.

Пока криминалисты работали в кухне, бабушки провели Петровича в гостиную и принялись наперебой рассказывать историю своей большой семьи, которая разъехалась буквально по всей стране.

– А где брат ваш, Иван? – спросил Петрович, воспользовавшись небольшой паузой.

– А он к внукам, в Карелию, уехал. Давно уехал, уже с месяц как. Места там грибные, рыбалка хорошая, а Ванька наш уж очень любит по грибы ходить да с удочкой у реки сидеть. Вот он каждое лето у внуков и гостит.

– Дело хорошее, – Петрович даже чуть позавидовал старику Ивану, который мог себе позволить все лето наслаждаться рыбалкой и походами по грибы.

В гостиную заглянул криминалист и по-манил Петровича к себе. Оказалось, что на горке нет вообще никаких отпечатков, все ее поверхности тщательно протерты. Петрович поблагодарил криминалиста и вернулся в гостиную.

– Ну вот что, мои милые потерпевшие. Придется мне познакомиться с вашим соседом. Как его? Сергеем Никитичем, если не ошибаюсь. Потому что никто из вас ложечек действительно не брал.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович заподозрил соседа старушек?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 29: герань на подоконнике в жару, которая стояла последний месяц, засохла бы за время отсутствия хозяйки; буйное цветение – признак ежедневного полива.

Рис. Ирины Светловой

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 29 ИЮЛЯ ПО 4 АВГУСТА

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

29 ИЮЛЯ

В 1963 году состоялся первый полет самолета Ту-134.

30 ИЮЛЯ

В 1898 году в Москве начала работать первая городская канализация. В 1907 году в Москве вышел в рейс первый автобус.

31 ИЮЛЯ

В 1656 году отправилась первая русская экспедиция к озеру Байкал.

В 1956 году в Москве открылся Центральный стадион имени В.И. Ленина (ныне – Лужники).

В 2006 году вышла в обращение купюра Банка России номиналом в 5000 рублей.

1 АВГУСТА

В 1774 году учеными впервые выделен молекулярный кислород.

В 1862 году была открыта железная дорога Москва – Нижний Новгород.

В 1964 году впервые вышла в эфир государственная радиостанция «Маяк».

2 АВГУСТА

В 1917 году женщинам в России были предоставлены избирательные права.

В 1933 году завершено строительство Беломорско-Балтийского канала.

3 АВГУСТА

В 1959 году открылся первый Московский Международный кинофестиваль.

4 АВГУСТА

В 1668 году отец Пьер Периньон представил своим братьям чудесный напиток – шампанское (День рождения шампанского).

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

29 ИЮЛЯ. Алевтина, Валентина, Иулия, Павел, Феодор.

30 ИЮЛЯ. Лазарь, Леонид, Маргарита, Марина.

31 ИЮЛЯ. Емилиан, Иоанн.

1 АВГУСТА. Роман, Стефан.

2 АВГУСТА. Александр, Георгий, Илия, Кирилл, Константин, Сергей.

3 АВГУСТА. Виктор, Иоанн, Пётр.

4 АВГУСТА. Алексей, Мария, Михаил.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

29 ИЮЛЯ ■ Международный день тигра

30 ИЮЛЯ ■ Международный день дружбы

31 ИЮЛЯ ■ День рождения Гарри Поттера

■ Международный день спасателя на воде

1 АВГУСТА ■ День памяти российских воинов, погибших в Первой мировой войне

■ День Тыла Вооруженных Сил России

■ Всероссийский день инкассатора

■ День рождения ВСХВ-ВДНХ

■ День работника технической поддержки в России

2 АВГУСТА ■ День Воздушно-десантных войск РФ

3 АВГУСТА ■ День тульского пряника

4 АВГУСТА ■ День железнодорожника

■ День одиноких работающих женщин

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Марию гроза – сена будет за глаза

Если 29 июля, в Финогеев день, ботва у моркови поникла, то ожидали скорого дождя.

В день Марины с Лазарем, 30 июля, следили за погодой. Считалось, что осень будет такой, как два последних дня июля и первый день августа.

На Омелянов день, 31 июля, наблюдали за берегами: если листья начали желтеть с верхушки дерева, то осень будет ранней. Имя святой Макрины, чей день памяти отмечается 1 августа, иногда искажали, называя Мокриной. По тому, насколько этот день «мокрый» (дождливый) судили об осенней погоде. Про 2 августа, день Ильи

Пророка, говорили: «Пётр и Павел – час убавил, а Илья Пророк – два уволок» –

поскольку дни делались заметно короче. Дождь на Илью предвещал хороший урожай зерновых в следующем году.

В день Онуфрия Молчальника, 3 августа, полагалось всю работу выполнять молча. Если ночь на Молчальника была холодная и свежая, то зиму ждали морозную и раннюю.

Гроза 4 августа, в день Марии (Магдалины) Ягодницы, предвещала богатый урожай зерновых и трав. Так и говорили: «На Марию гроза – сена будет за глаза». А если куры выходили во двор во время дождя, то ожидали потепления.



Больше всего в моей утренней пробежке мне нравится то, что ее нет.

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

29 июля Восход: 4 ч. 40 м. Заход: 20 ч. 18 м. Долгота дня: 15 ч. 38 мин.

Убывающая Луна в знаке Тельца

30 июля Восход: 4 ч. 42 м. Заход: 20 ч. 17 м. Долгота дня: 15 ч. 35 мин.

Убывающая Луна в знаке Близнецов

31 июля Восход: 4 ч. 43 м. Заход: 20 ч. 15 м. Долгота дня: 15 ч. 32 мин.

Убывающая Луна в знаке Близнецов

1 августа Восход: 4 ч. 45 м. Заход: 20 ч. 13 м. Долгота дня: 15 ч. 28 мин.

Убывающая Луна в знаке Рака

2 августа Восход: 4 ч. 46 м. Заход: 20 ч. 12 м. Долгота дня: 15 ч. 26 мин.

Убывающая Луна в знаке Рака

3 августа Восход: 4 ч. 48 м. Заход: 20 ч. 10 м. Долгота дня: 15 ч. 22 мин.

Убывающая Луна в знаке Льва

4 августа Восход: 4 ч. 49 м. Заход: 20 ч. 08 м. Долгота дня: 15 ч. 19 мин.

Новолуние, Луна в знаке Льва

ТЕЛЕК
Черноземье

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



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Билд-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

№ 30 (455).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 23.07.2024 г. Дата производства: 23.07.2024 г. Дата выхода в свет: 24.07.2024 г. Тираж 45 760 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 4555 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 853 680 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

Чашечка ароматного свежесваренного кофе по утрам – что может быть прекраснее?! Совершенно с вами согласны.

Но с оговоркой: в начале дня наш организм должен обязательно получить комплекс белков, жиров и углеводов, чтобы полноценно функционировать хотя бы до обеда. Поэтому к кофе нужно прибавить еще кое-что. Давайте вместе выясним, что именно.

Овсянка

О пользе этой каши давно и хорошо всем известно. И самое чудесное, что даже если вам надоела овсяная каша (ее, кстати, можно разнообразить внесением различных добавок – фруктов, орехов, мягких сыров), на ее основе можно приготовить другие полезные блюда. Например, овсяноблин, который непременно понравится и сладкоежкам, и тем, кто не очень жалуется на сладкое. Ведь его можно наполнить любой начинкой: овощной, фруктовой, мясной, сырной и т.д. А можно накануне приготовить овощные котлеты из кабачков и овсянки. Тем более сейчас сезон кабачков.

Если ты хочешь завтрак в постель, ложись спать на кухне!



ЗАВТРАК

по всем канонам стройности



Творог

Здесь также найдется место разнообразию. К творогу можно добавить любые фрукты, ягоды, овощи (помидоры, огурцы, перец, капусту), корицу, ваниль, травы (укроп, петрушку, базилик, орегано). Мягкий сыр – прекрасная замена творогу. Только не забывайте, что калорийность сыра выше, поэтому брать его желательнее меньше. А еще из творога можно приготовить сырники. Причем не только привычные сладкие. Сам творог имеет нейтральный вкус, и если к нему добавить, например, яйцо, тертый сыр, лук и рисовую муку, получится полезное и не слишком сладкое блюдо. Кстати, сырники можно приготовить заранее и положить в морозилку, а утром останется только разогреть.

Бутерброды

Если без утреннего кофе вы не можете обойтись, постарайтесь обойтись без сахара. А углеводы получите из пары полезных бутербродов. Хлеб – в идеале цельнозерновой, можно с отрубями и без добавления орехов и сухофруктов. Мясо птицы натереть специями и запечь в духовке. Порезать и использовать на бутерброды, добавив зелени, овощей, аджики, горчицы – что вам по вкусу. Мягкий и твердый сыр, немного сливочного масла, несколько кусочков красной рыбы, сельди – вариантов большое количество. Такой бутерброд пойдет только на пользу.

Татьяна МИХАЛЁВА

Мнение специалиста

Кто ест каждое утро, тот поступает мудро

В таком важном деле, как организация завтраков, без совета специалиста не обойтись. Сегодня на наши вопросы отвечает кандидат медицинских наук, член национальной ассоциации диетологов и нутрициологов, врач-диетолог НИИ Склифосовского Дарья Русакова.



– Должен ли завтрак быть более калорийным по сравнению с обедом и ужином, когда человек худеет?

– Энергетическая ценность дневного рациона должна распределяться следующим образом: завтрак – 25%, обед – 35%, полдник – 15%, ужин – 25%. Эти величины носят усредненный характер, поэтому главное – вписываться в дневное соотношение КБЖУ.

– Если уже есть многолетняя привычка пить одну чашечку кофе по утрам и совсем не есть, нужно ли себя переучивать?

– Завтрак имеет очень большое значение, так как он своевременно запускает обмен веществ. Необходимо планировать этот прием пищи заранее (решите, что бы вы хотели съесть и как это быстро и просто приготовить). Если вы привыкли начинать день с чашечки кофе, то можете перенести более основательный прием пищи на второй завтрак.

Фото из личного архива Дарьи Русаковой и www.shutterstock.com

НА ЗАМЕТКУ

Почему коллаген часто называют «белком молодости»? Потому что до 25 лет он вырабатывается и усваивается в достаточных количествах.

Именно благодаря ему кожа в юности подтянутая и упругая, суставы не болят и не скрипят, а кости – плотные и прочные. А затем с каждым годом коллагена становится все меньше. И восстановить уровень этого белка в прежних объемах не удастся. Но кое-что сделать можно и нужно. Итак, расти, коллаген, нам на здоровье!

Расти-расти, колаген!

Снаружи и изнутри

Коллаген может быть эндогенным (его вырабатывает наш организм) и экзогенным (он попадает к нам извне). Курение, стрессы, злоупотребление простыми углеводами и алкоголем разрушают эндогенный коллаген, которого и так с годами все меньше. Следовательно, здоровый образ жизни позволит организму подольше снабжать себя ценным белком.

И помогут в этом фрукты, овощи и ягоды, богатые витамином С: болгарский перец, цитрусовые, смородина, морковь и листовая салат. Экзогенный коллаген попадает в наш организм извне – с пищей и пищевыми добавками. Наиболее богаты им желатин, говяжий бульон, курица и яичный белок, рыба и морепродукты. Попадая в пище-

варительную систему человека, эти продукты распадаются на аминокислоты и поступают в кровь в качестве «строительного материала» для клеток. То же самое происходит и при употреблении пищевых добавок.

А может, проще намазать?

Допустим, для здоровья костей и суставов коллаген действительно можно получить извне. Ну а с кожей как? Не проще ли купить широко разрекла-

мированный крем с коллагеном, обещающий молодость кожи буквально на следующий день применения? К сожалению, не проще... Чаше всего положительный эффект крема будет за счет его увлажняющих свойств. Но доставить молекулы коллагена под кожу он не в силах. Поэтому с возрастом уровень ценного белка в организме можно поднять только за счет экзогенной разновидности.

ВАЖНО!

Для людей с проблемами ЖКТ белковая диета, а также сырые фрукты и овощи могут быть противопоказаны.

Татьяна МИХАЛЁВА

СОРТ № RU.77.99.19.003.E.000022.01.15 от 12.01.2015 г. Реклама



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Источник коллагена Геленк Нарунг

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ: 8-800-333-06-07 (ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ), Москва 8 (495) 220-76-76

БАД. Производитель ПРОВИСТА, г. Ганновер, Германия. www.provista-ag.ru

НЕ ВЛЕЧЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
 - Поддерживает здоровье кожи, волос и ногтей.
 - Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия).
- Спрашивайте в аптеках вашего города.



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

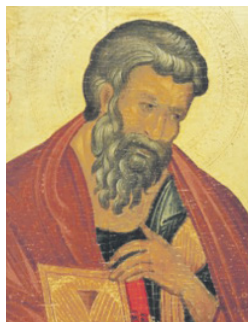
ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«...ВСТАНЬ, ВОЗЬМИ ПОСТЕЛЬ ТВОЮ, И ИДИ В ДОМ ТВОЙ»



Тогда Он, войдя в лодку, переправился обратно и прибыл в Свой город. И вот, принесли к Нему расслабленного, положенного на постели. И, видя Иисус веру их, сказал расслабленному: дерзай, чадо! прощаются тебе грехи твои. При сем некоторые из книжников сказали сами в себе: Он богохульствует. Иисус же, видя помышления их, сказал: для чего вы мыслите худое в сердцах ваших? ибо что легче сказать: прощаются тебе грехи, или сказать: встань и ходи? Но чтобы вы знали, что Сын Человеческий имеет власть на земле прощать грехи, тогда говорит расслабленному: встань, возьми постель твою, и иди в дом твой. И он встал, взял постель свою и пошел в дом свой. Народ же, видев это, удивился и прославил Бога, давшего такую власть человеку. (Мф, 9:1-8)

Знай, что телесные болезни естественно свойственны телу, как теленному и вещественному. Итак, в случае таких болезней душе, обученной (добру) должно с благодарностью показывать мужество и терпение, и не укорять Бога – зачем создал тело.

Преподобный Антоний Великий

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 4 августа, в воскресенье.

Желание иметь друга, искреннего человека, с которым мы будем ощущать душевное единство, – одно из естественных человеческих желаний. Но как оно соотносится с духовной жизнью. Что, например, о дружбе говорит Евангелие? В отрывке из 9 главы Евангелия от Матфея найдем ответ на этот вопрос.

Город Капернаум находился в Галилее на берегу Тивериадского озера. Несмотря на то, что проповедь Спасителя звучала здесь регулярно, жители Капернаума были к ней не особо восприимчивы.

Можно предположить, что расслабленный, которого друзья принесли к Господу, ничем не отличался от своих сограждан. Возможно, и болезнь ему была послана за какими-то грехи. Косвенно на это указывают и слова

Христа, которые Он адресует больному в момент исцеления: «прощаются тебе грехи твои».

Однако, были в Капернауме и свои праведники. Как раз из их числа были те люди, которые принесли расслабленного ко Христу на носилках. Сам он не мог прийти к Нему не только по причине болезни, но, видимо, и по своему неверию. И вот находятся добрые люди, которые, возможно, даже вопреки греховным желанием самого больного, который, как неразумный ребенок, не понимает, что для него хорошо, а что плохо, несут его к Богу. Вероятно, их связывают с этим человеком узы дружбы. И Господь, по их настойчивым просьбам, возвращает страдальца к полноценной жизни. Спаситель исцеляет больного, именно за веру его товарищей.

Важный духовный закон содержится в этом отрывке. Наш путь к Богу – это не путь одиночки. Христиане издревле живут общинами. Неслучайно апостол Павел называет Церковь Телом Христовым. Это организм, где каждая клеточка тесным образом связана с теми, кто ее окружает. Если я падаю, товарищи подхватят меня. Вдохнут в меня новые силы и надежды. Если падает кто-то рядом со мной, подобную поддержку могу оказать и я. А потому каждому из нас необходимо иметь круг лиц, которым мы доверяем и можем поделиться самым сокровенным. Не просто для того, чтобы интересно провести досуг, посплетничать, излить свою горечь, обиды и претензии окружающим людям, пожаловаться на судьбу. А для того, чтобы обсудить вопросы, связанные с нашей духовной и душевной жизнью.



Комментирует священник Дмитрий Барницкий

Поэтому это должны быть те люди, которые стремятся на деле воплотить Евангельский идеал. Это могут быть как духовные лица, так и простые верующие. Не будем сомневаться, если нами руководит желание угодить Богу, жить по Евангелию, исцелиться от своих духовных недугов, именно через этих людей придет ответ и поддержка. Сам Бог будет говорить через них. Ведь, как сказал Спаситель, «где двое или трое собраны во имя Мое, там и Я посреди них».

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 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца
212,27 ₺	424,54 ₺	636,81 ₺	849,08 ₺

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

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

Онлайн на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru> или 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.

П2912
«ТЕЛЕК Черноземье»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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

Чем опасна ЖАРА



и как её успешно пережить

С трудом дождавшись томной вечерней прохлады, наши старые знакомые – бизнес-вумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька – собрались за чашечкой чая. Темой для их беседы стала, естественно, изнуряющая жара.




Машенька,
девушка на выданье

Верочка,
домохозяйка


Анна
Адамовна,
учительница

Галина
Сергеевна,
бизнесвумен


1 – В такую жару хорошо под кондиционером сидеть, но если нет кондиционера? У меня, например, окна на юг выходят, и духота в квартире ужасная. Окна открываю, чтобы проветрить, а толку никакого, один жар из этих окон. Я спасаюсь прохладным душем, но весь день в душе не просидишь же... Расскажите, девочки, какие еще есть методы охлаждения?




– Вот как раз окна днем ты совершенно напрасно открываешь. Потому что никакого проветривания во время жары не получится. Наоборот, квартиру очень быстро заполнит жар с улицы. Поэтому для проветривания окна нужно открывать ночью, когда стены, остывая, отдадут тепло. А утром нужно внимательно отследить момент, когда температура на улице начинает повышаться, закрыть все окна наглухо, задернуть шторы и, если есть возможность, включить кондиционер или вентилятор. Только так можно отгородиться от уличной жары.



2 – Девочки, освежить воздух в квартире хорошо помогает частое мытье полов. Причем, не нужно вытирать их насухо, потому что вода, испаряясь, снижает температуру в помещении, а заодно увлажняет воздух. Также можно расставить по всем комнатам широкие емкости с холодной водой – например, тазы. А если поставить таз с водой к вентилятору, охлаждение пойдет значительно интенсивнее.



3 – Очень важно при жаре не переедать. Ведь организму и так не сладко, не стоит перегружать его еще и обильной тяжелой пищей. Лучше есть понемногу, но часто, чем редко и плотно. В идеале от жирной еды на время жары следует вообще отказаться и отдавать предпочтение овощам, фруктам, кашам на воде – легко усваиваемой и малокалорийной пище.




– А пить лучше всего не ледяную, а прохладную воду, чтобы не заполучить ангину в разгар лета. В воду можно добавить гранатового, грейпфрутового, лимонного или апельсинового сока, ломтик лимона, лайма, веточку мяты. Но пить тоже нужно понемногу и не особенно часто, чтобы не возраслась нагрузка на почки. Лучше всего носить бутылочку с водой с собой постоянно, чтобы избежать обезвоживания, которое наступает очень быстро и почти незаметно. Каждые полсотни-сотню шагов нужно делать несколько глотков воды.




4 – Про одежду еще забыли сказать. Одеваться нужно легко, лучше в белое – для отражения солнечного света. Обязательно покрывать голову платком, банданой (можно смоченной водой), бейсболкой или шляпкой – что больше нравится. Передвигаться лучше неспешно, без крайней необходимости не совершать резких движений, не нагибаться и не присаживаться на корточки. Если нагнулись или присели, разгнуться или встать нужно не спеша. Если необходимо передохнуть или остановиться попить, делать это надо непременно в тени. Вся тяжелую работу по возможности нужно перенести на раннее утро поздний вечер.



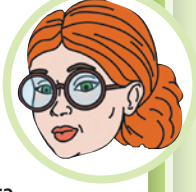
5 – Ой, а я вспомнила, как бабушка вешала на форточку мокрое полотенце. Правда, рама была деревянная, и она кнопки канцелярские использовала. А ее подруга дверь балконную занавешивала влажной простыней – у бабушки Тани последний этаж в девятиэтажном доме, там ветерок всегда был. А чтобы уж точно тепловой удар не получить, лед в вазочках хрустальных стоял везде. Я даже думала долгое время, что вазочки эти только для льда и куплены.




– Солнечный или тепловой удар – ужасно неприятные вещи, очень опасные для здоровья. Поэтому, как только чувствуешь, что вот-вот можешь потерять сознание, ни в коем случае не думай, что сейчас пройдет. Немедленно нужно перейти в тень, присесть и выпить холодной воды.



6 – Раз уж ты упомянула солнечный и тепловой удары, хочу добавить, чем еще опасна жара. Из-за перегрузки сердечно-сосудистой системы возможны скачки давления, приступы стенокардии, гипертонические кризы, инсульты, инфаркты. Поэтому во время жары сердечникам и гипертоникам нужно особенно внимательно следить за своим здоровьем и максимально беречься. Это касается и тех, у кого есть проблемы с органами дыхания – например, астматикам. От сильной жары человек может буквально задохнуться от нехватки кислорода. Жара – это очень серьезно, с ней нельзя шутить и надеяться, что все обойдется.



– Анекдот про жару вспомнила. Жара на улице. Муж возвращается из магазина, жена разбирает покупки: «Ты зачем столько изюма купил? Я вообще его не заказывала!» Муж, вытирая пот со лба: «Когда покупал, это был еще виноград...»



Из истории вопроса Как боролись с жарой наши предки

На Волге, например, для жарких дней запасали лед еще зимой. Его хранили в ледниках и, чтобы он не таял, в погреб закладывали вместе с соломой. Куски льда в жару заносили в емкости в комнаты. Большой кусок льда таил, делая воздух прохладней.

Адмирал Фёдор Фёдорович Ушаков (24 февраля 1745 г. – 14 октября 1817 г.) – легенда и гордость русского флота. Он не проиграл ни одной битвы на море, не потерял ни одного корабля, ни один из его матросов не попал в плен.

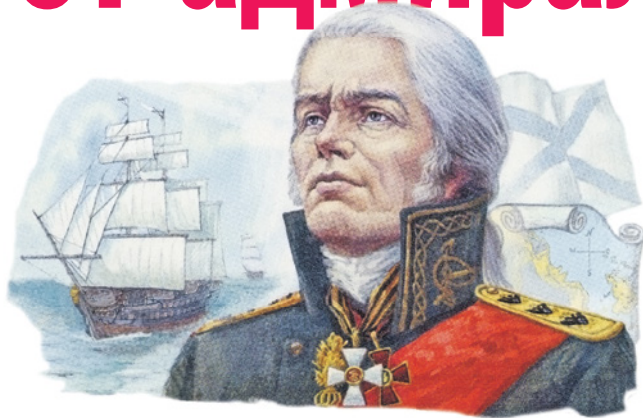
В преддверии Дня Военно-Морского Флота мы решили рассказать о стратеге, тактике, праведном воине, который вписал свое имя в историю страны.

Первые крупные успехи

В конце XVIII века, особенно после визита Екатерины II в Крым в 1787 году, становится понятно: Россия должна господствовать в Северном Причерноморье. Хотя расстановка сил в тот момент была не в нашу пользу. Российская империя ввела в строй только 5 линейных кораблей (остальные достраивались во время войны). Для сравнения: у османов, основных противников русских, насчитывалось более 20 кораблей.

К тому времени 42-летний Фёдор Ушаков, прослуживший на флоте уже более 20 лет, командовал в чине капитана бригадирского ранга линейным кораблем «Святой Павел»

Фёдор Ушаков: от адмирала до праведника



Севастопольской эскадры графа Марко Войновича. В начале июля 1788 года русскими войсками была осаждена турецкая крепость Очаков. Из Севастополя на помощь им вышла эскадра, чтобы не дать турецкому флоту возможность поддержать осажденных. 14 июля противники встретились у острова Фидониси (Змеиный). Турецкая эскадра вдвое превосходила российскую. Командуя авангардом русских, Ушаков нанес поражение превосходящим силам турок, которые впоследствии со страхом и уважением называли

его «Ушак-паша». В 1789 году Фёдор Фёдорович был произведен в контр-адмиралы, а в марте 1790 года светлейший князь Потёмкин-Таври-

ческий назначил его командиром Черноморского флота. Так стали закладываться традиции побеждать.

Вклад в военную науку

За время русско-турецкой войны Ушаковым была разработана новая тактика ведения боя парусными кораблями. Контр-адмирал перестраивал эскадру в боевой порядок при сближении с противником, экономя таким образом время. В те годы существовала традиция: командующий должен находиться в центре эскадры, чтобы быть в безо-

пасности и осуществлять руководство. Но такая позиция не позволяла полноценно отслеживать ход сражения. Поэтому флагманский корабль с Ушаковым на борту оказывался на самом острие атаки. Так контр-адмирал лучше видел ход сражения и личным примером воодушевлял русских моряков. Эти приемы в отечественной исторической науке даже получили наименование «манёвренная тактика».

Результат не заставил себя ждать: уже в августе 1790 года, в сражении у острова Тендра, новая тактика оказалась настолько эффективной, что турецкий флот потерпел со-

Кстати

Ко Дню ВМФ напротив Центрального военно-морского музея им. императора Петра Великого готовится к открытию памятник адмиралу Ф.Ф. Ушакову.

Истинный христианин

Прослужив до 1807 года, 62-летний адмирал с почестями ушел в отставку. Имение Ушакова в Тамбовской губернии находилось недалеко от Санаксарского монастыря, и Фёдор Фёдорович поддерживал обитель, много молился в монастыре, строго соблюдая устав и посты.

Во время Отечественной войны 1812 года адмирал на свои средства организовал госпиталь для раненых, а после пожертвовал в пользу пострадавших огромную сумму. Великий человек и истинный христианин провел последние годы в молитве и посте. Погребен в Санаксарском монастыре в 1817 году.

Светлана ИВАНОВА

Редакция благодарит сотрудников ЦВММ за помощь в подготовке материала.

Подробности

Средиземноморский поход

В 1798-1800 годы Ф.Ф. Ушаков назначается императором Павлом I командующим российской эскадрой в Средиземном море. Задачи были поставлены следующие: овладение Ионическими островами, блокада французских войск в Египте, содействие английской эскадре контр-адмирала Нельсона. Показав себя как опытный флотоводец, Фёдор Фёдо-

рович организовал взаимодействие армии и флота при овладении Ионическими островами и особенно островом Корфу. При уходе русского флота жители островов преподнесли Ушакову большую золотую медаль. На одной ее стороне было изображение героя и надпись «Доблестный благочестивый Фёдор Ушаков, главнокомандующий русским флотом», а на другой – крепость Корфу и остров Видо с кораблями и надписью: «Всех Ионических островов спасителю Кефалония».

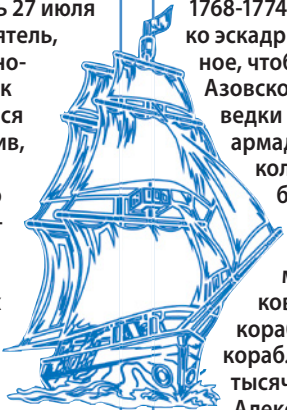
По настоянию Петра I Боярская дума 30 октября 1696 года приняла «Приговор» (Указ): «Морским судам быть...». Три года спустя царь-реформатор утверждает Андреевский флаг. За прошедшие три века Военно-морской флот стал гордостью нашей страны, а моряки множество раз доказывали свое мужество и преданность Отчизне. Давайте в честь праздника — Дня ВМФ, который отмечается в последнее воскресенье июля, - вспомним славные события, ставшие гордостью российской истории.

Морским судам быть! И ПОБЕЖДАТЬ!



1 Установление полного господства России в Финском заливе дала первая в истории страны морская победа над шведами у мыса Гангут. Это случилось 27 июля (7 августа) 1714 года. Неприятель, который на тот момент полностью контролировал выход к Балтийскому морю, готовился защищать Ботнический залив, заняв выгодную позицию у южной стороны Гангутского полуострова. По плану эскадра разделась, и десять кораблей были отправлены на уничтожение российских судов и десанта. Пётр I посчитал это тактической ошибкой неприятеля и решил ей воспользоваться. Благоприятствовала и погода – на море начался штиль. Корабли шведов потеряли маневренность. Русский флот прорвался мимо шведской эскадры и взял на абордаж все десять шведских кораблей контр-адмирала Эреншёльда. Сколько времени длился бой?

а) Световой день. **б)** Полдня. **в)** Три часа.



2 День победы русского флота над турецким в Чесменском сражении отмечается 7 июля. Победа была одержана в 1770 году в рамках русско-турецкой войны 1768-1774 годов. Россия отправила несколько эскадр из Балтийского моря в Средиземное, чтобы отвлечь турок от строительства Азовской флотилии. По донесениям разведки в начале июля 1770 года турецкая армия собралась в тесной для такого количества кораблей Чесменской бухте Эгейского моря. Она состояла из 16 линейных кораблей, 6 фрегатов, 6 шебек, 13 галер, 32 малых судов (около 15 тысяч моряков). Российской эскадра – 9 линейных кораблей, 3 фрегата, 1 бомбардирский корабль, 17-19 малых судов (около 6,5 тысяч человек) - под командой графа Алексея Орлова заперла турецкий флот в бухте. Однако в бой русские вступать не торопились. Какое решение, принятое командованием нашей флотилии, обернулось победой?

а) Уничтожить турецкие суда с помощью кораблей со взрывчаткой. **б)** Тайно установить пушки на берегу и обстрелять противника. **в)** Отправить на лодках абордажную команду.



3 Еще один День воинской славы России посвящен Синопскому сражению. 30 ноября 1853 года в Чёрном море во время Крымской войны турецкая эскадра (7 фрегатов, 5 корветов, 476 корабельных пушек и 44 пушки на береговых батареях) была разгромлена за несколько часов в районе гавани города Синоп (300 км от Севастополя). Русской эскадрой (6 линейных кораблей, 2 фрегата, 3 парохода, 720 корабельных орудий) командовал вице-адмирал Павел Нахимов. За четыре с половиной часа были уничтожены все турецкие корабли, кроме одного, спасшегося бегством. Чем еще запомнилось это сражение?

а) Все русские корабли были построены на отечественных верфях. **б)** Это последнее крупное сражение парусных кораблей Российского военного флота. **в)** На кораблях были установлены новые корабельные пушки.

ОТВЕТЫ

1-в. Три часа. **2-а.** Уничтожить турецкие корабли с помощью брандеров (кораблей-поджигателей). Из 4-х кораблей подошли к неприятелю смог брандер лейтенанта Ильина. Его команда подожгла 84-пушечный турецкий корабль, обломки которого разлетелись по всей бухте. К ночи почти все корабли турок в бухте горели. **3-б.** Это последнее крупное сражение парусных кораблей российского военного флота.

Бугенвиллея относится к тем растениям, мимо которых невозможно пройти, не заметив.

Во время цветения её буквально окутывает облако лепестков, за которым практически не видно листья. Есть некоторые особенности в уходе за бугенвиллеей, которые важны для пышного длительного цветения.

Роскошное облако бугенвиллеи



Полив

Бугенвиллея предпочитает регулярный полив, по мере просыхания верхнего слоя на пару сантиметров. Слишком обильно поливать тоже ни к чему – это может привести к закисанию почвы. Весной и летом цветок поливают примерно 2-3 раза в неделю в зависимости от температуры окружающей среды. При прохладной зимовке бугенвиллею достаточно поливать не чаще одного раза в неделю.



Температура

Весной и летом наиболее комфортная температура для растения от 20 до 25 градусов. На это время ее можно переместить на балкон или даже в сад. С приходом осени растение постепенно уходит в спячку. Зимовка для цветка желательна при температуре около 10-12 градусов тепла. Во время такого температурного режима активно формируются цветочные почки.

Удобрения

Бугенвиллею подкармливают с начала весны и до осени. Каждые две недели вносят удобрения для цветущих растений. Обязательно соблюдать концентрацию препаратов, рекомендованную производителем или делать немного слабее.

Освещение

Для бугенвиллеи важен хороший рассеянный свет. Хорошо переносит даже прямые солнечные лучи, но только не в летний жаркий полдень. Лучше всего ее разместить на окнах восточного или западного направления.

Влажность

Так как бугенвиллея родом из тропиков, повышенная влажность ей просто необходима. Если растение не цветет, можно опрыскивать его из пульверизатора. Во время цветения предпочтительнее разместить горшок на поддоне с влажной галькой или керамзитом или использовать специальный увлажнитель воздуха.

Цветовод-любитель показывает гостям свою коллекцию: – Это пеларгония, она дезинфицирует воздух. Это мирт, он снимает стресс. Это комнатный эвкалипт, его аромат снимает кашель. А это «денежное дерево», оно просто так тут стоит и вообще не работает...



Земля для пересадки должна быть рыхлой, хорошо дренированной. На дно горшка обязательно выложите слой дренажа.

Пересадка

Молодые растения пересаживают каждый год, более взрослые (растения 3-5 лет) достаточно пересаживать каждые 2-3 года.

Размножение

Бугенвиллею размножают семенами, черенками. В домашних условиях выращивать из семян достаточно сложно. Наиболее простой метод – использовать черенки для укоренения после обрезки растения. С черенков удаляют нижние листья и помещают их во влажный грунт.

Обрезка

Формирующую обрезку проводят после цветения. На каждой ветке достаточно оставить 3-5 междоузлий, все остальное обрезать. Причем именно обрезкой контролируется рост растений. У некоторых сортов побеги могут вырасти на 15-20 см в месяц. И если вы хотите выращивать не деревце, а лиану, подвергать обрезке ее нужно меньше.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий
Лето и вода – лучшие друзья!

У водоема и жара легче переносится, и повеселиться можно от души. Словом, все на пляж при первой же возможности!

Ответы: ветки слева винилу, формочка у ведра слева, птичка рядом с ведром, рюкзак, который стриптиз замочек из песка, багет этого замка, попоскок на полотне, у мамы, братице на ее голове, цвет секторов зонтика у венга у девочки, облако белого цвета.



ЖУРНАЛ
с традиционными сканвордами и другими головоломками, а также статьями об отечественных кинохитах

- Этот журнал подарит читателям отличную зарядку для ума. Издание содержит не только собрание сканвордов классического жанра с крупной, «глазастой» клеткой, но и большое разнообразие других интересных задач.
- Веселые истории, полезные факты и авторский материал о съемках шлягеров отечественного кино вносят разнообразие и легкость знакомства с изданием.
- Помимо сканвордов в журнал также включены другие занимательные головоломки.

ЖУРНАЛЫ В ПРОДАЖЕ С 26 ИЮЛЯ



ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON
ozon.ru¹

WILDBERRIES
wildberries.ru²



На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование:
Сканворды КАРДОС

¹ ООО «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. 1, комн. 6. ОГРН 1027739244741.
² ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

Реклама

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

Элегантность – вовсе не синоним богатства. Не стоит тратить последние сбережения на люксовые бренды, если в гардеробе уже есть несколько вещей, которые гарантировано создадут красивый образ.

Секрет элегантности – сдержанность и лаконичность. Недорогая, но качественная вещь, подчеркивающая общий стиль, всегда выглядит выигрышнее, чем дорогая, но неподходящая, например, по цвету.

7 вещей, которые сделают вас элегантнее



1 Белая рубашка

Если шелк по каким-то причинам вам не подходит, обратите внимание на блузы из батиста. Причем, батистовая блуза может быть даже рубашечного кроя – часто именно этот фасон подчеркивает женственность. Вообще, белая рубашка – это один из самых элегантных предметов базового гардероба, она никогда не подведет.

– У каждой женщины должно быть маленькое черное платье. – У меня уже есть черное платье, которое мне маленькое.

2 Чёрная водолазка

Ив Сен-Лоран неспроста считал черную водолазку символом элегантности. Ведь именно эта вещь воплощает все ее признаки: лаконичность, сдержанность, стиль. Проще говоря, в черной водолазке нет ничего лишнего, а это главная примета элегантности. Носить черную водолазку лучше всего с черной же юбкой (или брючками) и минимумом украшений.

3 Жемчуг

Нитка жемчуга способна волшебным образом преобразить даже самый скромный образ. Не напрасно Коко Шанель свою первую бижутерию сделала именно в виде длинных бус из жемчуга – великая мадемуазель считала жемчуг идеальным украшением. И действительно, выглядит он всегда эффектно, уместен и днем, и вечером, потрясаясь смотрится и на водолазке, и на шелковой блузе.



4 Шёлковая или батистовая блуза

Главное в шелковой блузе – это ее глянцевая фактура, способная стать эффектным акцентом всего образа. Поэтому ее фасон должен быть предельно прост и лаконичен. Цвет предпочтительнее такой, который легко комплектуется с большинством наиболее часто повторяющихся оттенков вашего гардероба. Это может быть белый, беж, экрю, кремовый, нежно-голубой и т.п. Лучше выбирать приглушенные, разбеленные, пастельные оттенки.

5 Строгий жакет

Жакет лаконичного кроя отлично комплектуется с чем угодно – с блузкой, рубашкой, платьем, юбкой, брючками и джинсами. Хорошо сидящий жакет из качественной ткани сделает вас элегантной, даже если под ним простая футболка.

6 Тренч

Классический тренч благородного цвета – беж, верблюжий – верная примета элегантности. Такой тренч не требует к себе особого отношения, но при этом мгновенно облагораживает буквально любой образ.

И конечно, не стоит забывать о том, что элегантный образ предполагает очень сдержанные, лаконичные аксессуары приглушенных оттенков и без кричащих деталей.

7 Кожа

Обувь – это то, что завершает образ, ставит последнюю точку. И эта точка должна быть по-настоящему качественной и красивой. Самый изысканный наряд поблекнет, если на ногах будет непонятно что. Поэтому элегантный образ невозможен без хорошей кожаной обуви. То же самое касается и сумочки. Красивая кожаная сумочка – необходимый аксессуар элегантного гардероба.

Светлана ИВАНОВА

Статуя и жена Пигмалиона								Место отсечения ножом	"Стой" среди команд псу				С высоты слетевшие плоды	Нависающая часть одежды	Последняя буква до 1918 года
Зазор между деталями механизма	Нестройное звучание	Место начала водного потока	Держит ложку "в той" руке	Просторы, которыми любитесь адмирал	Птицы, везущие бога Меркурия					... кро- мешная	Эдит с хитом Non, je ne regrette rien				Лисья "строчка" на снегу
		Сжавшие носочки						См. фото	... Лиза - знаменитая Джоконда			Крутой маневр "кукурузника"			
Широкий ремень-подпруга	Краска цвета листопада			Знаменитый кутюрье	... Сот-килава					Пышность на гладком подоле					Патио по своей сути
		Горы, подпирающие озеро Титикака								Объем потока данных в Интернете	Кустарник для мешковины	Роман Умберто Эко "Маятник ..."	Кущи Семирамиды		
Что такое лунка?		Композитор ... Фельцман	Снасть - паруса растягивать	Задняя часть жеребца	Буквы в теле-кадре								"Добыча" горняков	Джеймс, создавший паровую машину	
		Старое название форте-пьяно								Дробленая крупа	Танцы бываю до него (поговор.)	... Балаганов на "Антилопе Гну"	Режиссер сказки "Конек-Горбунок"		
Мисс сыщица у Кристи	"Привет!" от гавайца	Знаменитый автогонщик Ален ...										Босс, патрон			
				Индийская смесь приправ	Сарай, куда несли снопы					Тарантул или каракурт					
Огромный персонаж "Руслана и Людмилы"	Повторяющийся рисунок на обоях							Ткань для английского костюма	Сруб, ставший жильем	Сплав для сверла	Женское имя, река в Якутии	"Невероятно, но ..."			
				Обращение к даме из Гданьска					Отец - ... кузена						
Музыка - саундтрек к вестерну	... Кроуфорд			Переправка отходов за пределы города	"На ... песчаный и пустой" (Пушкин)					Лесная бабка из русских сказок					
				Земные глубины					Ее подает пес, здороваюсь						

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 29 ИЮЛЯ ПО 4 АВГУСТА



ОВЕН (21.03 – 20.04)

Для Овнов наступает время изменений в себе. Вы будете наблюдать, как меняются ваши вкусы, взгляды, желания. То, что раньше было ненавистным, станет важнее всего. Могут измениться приоритеты и отношение к людям. Будьте аккуратны, подавая эмоции.



ЛЕВ (23.07 – 22.08)

Львам стоит быть внимательными к просьбам окружающих. Вполне вероятно, вам также понадобится поддержка в ближайшем будущем. Не беспокойтесь, если вам придется начать работать в новой сфере, ведь ваша отзывчивость отразится на вашем будущем.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Стрельцы заметят, как рядом с ними собирается круг близких людей. Приятная компания не означает только профессиональное окружение, это может быть семья или друзья. Занимайтесь укреплением своих связей и позиций в обществе, скоро вы сможете этим воспользоваться.



ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

У Водолея благоприятный период для отдыха. Будет полезно посетить театр или выставку, встретиться с друзьями или устроить романтическое свидание. Занимайтесь тем, к чему лежит душа, что помогает восстановить равновесие и силы, улучшает настроение и самочувствие.



ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

На этой неделе звезды обещают Тельцам приятные сюрпризы на любовном фронте. Вас ждут интересные встречи и приятные знакомства. Ваша общительность сблизит окружающих вас людей. Но не стоит расслабляться и ждать у моря погоды. Берите судьбу в свои руки.



ДЕВА (23.08 – 23.09)

Девам не нужно сомневаться в своих силах. Вселенная слышит тех, кто искренне верит в себя. Идите к цели уверенно – и вы приятно удивитесь, как быстро все наладится и вы достигнете успеха. При этом в общении со любимым человеком проявляйте больше сдержанности.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

Близнецам стоит проявить избирательность в общении. Ваша доброжелательность и искреннее отношение к людям могут сыграть злую шутку – не все окружающие это ценят, возможно, вы станете мишенью для пересудов. Но не унывайте и не закидывайтесь на негативе.



ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

Благоприятный период для любых начинаний. Все будет идти как по маслу и доставит вам радость. Знакомство с новым человеком обещает перспективы. Несмотря на то, что вы сначала рискуете недооценить его, в дальнейшем вас свяжут крепкие отношения.



РАК (22.06 – 22.07)

Ракам будет полезно подвести итоги. Оглянитесь назад, на весь пройденный путь, и посмотрите, что получилось лучше всего, а где были неудачи – и завершите этот цикл. Благоприятное время для общения с близким человеком. Находите удовольствие в мелочах.



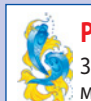
СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Неделя Скорпионов пройдет спокойно как на работе, так и дома. Наслаждайтесь достигнутой стабильностью, пожинайте плоды собственного труда и достижений. У вас станет больше свободного времени, займитесь чем-то творческим или познавательным.



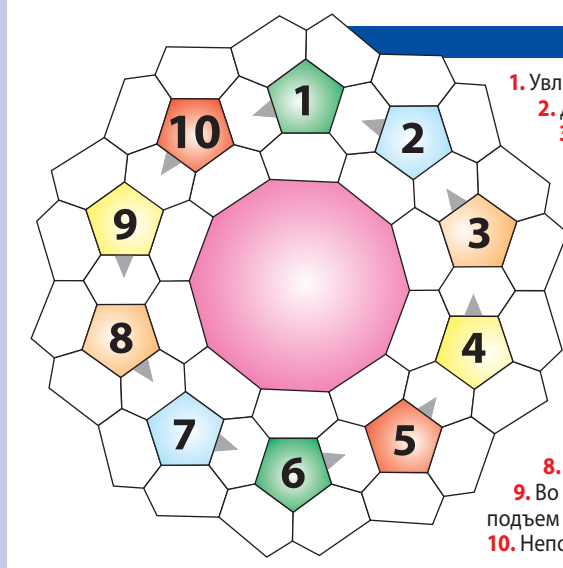
КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Эмоциональность и вспыльчивость Козерогов могут мешать им всю неделю. Старайтесь избегать конфликтов. Не подписывайте сомнительные документы. В данный момент стоит обратить внимание на все те дела, которые вы еще не доделали до конца.



РЫБЫ (19.02 – 20.03)

Звезды расположились так, что многим Рыбам будет обеспечен энергетический подъем. Проявляйте инициативу, принимайте помощь от верных помощников и надежных людей. Их поддержка и советы помогут вам обрести стабильность и уверенность.

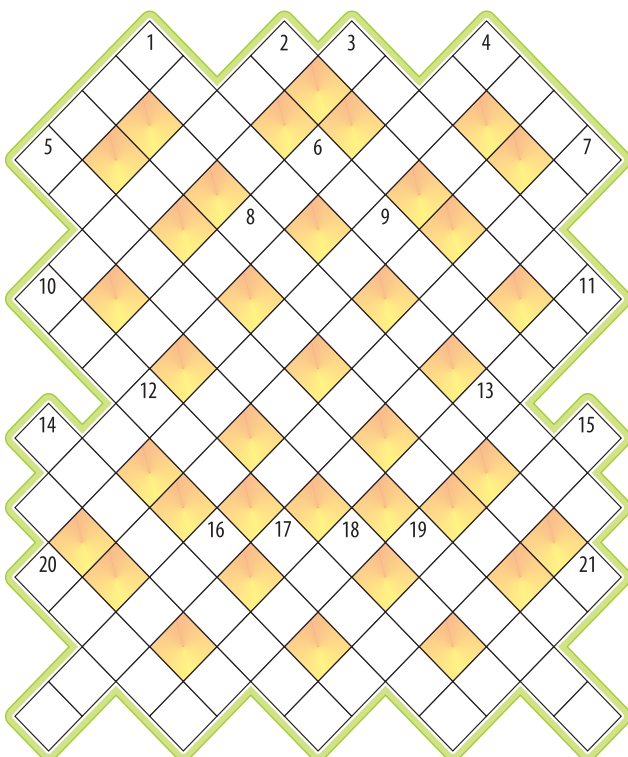


КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Увлечение, любимое дело.
2. Длинный белый хлеб.
3. Плод некоторых растений, как правило, со съедобным ядром и твердой скорлупой.
4. Жилище бобра.
5. Отчасти благодаря Менделееву в России женщины обрели возможность получать высшее образование. Он был одним из первых лекторов, ведущих ... для слушательниц.
6. В поисках еды попугай какаду могут за ... пролетать более семисот километров.
7. Большая выпь умеет издавать громкие ...
8. Лариска, Шушара и прочие.
9. Во многих грузинских многоэтажных домах подъем на лифте платный, а ... – бесплатный.
10. Неподтвержденная информация.

Ответы: 1. Хобби. 2. Батон. 3. Орехи. 4. Хатка. 5. Курсы. 6. Сутки. 7. Крики. 8. Крысы. 9. Служк. 10. Слухи.

КРОССВОРД «ДИАГОНАЛЬ»



Слева-вниз-направо:

1. Столица страны, где «все есть» (чеховск.).
3. Снял кино про Индиану Джонса.
4. Один из трех друзей д'Артаньяна.
5. Перевод снов в соннике.
6. Окончательная обработка детали.
8. Почтительное обращение к попаде.
10. Высшая точка славы.
13. Никчемная цифра.
14. Сыночек-привереда.

Универсальные брюки от Леви Страусса. 19. Остатки после размола зерна. 20. Лопата для возведения куличиков.

ОТВЕТЫ

Слева-вниз-направо: 1. Афины. 3. Спилберг. 4. Атос. 5. Топ-инженер. 6. Дюймовочка. 7. Стекло. 8. Метлушка. 9. Нуха. 10. Анон. 11. Илья. 12. Град. 13. Пятидесятая. 14. Билл. 15. Пятидесятая. 16. Дюймовочка. 17. Стекло. 18. Уж. 19. Билл. 20. Солов. 21. Мясная. 22. Кривляка. 23. Кривляка. 24. Лимон. 25. Град. 26. Пятидесятая. 27. Стекло. 28. Мясная. 29. Солов. 30. Солов. 31. Мясная. 32. Кривляка. 33. Кривляка. 34. Лимон. 35. Град. 36. Пятидесятая. 37. Стекло. 38. Мясная. 39. Солов. 40. Солов. 41. Мясная. 42. Кривляка. 43. Кривляка. 44. Лимон. 45. Град. 46. Пятидесятая. 47. Стекло. 48. Мясная. 49. Солов. 50. Солов. 51. Мясная. 52. Кривляка. 53. Кривляка. 54. Лимон. 55. Град. 56. Пятидесятая. 57. Стекло. 58. Мясная. 59. Солов. 60. Солов. 61. Мясная. 62. Кривляка. 63. Кривляка. 64. Лимон. 65. Град. 66. Пятидесятая. 67. Стекло. 68. Мясная. 69. Солов. 70. Солов. 71. Мясная. 72. Кривляка. 73. Кривляка. 74. Лимон. 75. Град. 76. Пятидесятая. 77. Стекло. 78. Мясная. 79. Солов. 80. Солов. 81. Мясная. 82. Кривляка. 83. Кривляка. 84. Лимон. 85. Град. 86. Пятидесятая. 87. Стекло. 88. Мясная. 89. Солов. 90. Солов. 91. Мясная. 92. Кривляка. 93. Кривляка. 94. Лимон. 95. Град. 96. Пятидесятая. 97. Стекло. 98. Мясная. 99. Солов. 100. Солов. 101. Мясная. 102. Кривляка. 103. Кривляка. 104. Лимон. 105. Град. 106. Пятидесятая. 107. Стекло. 108. Мясная. 109. Солов. 110. Солов. 111. Мясная. 112. Кривляка. 113. Кривляка. 114. Лимон. 115. Град. 116. Пятидесятая. 117. Стекло. 118. Мясная. 119. Солов. 120. Солов. 121. Мясная. 122. Кривляка. 123. Кривляка. 124. Лимон. 125. Град. 126. Пятидесятая. 127. Стекло. 128. Мясная. 129. Солов. 130. Солов. 131. Мясная. 132. Кривляка. 133. Кривляка. 134. Лимон. 135. Град. 136. Пятидесятая. 137. Стекло. 138. Мясная. 139. Солов. 140. Солов. 141. Мясная. 142. Кривляка. 143. Кривляка. 144. Лимон. 145. Град. 146. Пятидесятая. 147. Стекло. 148. Мясная. 149. Солов. 150. Солов. 151. Мясная. 152. Кривляка. 153. Кривляка. 154. Лимон. 155. Град. 156. Пятидесятая. 157. Стекло. 158. Мясная. 159. Солов. 160. Солов. 161. Мясная. 162. Кривляка. 163. Кривляка. 164. Лимон. 165. Град. 166. Пятидесятая. 167. Стекло. 168. Мясная. 169. Солов. 170. Солов. 171. Мясная. 172. Кривляка. 173. Кривляка. 174. Лимон. 175. Град. 176. Пятидесятая. 177. Стекло. 178. Мясная. 179. Солов. 180. Солов. 181. Мясная. 182. Кривляка. 183. Кривляка. 184. Лимон. 185. Град. 186. Пятидесятая. 187. Стекло. 188. Мясная. 189. Солов. 190. Солов. 191. Мясная. 192. Кривляка. 193. Кривляка. 194. Лимон. 195. Град. 196. Пятидесятая. 197. Стекло. 198. Мясная. 199. Солов. 200. Солов. 201. Мясная. 202. Кривляка. 203. Кривляка. 204. Лимон. 205. Град. 206. Пятидесятая. 207. Стекло. 208. Мясная. 209. Солов. 210. Солов. 211. Мясная. 212. Кривляка. 213. Кривляка. 214. Лимон. 215. Град. 216. Пятидесятая. 217. Стекло. 218. Мясная. 219. Солов. 220. Солов. 221. Мясная. 222. Кривляка. 223. Кривляка. 224. Лимон. 225. Град. 226. Пятидесятая. 227. Стекло. 228. Мясная. 229. Солов. 230. Солов. 231. Мясная. 232. Кривляка. 233. Кривляка. 234. Лимон. 235. Град. 236. Пятидесятая. 237. Стекло. 238. Мясная. 239. Солов. 240. Солов. 241. Мясная. 242. Кривляка. 243. Кривляка. 244. Лимон. 245. Град. 246. Пятидесятая. 247. Стекло. 248. Мясная. 249. Солов. 250. Солов. 251. Мясная. 252. Кривляка. 253. Кривляка. 254. Лимон. 255. Град. 256. Пятидесятая. 257. Стекло. 258. Мясная. 259. Солов. 260. Солов. 261. Мясная. 262. Кривляка. 263. Кривляка. 264. Лимон. 265. Град. 266. Пятидесятая. 267. Стекло. 268. Мясная. 269. Солов. 270. Солов. 271. Мясная. 272. Кривляка. 273. Кривляка. 274. Лимон. 275. Град. 276. Пятидесятая. 277. Стекло. 278. Мясная. 279. Солов. 280. Солов. 281. Мясная. 282. Кривляка. 283. Кривляка. 284. Лимон. 285. Град. 286. Пятидесятая. 287. Стекло. 288. Мясная. 289. Солов. 290. Солов. 291. Мясная. 292. Кривляка. 293. Кривляка. 294. Лимон. 295. Град. 296. Пятидесятая. 297. Стекло. 298. Мясная. 299. Солов. 300. Солов. 301. Мясная. 302. Кривляка. 303. Кривляка. 304. Лимон. 305. Град. 306. Пятидесятая. 307. Стекло. 308. Мясная. 309. Солов. 310. Солов. 311. Мясная. 312. Кривляка. 313. Кривляка. 314. Лимон. 315. Град. 316. Пятидесятая. 317. Стекло. 318. Мясная. 319. Солов. 320. Солов. 321. Мясная. 322. Кривляка. 323. Кривляка. 324. Лимон. 325. Град. 326. Пятидесятая. 327. Стекло. 328. Мясная. 329. Солов. 330. Солов. 331. Мясная. 332. Кривляка. 333. Кривляка. 334. Лимон. 335. Град. 336. Пятидесятая. 337. Стекло. 338. Мясная. 339. Солов. 340. Солов. 341. Мясная. 342. Кривляка. 343. Кривляка. 344. Лимон. 345. Град. 346. Пятидесятая. 347. Стекло. 348. Мясная. 349. Солов. 350. Солов. 351. Мясная. 352. Кривляка. 353. Кривляка. 354. Лимон. 355. Град. 356. Пятидесятая. 357. Стекло. 358. Мясная. 359. Солов. 360. Солов. 361. Мясная. 362. Кривляка. 363. Кривляка. 364. Лимон. 365. Град. 366. Пятидесятая. 367. Стекло. 368. Мясная. 369. Солов. 370. Солов. 371. Мясная. 372. Кривляка. 373. Кривляка. 374. Лимон. 375. Град. 376. Пятидесятая. 377. Стекло. 378. Мясная. 379. Солов. 380. Солов. 381. Мясная. 382. Кривляка. 383. Кривляка. 384. Лимон. 385. Град. 386. Пятидесятая. 387. Стекло. 388. Мясная. 389. Солов. 390. Солов. 391. Мясная. 392. Кривляка. 393. Кривляка. 394. Лимон. 395. Град. 396. Пятидесятая. 397. Стекло. 398. Мясная. 399. Солов. 400. Солов. 401. Мясная. 402. Кривляка. 403. Кривляка. 404. Лимон. 405. Град. 406. Пятидесятая. 407. Стекло. 408. Мясная. 409. Солов. 410. Солов. 411. Мясная. 412. Кривляка. 413. Кривляка. 414. Лимон. 415. Град. 416. Пятидесятая. 417. Стекло. 418. Мясная. 419. Солов. 420. Солов. 421. Мясная. 422. Кривляка. 423. Кривляка. 424. Лимон. 425. Град. 426. Пятидесятая. 427. Стекло. 428. Мясная. 429. Солов. 430. Солов. 431. Мясная. 432. Кривляка. 433. Кривляка. 434. Лимон. 435. Град. 436. Пятидесятая. 437. Стекло. 438. Мясная. 439. Солов. 440. Солов. 441. Мясная. 442. Кривляка. 443. Кривляка. 444. Лимон. 445. Град. 446. Пятидесятая. 447. Стекло. 448. Мясная. 449. Солов. 450. Солов. 451. Мясная. 452. Кривляка. 453. Кривляка. 454. Лимон. 455. Град. 456. Пятидесятая. 457. Стекло. 458. Мясная. 459. Солов. 460. Солов. 461. Мясная. 462. Кривляка. 463. Кривляка. 464. Лимон. 465. Град. 466. Пятидесятая. 467. Стекло. 468. Мясная. 469. Солов. 470. Солов. 471. Мясная. 472. Кривляка. 473. Кривляка. 474. Лимон. 475. Град. 476. Пятидесятая. 477. Стекло. 478. Мясная. 479. Солов. 480. Солов. 481. Мясная. 482. Кривляка. 483. Кривляка. 484. Лимон. 485. Град. 486. Пятидесятая. 487. Стекло. 488. Мясная. 489. Солов. 490. Солов. 491. Мясная. 492. Кривляка. 493. Кривляка. 494. Лимон. 495. Град. 496. Пятидесятая. 497. Стекло. 498. Мясная. 499. Солов. 500. Солов. 501. Мясная. 502. Кривляка. 503. Кривляка. 504. Лимон. 505. Град. 506. Пятидесятая. 507. Стекло. 508. Мясная. 509. Солов. 510. Солов. 511. Мясная. 512. Кривляка. 513. Кривляка. 514. Лимон. 515. Град. 516. Пятидесятая. 517. Стекло. 518. Мясная. 519. Солов. 520. Солов. 521. Мясная. 522. Кривляка. 523. Кривляка. 524. Лимон. 525. Град. 526. Пятидесятая. 527. Стекло. 528. Мясная. 529. Солов. 530. Солов. 531. Мясная. 532. Кривляка. 533. Кривляка. 534. Лимон. 535. Град. 536. Пятидесятая. 537. Стекло. 538. Мясная. 539. Солов. 540. Солов. 541. Мясная. 542. Кривляка. 543. Кривляка. 544. Лимон. 545. Град. 546. Пятидесятая. 547. Стекло. 548. Мясная. 549. Солов. 550. Солов. 551. Мясная. 552. Кривляка. 553. Кривляка. 554. Лимон. 555. Град. 556. Пятидесятая. 557. Стекло. 558. Мясная. 559. Солов. 560. Солов. 561. Мясная. 562. Кривляка. 563. Кривляка. 564. Лимон. 565. Град. 566. Пятидесятая. 567. Стекло. 568. Мясная. 569. Солов. 570. Солов. 571. Мясная. 572. Кривляка. 573. Кривляка. 574. Лимон. 575. Град. 576. Пятидесятая. 577. Стекло. 578. Мясная. 579. Солов. 580. Солов. 581. Мясная. 582. Кривляка. 583. Кривляка. 584. Лимон. 585. Град. 586. Пятидесятая. 587. Стекло. 588. Мясная. 589. Солов. 590. Солов. 591. Мясная. 592. Кривляка. 593. Кривляка. 594. Лимон. 595. Град. 596. Пятидесятая. 597. Стекло. 598. Мясная. 599. Солов. 600. Солов. 601. Мясная. 602. Кривляка. 603. Кривляка. 604. Лимон. 605. Град. 606. Пятидесятая. 607. Стекло. 608. Мясная. 609. Солов. 610. Солов. 611. Мясная. 612. Кривляка. 613. Кривляка. 614. Лимон. 615. Град. 616. Пятидесятая. 617. Стекло. 618. Мясная. 619. Солов. 620. Солов. 621. Мясная. 622. Кривляка. 623. Кривляка. 624. Лимон. 625. Град. 626. Пятидесятая. 627. Стекло. 628. Мясная. 629. Солов. 630. Солов. 631. Мясная. 632. Кривляка. 633. Кривляка. 634. Лимон. 635. Град. 636. Пятидесятая. 637. Стекло. 638. Мясная. 639. Солов. 640. Солов. 641. Мясная. 642. Кривляка. 643. Кривляка. 644. Лимон. 645. Град. 646. Пятидесятая. 647. Стекло. 648. Мясная. 649. Солов. 650. Солов. 651. Мясная. 652. Кривляка. 653. Кривляка. 654. Лимон. 655. Град. 656. Пятидесятая. 657. Стекло. 658. Мясная. 659. Солов. 660. Солов. 661. Мясная. 662. Кривляка. 663. Кривляка. 664. Лимон. 665. Град. 666. Пятидесятая. 667. Стекло. 668. Мясная. 669. Солов. 670. Солов. 671. Мясная. 672. Кривляка. 673. Кривляка. 674. Лимон. 675. Град. 676. Пятидесятая. 677. Стекло. 678. Мясная. 679. Солов. 680. Солов. 681. Мясная. 682. Кривляка. 683. Кривляка. 684. Лимон. 685. Град. 686. Пятидесятая. 687. Стекло. 688. Мясная. 689. Солов. 690. Солов. 691. Мясная. 692. Кривляка. 693. Кривляка. 694. Лимон. 695. Град. 696. Пятидесятая. 697. Стекло. 698. Мясная. 699. Солов. 700. Солов. 701. Мясная. 702. Кривляка. 703. Кривляка. 704. Лимон. 705. Град. 706. Пятидесятая. 707. Стекло. 708. Мясная. 709. Солов. 710. Солов. 711. Мясная. 712. Кривляка. 713. Кривляка. 714. Лимон. 715. Град. 716. Пятидесятая. 717. Стекло. 718. Мясная. 719. Солов. 720. Солов. 721. Мясная. 722. Кривляка. 723. Кривляка. 724. Лимон. 725. Град. 726. Пятидесятая. 727. Стекло. 728. Мясная. 729. Солов. 730. Солов. 731. Мясная. 732. Кривляка. 733. Кривляка. 734. Лимон. 735. Град. 736. Пятидесятая. 737. Стекло. 738. Мясная. 739. Солов. 740. Солов. 741. Мясная. 742. Кривляка. 743. Кривляка. 744. Лимон. 745. Град. 746. Пятидесятая. 747. Стекло. 748. Мясная. 749. Солов. 750. Солов. 751. Мясная. 752. Кривляка. 753. Кривляка. 754. Лимон. 755. Град. 756. Пятидесятая. 757. Стекло. 758. Мясная. 759. Солов. 760. Солов. 761. Мясная. 762. Кривляка. 763. Кривляка. 764. Лимон. 765. Град. 766. Пятидесятая. 767. Стекло. 768. Мясная. 769. Солов. 770. Солов. 771. Мясная. 772. Кривляка. 773. Кривляка. 774. Лимон. 775. Град. 776. Пятидесятая. 777. Стекло. 778. Мясная. 779. Солов. 780. Солов. 781. Мясная. 782. Кривляка. 783. Кривляка. 784. Лимон. 785. Град. 786. Пятидесятая. 787. Стекло. 788. Мясная. 789. Солов. 790. Солов. 791. Мясная. 792. Кривляка. 793. Кривляка. 794. Лимон. 795. Град. 796. Пятидесятая. 797. Стекло. 798. Мясная. 799. Солов. 800. Солов. 801. Мясная. 802. Кривляка. 803. Кривляка. 804. Лимон. 805. Град. 806. Пятидесятая. 807. Стекло. 808. Мясная. 809. Солов. 810. Солов. 811. Мясная. 812. Кривляка. 813. Кривляка. 814. Лимон. 815. Град. 816. Пятидесятая. 817. Стекло. 818. Мясная. 819. Солов. 820. Солов. 821. Мясная. 822. Кривляка. 823. Кривляка. 824. Лимон. 825. Град. 826. Пятидесятая. 827. Стекло. 828. Мясная. 829. Солов. 830. Солов. 831. Мясная. 832. Кривляка. 833. Кривляка. 834. Лимон. 835. Град. 836. Пятидесятая. 837. Стекло. 838. Мясная. 839. Солов. 840. Солов. 841. Мясная. 842. Кривляка. 843. Кривляка. 844. Лимон. 845. Град. 846. Пятидесятая. 847. Стекло. 848. Мясная. 849. Солов. 850. Солов. 851. Мясная. 852. Кривляка. 853. Кривляка. 854. Лимон. 855. Град. 856. Пятидесятая. 857. Стекло. 858. Мясная. 859. Солов. 860. Солов. 861. Мясная. 862. Кривляка. 863. Кривляка. 864. Лимон. 865. Град. 866. Пятидесятая. 867. Стекло. 868. Мясная. 869. Солов. 870. Солов. 871. Мясная. 872. Кривляка. 873. Кривляка. 874. Лимон. 875. Град. 876. Пятидесятая. 877. Стекло. 878. Мясная. 879. Солов. 880. Солов. 881. Мясная. 882. Кривляка. 883. Кривляка. 884. Лимон. 885. Град. 886. Пятидесятая. 887. Стекло. 888. Мясная. 889. Солов. 890. Солов. 891. Мясная. 892. Кривляка. 893. Кривляка. 894. Лимон. 895. Град. 896. Пятидесятая. 897. Стекло. 898. Мясная. 899. Солов. 900. Солов. 901. Мясная. 902. Кривляка. 903. Кривляка. 904. Лимон. 905. Град. 906. Пятидесятая. 907. Стекло. 908. Мясная. 909. Солов. 910. Солов. 911. Мясная. 912. Кривляка. 913. Кривляка. 914. Лимон. 915. Град. 916. Пятидесятая. 917. Стекло. 918. Мясная. 919. Солов. 920. Солов. 921. Мясная. 922. Кривляка. 923. Кривляка. 924. Лимон. 925. Град. 926. Пятидесятая. 927. Стекло. 928. Мясная. 929. Солов. 930. Солов. 931. Мясная. 932. Кривляка. 933. Кривляка. 934. Лимон. 935. Град. 936. Пятидесятая. 937. Стекло. 938. Мясная. 939. Солов. 940. Солов. 941. Мясная. 942. Кривляка. 943. Кривляка. 944. Лимон. 945. Град. 946. Пятидесятая. 947. Стекло. 948. Мясная. 949. Солов. 950. Солов. 951. Мясная. 952. Кривляка. 953. Кривляка

ЗДОРОВЫЕ НОГИ — ПРИЗНАК ДОЛГОЛЕТИЯ

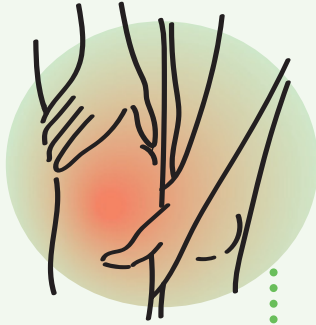
По словам медиков, четверть людей, у которых болят ноги, умирают в течение пяти лет.

И дело тут вовсе не в суставах или коленях... Инсульт и инфаркт — вот истинная причина.

Только вздумайте, каждый год в мире 15 миллионов человек умирает за доли секунд.

А ведь это больше, чем численность Москвы.

Представляете? А те, кто выжил, зачастую остаются парализованными и не способны защититься от нового удара.



Почему так происходит?

Это проблема с сосудами, особенно если Вы в зрелом возрасте. Старение сосудов неизбежно. Посмотрите, как меняется Ваша кожа с годами: она теряет упругость и слабеет. То же самое происходит и внутри нас. Просто мы этого не видим. Мало того, что сосуды теряют упругость, так это ещё и приводит к отложениям на их стенках. Закупорка артерий, а дальше смерть! Да-да, Вы не ослышались. Ваши органы умирают медленно и неотвратимо. А самое печальное, что Вы этого не замечаете. Это как засор в раковине: сначала вода просто уходит медленнее, а потом льёт через край. Также и у нас: если это происходит в сердце — развивается инфаркт миокарда, если в мозге — мозговой инсульт, а в сосудах нижних конечностей (в ногах) — гангрена. Посмотрите на свои ноги: тёмные пятна — уже первый признак прячущейся болезни.

Эх, если бы мы были внимательнее к себе, то жили бы 120 лет! Неужели Вы не хотите быть здоровыми долгожителями? Чего уж лукавить, все хотят! Только как это сделать? Лечить ноги или постоянно пить сердечные препараты? А если откажет печень? Можно экспериментировать с разными препаратами до бесконечности, но результата не будет. Но что тогда делать?

РЕШЕНИЕ ЕСТЬ

У отечественных специалистов нашлось решение! Они сделали ставку на лечение без лекарств! Почему? Во-первых, у всех лекарств есть побочные вредные действия. А во-вторых, это то, что происходит в мире. Проблемы с поставками лекарств просто неизбежны. Именно поэтому по поручению Президента России перед правительством была поставлена задача найти альтернативу привычным медикаментам и выйти на новый эффективный уровень лечения. Поэтому в Москве в срочном порядке провели внеплановую конференцию высокотехнологичного медицинского оборудования. Передовые разработчики представляли свои изобретения и боролись за титул лучшего. И цель была достигнута! Фурор произвёл аппарат высокочастотной электротерапии НАДЕЖДА. Настоящее совершенство медицины, благодаря которому многие люди уже вернули себе здоровье и долголетие. А знаете, в чём секрет этого аппарата?

В его глубоко воздействии на наши органы. Наше тело — это своего рода механизм, работа которого построена на энергии. Жизнь без которой просто невозможна. И внутри нас есть целые энергетические станции — митохондрии. Которые отвечают за жизнь клеток и формируют здоровые органы. И если страдает одна клетка, то по цепочке начинают страдать и другие. И так орган за органом, срабатывает принцип домино. Отсюда боль, воспаление, и вот Вы уже не можете подняться с сумкой по лестнице.

Хоть таблетки пейте, хоть уколы делайте, но проблема Вы не решите. Не отчаивайтесь, ведь теперь у Вас есть НАДЕЖДА!

Инновационный аппарат HiTop™ терапии. Особая частота электрических импульсов невероятно сказывается на работе митохондрий. Ваши клетки начинают оживать. Больные органы получают кислород и питание и начинают вытеснять вредные вещества. Вы избавляетесь от боли! Разрываете этот замкнутый круг, по которому ходили годами.



НАГРАДА ДЛЯ РУССКОГО ЧЕЛОВЕКА

Какие возможности доступны Вам сегодня? Наши инженеры смогли внедрить мощную высокочастотную терапию в такой компактный современный аппарат. И заметьте, учёные сделали это именно для Вас! Теперь медицина высокого уровня доступна на Вам в домашних условиях!

Достаточно приложить электрод к Вашим ногам, нажать кнопку, и лечение началось. Уже с первых минут Вы почувствуете, как боль сменяется теплом и расслаблением. Ваши ноги будто укутали пледом и поглаживают. Да, что говорить, тут не грех и задремать! И ведь это только начало! Ваше дыхание начинает выравниваться, а ноги становятся тёплыми. Вот оно — правильное кровообращение. За счёт воздействия НАДЕЖДЫ на биологические точки восстановление идёт на клеточном уровне. А это и есть основа Вашего здоровья и долголетия!

И это здорово! НАДЕЖДА — настоящий бриллиант современной медицины. Так пусть Ваши руки станут ему оправой. А НАДЕЖДА, в свою очередь, подарит Вам жизненные силы и долголетие, которые не купишь ни за какие деньги. Вот посмотрите на молодежь. В одном телефоне у них практически вся жизнь. И продукты им привозят, и платят телефоном, и в поликлинику записываются через телефон. Так и наша НАДЕЖДА — это компактная современная медицинская техника! И в этом её плюс!

Аппарат профессионального уровня теперь доступен для домашнего применения! НАДЕЖДА уже прошла все клинические испытания. Более того, аппарат был протестирован в городской больнице № 23 г. Санкт-Петербурга. Множество людей вернули себе здоровье благодаря НАДЕЖДЕ. Ведь эффективность аппарата составила более 85%. НАДЕЖДА — это прорыв в медицине, за которым будущее!



ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- ▶ Заболевания опорно-двигательного аппарата (артрозы, миалгия, мышечная атрофия, ушибы, вывихи)
- ▶ Заболевания сердечно-сосудистой системы (гипертония, болезнь артерий, заболевания сосудов)
- ▶ Нарушение обмена веществ
- ▶ Заболевания центральной и периферической нервной системы (остеохондроз, дорсопатия, радикулит, невралгия)
- ▶ Заболевания мочеполовой системы
- ▶ Заболевания бронхолегочной системы

НАДЕЖДА — феномен современности. Вы живёте в уникальное время, ведь Вы можете воспользоваться этим аппаратом одними из первых! Это новая эпоха в лечении Ваших заболеваний.

К тому же высокое качество аппарата было отмечено и вознаграждено на масштабных российских конкурсах. Ведь НАДЕЖДА стала лауреатом «100 лучших товаров России». А также НАДЕЖДА получила Золотой знак качества «Всероссийская марка. Знак качества XXI века», а вслед взяла и платину!

Тысячи людей избавились от боли в ногах и смогли укрепить своё здоровье. Да! Ведь НАДЕЖДА может помочь в лечении 60 болезней! Счастливые обладатели НАДЕЖДЫ больше не боятся инсульта и инфаркта, и правильно делают. Присоединяйтесь и Вы к числу счастливых!

ТУМАН РАССЕЕТСЯ

Вы только представьте, как можно жить на пенсии... не перебираясь хромыми шагами по квартире, а активно. Без труда ходить в магазин, помогать детям с внуками, работать на даче.

И это не фантастика, а реальная жизнь! Так зачем лишать себя этого? Вы заслужили это по праву, и именно НАДЕЖДА вернёт Вам всё, что положено. Усаживайтесь поудобнее, берите в руки НАДЕЖДУ и лечитесь.

Вы можете совмещать лечение с чтением газеты или просмотром телевизора. И просто наслаждаться процессом. Боль, которая мешала Вам жить годами, останется лишь воспоминанием. Вы будто снимете кандалы, которые не давали Вам ступить и шагу.

А всё потому, что НАДЕЖДА запустит целый каскад оздоровительных процессов внутри Вас. Вы не просто снимете боль, а устраните её причину и все возможные страшные последствия. Пройдёт боль, плохое кровоснабжение, а с ними и угроза инсульта и инфаркта. Ведь НАДЕЖДА действует очень глубоко. Наладится работа нервной системы, а ведь все болезни от нервов. Вы будто залатаете дырявый дачный шланг, из которого утекала вода. И сделаете это основательно и надёжно. Ваш организм восстановится полностью.

И главное, что Вы буквально повернёте время вспять. Вы остановите старость. Понимаете? После нескольких процедур Вы просто не узнаете свои ноги. И это потрясающе! Отёкшие щиколотки обретут форму, спадут отёки, а значит снизится нагрузка на Ваши суставы. И каждое движение будет даваться Вам с лёгкостью! И это только начало.

С аппаратом НАДЕЖДА Вам не нужно бояться за своё здоровье! Ведь это настолько надёжный аппарат, что сегодня он должен быть в каждом доме! Обладатели НАДЕЖДЫ уже перестали делать уколы и горстями пить лекарства.

И это правильно! Ведь они нашли способ вернуть здоровье! А какой прилив сил, сколько энергии! Вы просто обязаны это прочувствовать! Вы расцветаете, как весенние цветы, ведь Ваш организм молодеет изнутри. А лечиться Вы сможете как в одиночку, так и всей семьёй. Это настоящий клад, забытый в высокотехнологичный корпус! Вот они, современные технологии!

ЖИЗНЬ БЕЗ НАДЕЖДЫ НЕВОЗМОЖНА, ОСОБЕННО КОГДА ЭТО КАСАЕТСЯ ЗДОРОВЬЯ. ПОДАРИТЕ СЕБЕ НЕ ПРОСТО НАДЕЖДУ, А ЗДОРОВЬЕ И УВЕРЕННОСТЬ В ЗАВТРАШНЕМ ДНЕ. ЖИВИТЕ ДОЛГИЕ ГОДЫ, САЖАЙТЕ ОГОРОД, РЫБАЧЬТЕ, НЯНЧИТЕ ВНУКОВ! НЕ ОТКАЗЫВАЙТЕСЬ ОТ СВОЕЙ ЖИЗНИ, ВЫ ЭТОГО ДОСТОЙНЫ! СЕЙЧАС ВАШЕ ВРЕМЯ ЖИТЬ!

ПОЗВОНИТЕ НАМ ПРЯМО СЕЙЧАС И ЗАКАЖИТЕ АППАРАТ НАДЕЖДА.

ВЫ ОБРЕТЁТЕ НАДЁЖНОГО ПОМОЩНИКА И НЕИССЯКАЕМЫЙ ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ И ДОЛГОЛЕТИЯ! НЕ ЖДИТЕ ОСОБОГО СЛУЧАЯ, ВЕДЬ БОЛЕЕ ПОДХОДЯЩЕГО МОМЕНТА НЕ БУДЕТ! ЗАКАЗЫВАЙТЕ НАДЕЖДУ И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (800) 333-56-71

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА¹

ЕСЛИ АППАРАТ НЕ ПОМОЖЕТ — ВЕРНЁМ ДЕНЬГИ!*

ВНИМАНИЕ! КОЛИЧЕСТВО ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ АППАРАТОВ «НАДЕЖДА» ОГРАНИЧЕНО!

WWW.PRODEX.RU

WWW.APTEKA.RU

¹ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. ООО "Поток" ОГРН 121600004550 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. *Акция действует с 24.07.2024 г. по 24.08.2024 г. Информация об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. *ХайТоп. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.