№11
(476)

ТВ-программа с 22 по 28 марта 2021 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52 КАНАЛА ТВ

РИСОВОЕ ВОЛШЕБСТВО *НА ВАШЕМ СТОЛЕ*

стр. 8

БАНАН: *САМЫЙ ВКУСНЫЙ АНТИДЕПРЕССАНТ*

стр. 12

ПОСАДИМ КУСТЫ ДЛЯ ДАЧНОЙ КРАСОТЫ

стр. 13

ПОЗАДИ МОРОЗ – *ЗДРАВСТВУЙ, ПОЛЛИНОЗ!*

стр. 10

ПОЧЕМУ *МОНОГАМИЯ ВСЕГДА В МОДЕ?*

стр. 4

ВИКТОР ДОБРОНРАВОВ

КОГДА ХОРОШО НА РАБОТЕ И ДОМА – ЭТО СЧАСТЬЕ

стр. 7

12+

Фото Александры Торгушниковой

ISSN 2226-6380

LEOMAX

Акция «Счастливый шанс»!
Оформи заказ по телефону
8 (800) 500-1883
и ВЫИГРАЙ
100000 рублей!*

1000 товаров в прямых эфирах на сайте leomax24.ru
или на кнопке пульта твоего ТВ:

МТС 34 | МГТС 34 | Орион Экспресс 24 | ТРИКОЛОР 21 | АКАДО ТЕЛЕКОМ 29 | Билайн 59 | Ростелеком 38 | Ростелеком 40 | НТВ.ПЛЮС 403

ВКЛЮЧАЙ И ЗАКАЗЫВАЙ, НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

6+ Реклама

Набор алмазной мозаики с ликами Святых, 2 шт.

лот 28293-01 1. Набор «Матрона Московская», 2 шт. 999.-
лот 28293-02 2. Набор «Николай Чудотворец», 2 шт. 999.-
лот 28293-03 3. Набор «Пресвятая Богородица Донская», 2 шт. 999.-

2 шт.

В наборе: клейкий холст (30×40 см), стразы, лоток, карандаш для нанесения страз, клей, подарочная упаковка. При покупке вы получите сразу 2 набора.

Складные очки «Фокус Плюс», 2 шт.

лот 43063 999.-

2 шт.

- Визуальное увеличение до 160%.
- Оставляют руки свободными.
- Складная конструкция.
- Подходят мужчинам и женщинам.

Материал: пластик. Расстояние между дужками: 13,5 см. В комплекте: очки с футляром – 2 шт.

Триммер «Аполлон»

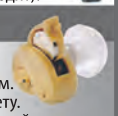
лот 40804 1290.-

- Удаление волос в носу и ушах.
- Подравнивание стрижки, усов, бороды и бакенбардов.
- Встроенная подсветка.

Материал: пластик, металл, резина, нержавеющая сталь (лезвия). Мощность: 10-12 Вт. Размер: 12×2×4 см. Работает от 2 батареек типа AAA (в комплект не входят).

Усилитель звука «Чудо-слух»

лот 41319 ~~1999~~ 999.-

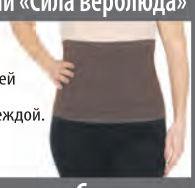


- Может усиливать звуки до 30 дБ в радиусе до 10 м.
- Практически незаметен благодаря размеру и цвету.

Материал: металл, пластик. В комплекте: портативный усилитель звука, 2 батарейки типа AG3 (1,5 В), ушные вкладыши разного размера (4 шт.), пластиковый контейнер для хранения, инструкция. Размер: 19×13×11 мм. Вес: 3 г.

Пояс эластичный согревающий «Сила верблюда»

лот 47556 799.-

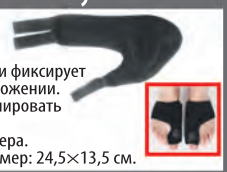


- Изготовлен из эластичных волокон, покрытых с одной стороны верблюжьей шерстью, с другой – хлопком.
- Пояс тонкий, его можно носить под одеждой.

Материал: 38% верблюжья шерсть, 47% хлопок, 9% латекс, 6% полиэфир. Размер: 54-58, 60-64, 64-68.

Вальгусный корректор «Вальгус Стоп»

лот 91966 699.-



- Внутри – алюминиевая пластина, которая плотно прилегает к стопе и фиксирует большой палец в правильном положении.
- Угол наклона сустава можно регулировать застежками «велкро».
- Выполнен из эластичного полиэстера.

Материал: 100% ПЭ, алюминий. Размер: 24,5×13,5 см.

Тапочки «Комфорт и здоровье»

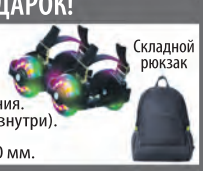
лот 73665 799.-

- Овечья шерсть согреет и поможет поддержать иммунитет.

Материал: верх – 70% овечья шерсть, 30% ПЭ; подошва – резина. Размер: 35-36, 37-38, 39-40, 41-42, 43-44, 45-46. Цвет в ассортименте, без возможности выбора.

Флэш-роллеры «Голливуд» + Складной рюкзак в ПОДАРОК!

лот 17733-01 999.-



Складной рюкзак

- Подходят под любой размер обуви.
- Ярко светятся за счет светодиодов, которые заряжаются во время движения.

Материал колес: ПВХ (по 3 светодиода внутри). Грузоподъемность: до 60 кг. Вес: 555 г. Ширина: 6-10 см, ∅колес: 70 мм.

Матрас с функцией массажа и подогрева

лот 40479 ~~5999~~ 4999.-

Пульт управления

Способствует:
- активизации циркуляции крови,
- снижению веса и уменьшению жировых отложений,
- восстановлению мышечного баланса,
- улучшению сна и аппетита.

4 массажные зоны: шея, спина, поясница, ноги. 5 вибромоторов. 5 программ. Материал: текстиль, пластик, металл. Размер: 171×59 см. Напряжение: 220-240 В. В комплекте: массажный матрас, ремни-крепления на диван или кресло, сетевой адаптер, пульт управления, инструкция. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ПРИБОРОМ.

Икона-медальон «Матрона Московская» + 2-я в ПОДАРОК!

лот 68901-01 999.-

2 шт.

Икона-медальон выполнена в цвете розового золота, украшена 36 кристаллами. Размер иконы-медальона: 2,4×2,8 см. Длина цепи: 50 см + 5 см (доп. звенья). Материал: сплав недрагоценных металлов, гальваническое покрытие розовым золотом. Вставки: кристаллы. Застежка: магнитная на иконе-медальоне и «английский» замок на цепочке (крючок с застежкой). Упаковка: бархатный мешочек.

Ниспадающий платок «Светлый праздник», 2 шт.

лот 88427 999.-

2 шт.

- Благодаря особому крою не спадает при поклонах.
- Белый, украшенный кружевом платок идеален для посещения храма.

Материал: 100% ПЭ (вуальная ткань, кружево). Размер: 129×100 см.

Комплект «Рубиновая страсть», 2 шт.

лот 67802-02 999.-

2 шт.

Материал: сплав недрагоценных металлов; покрытие – розовое золото 24 карата (нанесение гальваническим способом); вставка – кристаллы, имитирующие рубины. Тип замка у серег: «французский». Длина: 3,5 см (серьги); 2,4 см (подвеска); 50 см + 6 см доп. звенья (цепь).

Платье «Жизель»

лот 89373 ~~2490~~ 1990.-

- Приятный для тела материал не ограничивает свободу движений.
- Свободный крой платья легко скроет все особенности фигуры.
- Произведено в России.

Материал: 60% вискоза, 35% ПЭ, 5% эластан. Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64. Длина по спинке для 50-го размера: 115 см.

Сумка «Харизма» + ПОДАРОК: Сумка кросс-боди и Кошелек!

лот 49502 1999.-

- Прочная и вместительная сумка с несколькими отделениями.

Материал: натуральная кожа. Размер: 31×24,5×9,5 см (сумка).
В ПОДАРОК: сумка кросс-боди (24×16×4 см), кошелек (17×14×3 см).

Швейная машинка «Помощница»

лот 19266 ~~1999~~ 1490.-

- Поможет подшить, подрубить, прострочить и сшить что-то новое.
- Компактный размер.

В комплекте: 6 шпулек, 1 запасная игла, 1 нитевдеватель, инструкция. Управление: электромеханическое. Работает от адаптера DC 6V или от 4 батареек типа AA (в комплект не входят). Мощность: 6 Вт. Скорость шитья: 400 стежков/мин.

Светильник «НаноСвет» Ультра, 4 шт.

лот 12657-06 990.-

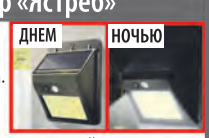
4 шт.

- Освещает труднодоступные места.
- Не требует удлинителей и сверления стен.
- Липучки – для крепления на любой поверхности.

В каждом светильнике по 2 светодиода нового поколения. Работает от 3 батареек типа AAA (в комплект не входят). Яркость светильника: 200 Лм. Время работы: до 150 ч. Размер: 18×4,5 см. В комплекте: 4 светильника.

Беспроводной прожектор «Ястреб»

лот 18930 990.-

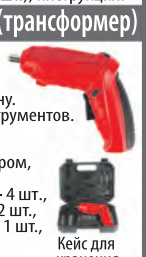


- Освещает площадь до 40 кв. м.
- Заряжается за 3 часа от дневного света.
- Работает без перерыва до 10 часов, без подключения к электросети.

Яркость 600 Лм. 48 светодиодов. Размер: 123×95×47 мм. Материал: ударопрочный пластик. Радиус действия датчика движения: до 5 м, угол 120°. Автоматически отключается через 15 секунд. В комплекте: прожектор, крепление (винт – 1 шт.), инструкция.

Дрель-шуруповерт «Профи» 26 в 1 (трансформер)

лот 19169-01 1590.-



Кейс для хранения

- Работает от аккумулятора.
- Встроенная подсветка освещает рабочую зону.
- 26 бит в комплекте заменят множество инструментов.
- Рукоятка дрели-шуруповерта способна поворачиваться на 180°.

В комплекте: дрель-шуруповерт с аккумулятором, зарядное устройство, биты плоские – 5 шт., биты крестовые – 4 шт., биты шестигранные – 4 шт., биты четырехгранные – 2 шт., биты-сверла – 2 шт., накидные насадки – 8 шт., бита-переходник – 1 шт., кейс для хранения, инструкция. Материал: ударопрочный пластик, металл.

Матрас-топпер «Соната Комфорт»

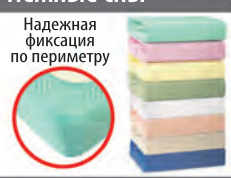
лот 27848 от 1699.-

- Анатомический эффект.
- Гипоаллергенный и экологичный.
- Не поглощает влагу и запахи.
- Сохраняет форму и устойчив к деформации.

Толщина: 5 см. Материал: стеганый чехол – 100% ПЭ; наполнитель – холкон. Расцветка в ассортименте без возможности выбора. Размеры: 70×200 см, 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см (укажите при заказе).

Простыня на резинке «Нежные сны»

лот 27839 от 799.-



Надежная фиксация по периметру

Материал: 100% хлопок. Цвет: мятный, розовый, желтый, оливковый, белый, персиковый, кофейный, синий. Размеры: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.

Чехлы для мебели «Новая жизнь»

лот 16084 ~~5499~~ 4999.-

Материал: 100% ПЭ.

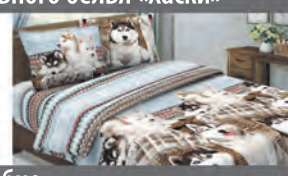
- Берегут новую мебель от повреждений.
- Чехлы легко растягиваются до любого размера.

Комплект на диван и 2 кресла – 5 цветов.

«Кофе с молоком» | «Бордо» | Коричневый | Бежевый | Горчичный

Комплект постельного белья «Хаски»

лот 17605 от 1999.-



Материал: 100% хлопок (бязь). Наволочка (2 шт.): 70×70 см. Размеры: 1,5-спальный, 2-спальный, Евро.

Сушилка «Так удобно»

лот 19272 3499.-

- Вертикальная складная конструкция сушилки экономит пространство.
- Одновременно можно разместить до 50 вещей.

Материал: сталь (окрашенная), пластик. Размер (в собранном виде): 173,5×70×23 см, ширина в рабочем состоянии: 66 см. Максимальная нагрузка: 15 кг.

Скамейка-трансформер «Экстра» 3 в 1

лот 19282 1599.-

- Легко складывается и раскладывается.
- Легкая, прочная, удобная.
- При переворачивании скамейки на 180° получается удобная подставка под колени.

Максимальная нагрузка: 140 кг. Размеры: 56×29×43 см (в разложенном виде); 63,5×29×10,5 см (в сложенном виде). Вес: 3,4 кг. Материал: пластик, металл.

Умные очки «Анти-блик»

лот 18502 990.-

- Убирают блики на воде во время рыбалки.
- Улучшают видимость на дороге днем и ночью при вождении.
- Защищают глаза во время работы с опасными инструментами.
- Можно надевать поверх обычных очков с диоптриями.

Материал оправы и линз: ПВХ. В комплекте: очки, чехол, салфетка для ухода. Длина дужек: 13 см. Размер очков: 15×5×5 см (в сложенном виде).

Видеорегистратор-зеркало

лот 17663-02 1999.-

- Не закрывает обзор.
- Включается автоматически.
- Устанавливается на любое зеркало заднего вида.

Диагональ экрана: 2,4 дюйма (6 см). Функции: непрерывная запись, циклическая запись, встроенный динамик, запись звука, ночная съемка, режим фотосъемки. Максимальное разрешение видеозаписи: 1280×720 пикселей. Максимальный объем карты памяти: до 32 ГБ (в комплект не входит). Широкий угол обзора в 140°. Размер зеркала (Д×Ш): 30×8 см. В комплекте: видеорегистратор-зеркало, крепления (2 резинки), автомобильное зарядное устройство, инструкция.

Чудо-эмульсия «Антикор» 5 в 1, 3 шт.

лот 19128-02 990.-

3 шт.

- Устраняет ржавчину, защищает от коррозии.
- Грунтует, готовит к покраске.
- Реставрирует металл.

Объем: 500 мл. Состав: вода, ортофосфорная кислота, функциональные добавки. При работе используйте средства защиты кожи, органов дыхания и зрения!

Электродуховка «Русская печь+»

лот 24280 3999.-

Черный
Красный

- За счет особой циркуляции горячего воздуха блюда получаются как из русской печи.
- Просто, быстро, экономично и вкусно.

Материал: сталь. Мощность: 625 Вт. Напряжение: 220 В. В комплекте: 2 противня, электродуховка, шнур питания, инструкция. Цвет: красный, черный. Вес: 6 кг. Размер: 40,5×25,5×31 см.

Форма для приготовления «Мечта хозяйки», 2 шт.

лот 22979 999.-

2 шт.

- Готовить можно в 7 раз быстрее!
- Для приготовления яиц, омлета, котлет и оладий.

∅ формы: 23 см, ∅оладий: 7 см. Материал: силикон.

Казан-Вок «Сила гранита» и крышка с давлением

лот 22678-03 2499.-

- Внутри казана создается высокое давление, что ускоряет процесс приготовления.
- Высококачественная сталь с керамическим покрытием Granitex, содержащим частицы гранита.
- Стеклянная крышка ∅32 см с клапаном для пара.

Подходит для плит любого типа. Объем: 4 л. Дно казана: ∅17 см. Высота борта: 9,5 см.

Набор «Чайный гриб»

лот 44338 999.-

- Поможет оздоровить организм и поддержать его защитные свойства.

В комплекте: чайный гриб, стеклянная банка (3 л) с дозатором, инструкция.

Мультитерка «Витаминка» 3 в 1

лот 28458 1299.-

- Измельчит орехи, шоколад и даже сухари.
- Нарежет овощи и фрукты, натрет сыр.

Материал: нержавеющая сталь, пластик. В комплекте: мультитерка, проталкиватель, 3 насадки: мелкая терка, крупная терка и терка-шинковка.

Мультирезка «Миг» 5 в 1

лот 28464 999.-

2 шт.

- С помощью насадок аккуратно нарежет ломтиками, кубиками или дольками любые ингредиенты.
- Специальный контейнер с крышкой сохранит нарезку свежей.

Материал: нержавеющая сталь, пластик. Размер: 21×7,5×5 см. В комплекте: мультирезка, 3 насадки с лезвиями из нержавеющей стали, рамка-переходник, контейнер с крышкой. В наборе: 2 шт.

Набор ножей «Сила гранита», 6 предметов

лот 22462 990.-

- Лезвия из высококачественной нержавеющей стали с покрытием Granitex, бакелитовые ручки.
- Продукты не прилипают к поверхности лезвий.

В комплекте: поварской нож (длина лезвия: 20 см); разделочный нож (длина лезвия: 20 см); нож для хлеба (длина лезвия: 20 см); универсальный нож (длина лезвия: 12,5 см); нож для овощей (длина лезвия: 9 см); овощечистка. Не подходят для мытья в посудомоечной машине!

Электрическая ножеточка LEOMAX «Острые грани» (беспроводная), 2 шт.

лот 21703 999.-

2 шт.

- Наточит ножи, ножницы, отвертки и другие инструменты.
- Есть поддон для опилок.

Материал: пластик, металл. Работает от 4 батареек типа AA (в комплект не входят). Размер: 6×8,5×14 см.

Самоочищающаяся швабра «Проще простого» с ведром

лот 18945-01 1790.-

- Поворачивается на 360°, проникает даже в труднодоступные места.
- Отмоет поверхности из любого материала.
- Уникальная система отжима и полоскания.
- Не нужно пачкать руки, нет нагрузки на спину.

Материал: пластик, металл, микрофибра. Длина ручки: 131 см. Размер насадки: 33×12×0,6 см. Объем ведра: 3,3 л. В комплекте: швабра, ведро, 2 сменные насадки из микрофибры, инструкция.

Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!

лот 16466-02 990.-

ПРОЗРАЧНАЯ ЛЕНТА В ПОДАРОК!

- Заклеит, уплотнит и отремонтирует практически все.
- Можно использовать даже под водой.

Прочно контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, стали, меди, алюминия, дерева, керамики, стекла и со многими другими материалами. Материал: клей, ПВХ. Размер: 20×150 см.

Отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник»

лот 10034-01 1 шт. ~~1499~~ 799.-
лот 10035-01 2 шт. ~~2799~~ 1499.-

Электромагнитные импульсы отпугивают крыс, тараканов, пауков, мух и комаров. Зона эффективного влияния: до 200 кв. м. Работает от сети 230 В. Материал: пластик. Размер: 11×7,5×6,5 см.

ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

*Срок проведения акции «Счастливый шанс» с 17 марта по 15 июля 2021 г. Максимальное количество денежных призов – 25 по 4000 руб. Получение призов до 30.11.2021 г. переводом через «Почту России». Организатор акции и дистрибьютор: ООО «Товары Почтой». ОГРН 1187746282789, 105318, г. Москва, ул. Ибрагимова, дом 31, корпус 47, кабинет 104, 1 этаж. E-mail: catalog@leomax.ru. Товары, подлежащие сертификации, сертифицированы.

Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по тел. 8 (800) 500-1883 (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ). Возможно изменение цен в одностороннем порядке. *О правилах проведения акции «Счастливый шанс», количестве призов, сроках, месте и о порядке их получения читайте на сайте www.leomax.ru

Российские актрисы бросят «Вызов» космосу

Первый канал продолжает подготовку к самому масштабному и сложному проекту в истории российской кинематографии – фильму с рабочим названием «Вызов». Это будет первое художественное кино, снятое в космосе.

Все подробности сценария пока не разглашаются, но кое-что удалось узнать.

– Это история про то, как молодая женщина, которая совершенно не планировала отправляться в космос, через месяц – в силу обстоятельств – должна оказаться на орбите, – пояснил продюсер фильма Константин Эрнст.

Напомним, что в конце прошлого года был объявлен кастинг на главную роль. На него было подано около трех тысяч заявок, в итоге отобрали 20 финалисток. Среди них есть как известные актрисы, так и представительницы других профессий (пилот, психолог, научный сотрудник и другие). На следующем этапе отбора финалисток ждет медкомиссия, которая начнется уже в марте и определит, кто из девушек полностью соответствует критериям, необходимым для полета в космос.

Двум актрисам, которые будут выбраны для этого проекта, в целом придется посвятить ему год жизни. Старт съемок запланирован на октябрь 2021 года.

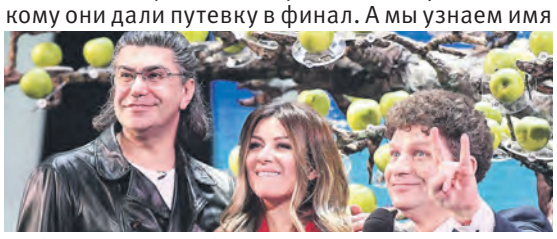
«Вызов» – это совместный проект «Роскосмоса», Первого канала и студии Yellow, Black and White. Режиссером фильма «Вызов» станет Клим Шипенко.

Фото Вадима Тараканова

Николай Цискаридзе под впечатлением от шоу

На Первом канале уже скоро состоится финал шоу «Я почти знаменит», участники которого продемонстрировали свои способности всей стране. Девиз проекта – не падать духом и оставаться яркими и непревзойденными, невзирая на непростые времена.

Жанна Бадоева, Николай Цискаридзе и Алексей Ягудин снова увидят номера тех, кому они дали путевку в финал. А мы узнаем имя победителя, заработавшего главный приз – три миллиона рублей.



– Мы увидели массу номеров, – признался нам Николай Цискаридзе. – Люди шли на рекорды, и мы наблюдали уникальные, трогательные явления: как участники получают удовольствие от того, что делают...

А еще один член жюри Алексей Ягудин во время съемок даже пробовал повторить некоторые трюки: отжимался на отвертках, жонглировал саблями, балансировал на гигантском велосипеде...

Фото Максима Ли

«Ника» объявит своих победителей

Организаторы премии «Ника» официально сообщили, что награждение произойдёт в конце апреля. А поскольку в прошлом году церемония не состоялась, то в этот раз будут объявлены лауреаты за два года.

Так что у Андрея Кончаловского, например, есть шанс получить сразу две награды: среди номинантов на «Лучший игровой фильм» 2019 года значится его «Грех», а за 2020 год – «Дорогие товарищи!». За 2019 год конкуренцию ему составят «Одесса», «Дылда», «Француз» и «Айка» Сергея Дворцевого. А за 2020-й – «Доктор Лиза», «Китобой», «Пугало» и «Блокадный дневник».

Фото Вадима Тараканова

Юлия Хлынина примерит корону

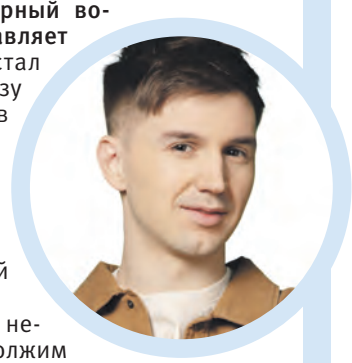
В Москве начались съёмки фильма «Елизавета» для телеканала «Россия». Режиссером стал Дмитрий Иосифов, который снял две части проекта – «Екатерина. Взлет» и «Екатерина. Самозванцы».

Главную роль – молодой Елизаветы – играет Юлия Хлынина. Сериал расскажет о судьбе Елизаветы, дочери Петра I, которой было всего шестнадцать, когда отец оставил ей в управление империю. Против своей воли Елизавета оказывается втянутой в водоворот дворцовых интриг... Съемки сериала «Елизавета» пройдут в Москве, Подмосковье и Санкт-Петербурге.

Фото пресс-службы телеканала «Россия»

В программе «Квартирный вопрос» новый ведущий

Программа «Квартирный вопрос» на НТВ представляет нового ведущего. Им стал Илья Западенец. Сразу успокоим поклонников передачи: ведущие Оксана Козырева и Татьяна Грамон остаются в программе и будут, как и прежде по субботам, радовать телезрителей новыми переделками.



– Главное останется неизменным: мы продолжим радовать героев новыми интерьерами, а зрителей – реакциями! Я буду вытаскивать из героев их тайные желания, а из дизайнеров – самые полезные лайфхаки. Ну и без юмора не обойдемся, как в наше время не смеяться! – комментирует Илья Западенец.

Илья не новичок в телеиндустрии, но в качестве ведущего только начинает свою карьеру. Он работал редактором на различных федеральных каналах, в том числе на шоу «Мальцева» на НТВ.

Фото PR НТВ

Верка Сердючка и Вера Брежнева объединились

Верка Сердючка и Вера Брежнева проведут один выпуск «Орла и решки». Он выйдет в эфире телеканала «Пятница!» уже в апреле.

Сердючка и Брежнева отправятся в путешествие в Барселону. Они посетят храм Саграда Фамилия, стадион футбольного клуба «Барселона» Камп Ноу, район Ла Мина, поселятся в замке Санта-Флорентина, посетят ресторан молекулярной кухни и опробуют на себе дайвинг с акулами.

– Сомнений в участии не было! – призналась нам Вера Брежнева. – «Орел и решка» – это любимая программа нашей семьи. Но никогда не думала, что это может произойти в реальности! Поэтому, когда мне предложили, было два вопроса: куда и когда. Все остальное было неважно. Мы с Веркой (*Сердючкой – **Прим. ред.***) не можем работать плохо. Во-первых, мы тезки. Во-вторых, мы обе красавицы, умницы и с чувством юмора.

Фото пресс-службы телеканала «Пятница!»

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА».

НАКОНЕЦ-ТО БАЛЬЗАМ БОЛОТОВА ДОСТУПЕН ВСЕМ!
В РОССИИ НАЧАЛОСЬ ОФИЦИАЛЬНОЕ ПРОИЗВОДСТВО

Бальзам Болотова – средство, известное в народе вот уже 30 лет. Изобретенный академиком, он заинтересовал своим составом, практически идеально повторяющим желудочный сок. Ведь у человека к 30 годам уменьшается выработка желудочного сока. Пища начинает плохо перевариваться, организм не недополучает витаминов, начинает зашлаковываться. Результат – проблемы со здоровьем. Прием Бальзама Болотова позволяет избежать этих процессов, повернуть их вспять.

Академик Болотов утверждает: именно полноценное пищеварение – залог к здоровью в любом возрасте! В этом ему можно доверять – ведь он прекрасно себя чувствует в свои 90 лет. Благодаря 140 книгам, написанным им, публикациям в газетах, отзывам, Бальзам Болотова быстро набрал популярность. Но изготовить самим, или приобрести Бальзам было нелегко. И вот наконец-то Бальзам стал доступен всем! Средство прошло все проверки по безопасности и эффективности и стало производится официально.

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ

400 ml
1350 руб

Где приобрести уточняйте по тел.: +7 (499) 350-44-74

Реклама. ООО «Авицена» , СоГРП №.RU.77.99.88.003.R003457.09.19, БАД

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ
потребительский кооператив

«Ул. 1905 года», 7 мин. пешком,
г. Москва, Студенецкий пер., д. 3

8 (495) 297-02-42
www.invkap.ru

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ
С НАМИ МОЖНО ЖИТЬ НА ПРОЦЕНТЫ

- 15% ГОДОВЫХ НА СРОК 6 МЕСЯЦЕВ
- 18% ГОДОВЫХ НА СРОК 1 ГОД
- 20% ГОДОВЫХ НА СРОК 2 ГОДА

от 15% до 20% годовых в рублях

ВЫПЛАТЫ ЕЖЕМЕСЯЧНО.
ФИНАНСОВЫЕ РИСКИ
ДО 5 МЛН. РУБЛЕЙ ЗАСТРАХОВАНЫ

ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД НАШЕГО КОНСУЛЬТАНТА НА ДОМ С СОБЛЮДЕНИЕМ ВСЕХ МЕР БЕЗОПАСНОСТИ COVID-19 ИЛИ БЕСПЛАТНО ВЫЗОВЕМ БЕЗОПАСНОЕ ТАКСИ ЗА НАШ СЧЕТ ДО ОФИСА И ОБРАТНО ДО ДОМА.

Предложение действует только для членов Потребительского кооператива «Инвестиционный капитал». Вступительный взнос 100 руб. Срок размещения сбережений от 6 мес. до 2 лет. Суммы от 50 тыс. руб. до 5 млн. и выше со ставкой от 15% до 20% годовых. Сбережения (денежные средства) принимаются по договору займа. Страхование финансовых рисков осуществляет НКО ПОВС «СМАРТСТРАХ». Полную информацию можно получить по телефону. **ИНН 9703003636, ОГРН 1197746628309**

Реклама

СЕКРЕТ УСПЕХА

Правила дружбы на рабочем месте

Учитывая, что на работе мы проводим большую часть жизни, мало кто удерживается в сугубо деловых рамках. Но офисная дружба может как положительно, так и отрицательно влиять на рабочий процесс. Чтобы дружба на рабочем месте приносила только пользу, важно соблюдать три основных правила…

НЕ ЗЛОУПОТРЕБЛЯЙТЕ ДРУЖЕСКИМИ ОТНОШЕНИЯМИ

Удобно, когда на работе есть человек, который всегда выполнит вашу просьбу. Но постарайтесь свести такие обращения к минимуму, чтобы не попасть в дружескую кабалу. Если вы чувствуете, что рабочие просьбы коллеги-друга мешают вам выполнять ваши обязанности, откровенно скажите ему об этом. Если коллега обидится или продолжит вас использовать, задумайтесь: настоящая ли это дружба?

ОТКРОВЕННИЧАЙТЕ С ОСТОРОЖНОСТЬЮ

Однажды может сложиться ситуация, что у вас и вашего друга-коллеги возникнет конфликт интересов (например, вы будете претендовать на одну вышестоящую позицию). В такой ситуации никто не гарантирует, что личные связи станут выше желания подняться по карьерной лестнице. Поэтому важно не откровенничать с офисным другом на темы, которые могут быть использованы против вас: не обсуждать коллег и шефа, не рассказывать о своих ошибках и нарушениях.

НА ДРУГА НАДЕЙСЯ, А САМ НЕ ПЛОШАЙ!

Дружеские отношения провоцируют расслабленное отношение: один расслабленно написал, зная, что друг подстрахует, другой, доверившись, не проверил… Итог – неприятности у обоих. Не позволяйте личным отношениям влиять на результативность.

Почему моногамия всегда в моде?

В начале нового тысячелетия серьёзно рассуждать на тему, что моногамия – это хорошо и правильно, было невозможно: тебя сразу записывали в разряд дремучих ортодоксов и трусов, отказывающихся признать полигамную «правду».

Почему же моногамия до сих пор продолжает существовать, несмотря на предсказанную ей 20 лет назад скорую кончину? Почему моногамия снова в моде?

Полигамия или полиамория?

Интернет пестрит заголовками типа «Преимущества открытых отношений», «Человек по природе полигамен» и тому подобными. Современные приверженцы полигамии называют данное явление «полиаморией»: мол, дело в любви к нескольким партнерам, а вовсе не в банальном браке с несколькими избранниками (избранницами). Они утверждают, что это здорово, эмоционально и естественно. Про моногамию те же люди говорят, что она устарела, подавляет естественные сексуальные потребности, что в браке партнеры друг другу изменяют и врут, что брак нужен только государству, а свадьба – способ потратить кучу денег, чтобы накормить неприятных людей. Невольно задумываешься: действительно ли моногамия так ужасна? Действительно ли в отношениях все врут? И можно ли быть адекватным и осознанным человеком и при этом – сторонником моногамии в отношениях?

Посмотрим с другой стороны

Известный психолог и блогер Адриана Имж просто, доступно и при этом удивительно здраво изложила свои мысли о том, почему моногамия после всех сексуальных революций и эры разводов снова в тренде. Ее ответ на заданный вопрос покоряет полным отсутствием религиозного или восторженно-романтичного пафоса: «Потому что это удобно…». По мнению Адрианы, моногамия – это вполне современное и здоровое явление, ибо:

- Вы выбираете именно этого человека, потому что он вам нравится, с ним хорошо, а не потому, что у него много денег или он будет стирать ваши носки.
- С этим человеком можно договориться: кто будет чистить морковку, кто отвезет ребенка в садик и куда стоит вместе поехать в отпуск… Вместе жить легче!
- Партнер – это тот, кто двигается с вами по жизни в одном ритме: вместе сесть в машину и уехать в отпуск, вместе перебраться в дом за городом, вместе завести детей. Не очень романтично, но очень удобно.
- Когда партнеры доверяют друг другу, интимная жизнь меняется и становится более разнообразной. С близким человеком можно включить креатив и вместе ломать стереотипы.
- Приверженцы полиамории тратят массу сил и эмоций на поддержание баланса в сложных многофигурных отношениях. Отношения с единственным партнером – это экономия времени, энергии и мозгов для других проектов.

Счастливый брак, это когда последнее слово всегда остаётся за женщиной, и слово это – «согласна».

- Вы доверяете именно этому человеку и уверены, что все, чем вы с ним делитесь, остается между вами. Конечно, здесь вопрос адекватности и порядочности человека, но в целом двое – это более комфортный мир для близости, чем трое или четверо.

На практике выходит, что моногамия – самое удобное состояние для активной и яркой жизни. Моногамия – это зона комфорта, единство уважающих друг друга душ, уголок спокойствия и умиротворения в нашем динамично меняющемся мире. Именно поэтому моногамия сегодня снова в моде!

КСТАТИ

Факты, теории, мнения…

Моногамия – это тип семейных отношений, когда в браке могут состоять только два человека. Но история человека и человеческого общества знает и другие типы семей: полигиния (когда у одного мужа несколько жен) и полиандрия (когда у одной жены несколько мужей).

Всем известный Чарльз Дарвин предложил гипотезу, которая объясняла такое явление, как полигамия. По мнению ученого, природе выгодно многообразие генетического материала, чтобы из многих комбинаций в ходе естественного отбора и эволюции выживали наиболее удачные образцы. Именно поэтому, по мнению Дравина, в природе мужчин – стремление оставить свое семя как можно большему количеству женщин.

Другой ученый, антрополог Оуэн Лавджой, разработал иную теорию. По его мнению, развитие человеческой цивилизации было бы невозможно без такого явления, как моногамия. Необходимость заботиться только об одной женщине уменьшила конкуренцию между мужчинами, сделала возможным мирное сосуществование древних людей, создала условия для совместных проектов – коллективной охоты, труда и обороны.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Пернатые вестники весны

22 марта по традиции на Руси встречали День жаворонка. Считалось, что в этот день прилетают 40 первых птиц и приносят на своих крыльях весну.

1. Грачи прилетают одними из первых и сразу приступают к строительству гнёзд. По легенде, птица и муравьи бились об заклад. Грач проиграл и должен был отдавать своё потомство, либо делать именно это. Что?
а) Выводить птенцов раньше всех.
б) Каждый раз вить новое гнездо.
в) Селиться на деревьях только стаей.

2. Как ни странно, но орнитологи считают, что именно эта птичка прилетает самой первой в среднюю полосу России. Птичку называют ещё ледоломкой, так как она возвращается домой во время ледохода, как говорят, «лёд хвостом разбивает».
а) Зяблик.
б) Трясогузка.
в) Скворец.

3. Прилёту первых перелётных птиц многие поэты посвящали стихи. Борис Заходер призывал: «Пусть с тобою, ласточка, прилетит Весна». У Константина Льдова ласточка «весну и солнце принесла с собою…» А какой поэт написал о том, что «ласточка с весною в сени к нам летит»?
а) Афанасий Фет.
б) Аполлон Майков.
в) Алексей Плещеев.

4. Одно время была популярна песня, в которой есть слова про то, что птицы – вестники весны: «Приходит время – с юга птицы прилетают… и это время называется весна!». Кто автор этого весеннего танго?
а) Людмила Иванова и Валерий Миляев.
б) Сергей и Татьяна Никитины.
в) Анна Герман.

ОТВЕТЫ

1-а. По легенде, грачам приходится первыми из птиц весной выводить птенцов, пока муравьи еще спят. Кстати, замечено, что когда грачи по каким-то причинам выводят птенцов поздно, то их гнезда просто кишат муравьями. **2-б.** Трясогузка. **3-в.** Эта ласточка из стихотворения «Сельская песня» Алексея Плещеева, именно про нее все мы учили стихотворение в школе. **4-а.** Актриса Людмила Иванова написала музыку на стихи мужа – физика Валерия Миляева. Долгое время супруги исполняли песню на бардовских посиделках. Песню «Приходит время» взяли в свой репертуар Сергей Никитин и Анна Герман, и она стала популярной.

Герои «Красной зоны»

На телеканале НТВ стартовал премьерный показ медицинской драмы «Красная зона».

В первые на российском телевидении сериал рассказывает о борьбе за человеческие жизни, которую ведут в условиях пандемии настоящие герои нашего времени – медицинские работники.

Всё изменилось

Да, сериалов о медиках на телевидении предостаточно, но о подвиге врачей, которые никогда раньше не сталкивались с таким масштабным бедствием, как пандемия, пока рассказывали только документалисты. Режиссер «Красной зоны» Игорь Ромащенко объяснил, почему решил взяться за эту тему:

– Это история о людях, прежде всего о врачах. Конечно, на первый план выходят отношения людей. Уже никто и не помнит ни эпидемию чумы, которая была в XV-XVII веках, ни испанку, с которой боролись в начале прошлого века. Мы, современные люди, впервые столкнулись с пандемией, поэтому отношения между людьми в тех обстоятельствах, в которых мы живем сейчас, изменились. Мы пытались исследовать эти отношения и показать их именно такими, какие они есть в это сложное для всех время.

Реальная атмосфера больницы

Работа над проектом велась несколько месяцев: съемки стартовали осенью прошлого года в Москве и ближайшем Подмосковье. Основной натурной локацией стала одна из клинических больниц в Люблине. Съемочная группа не мешала работе врачей этой больницы, поскольку снимали только на улице и во дворах вокруг клиники. Кабинеты врачей, реанимационные, операционные и палаты – это построенные декорации: именно здесь, в стенах больницы, происходит основной пласт событий. Так как это медицинская драма и сюжет рассказывает о работе врача в период пандемии, главных героев консультировали профессиональные врачи – некоторые из них работали в «красной зоне». Создатели проекта пытались воссоздать и показать ту реальную атмосферу в условиях коронавирусной инфекции, те ограничения и то, что происходит здесь и сейчас в реальных больницах и поликлиниках.

ДЕТАЛИ

В основе сюжета – реальные события

Помимо больничных интерьеров, зрители увидят в кадре и экшен-сцены. Например, по сюжету герой Константина Стрельникова служил в Сирии, и военный госпиталь, где он работал, передислоцировали ближе к фронтовой полосе для экстренной помощи гражданскому населению. В итоге в первый же день он был обстрелян. Создатели проекта опирались на реальные события, произошедшие в сирийском Алеппо в декабре 2016 года.

Главврач на передовой

Главный герой сериала – Иван Андреевич Хлебников (его играет Константин Стрельников). Он занял пост и. о. главврача Первой ГКБ одного провинциального города. Придя сюда после предыдущего руководителя, при котором процветала коррупция и приветствовались платные услуги, прямолинейный Хлебников объявляет войну равнодушию «медицинских менеджеров». Как человек прямолинейный, в прошлом подполковник медицинской службы ВС РФ, он пытается настроить работу согласно принципам, в которые верит, которым его когда-то учили здесь же. Потому что именно в этой больнице Хлебников делал первые шаги в медицине, когда учился в институте и проходил практику интерном.

– Я предпочитаю придерживаться такой позиции: не рассуждать о том, каков мой герой, а предоставить возможность зрителю самому найти ответ на этот вопрос. Это интереснее и правильнее, – рассказал нам исполнитель роли Хлебникова актер Константин Стрельников. – Он действует как мужчина с редким, по мнению многих, но не по-моему, взглядом на жизнь, в какой-то степени с идеальным представлением о мире и о справедливости. Мне кажется, это созвучно всем нам, потому что у каждого есть совесть: у кого-то она спит, но она есть; у кого-то она, наоборот, очень активна; а кто-то откладывает с ней разговор на потом. В это и верит Хлебников.

Пытаясь объединить врачей воедино, чтобы отстоять единственную в городе бесплатную больницу, он сталкивается с более страшной проблемой – пандемией. Теперь ему предстоит спасать не только врачей, помочь которым не смогут ни вакцина, ни аппараты ИВЛ, но и людей, заразившихся коронавирусом.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Фото PR НТВ

ВАС ОБМАНУЛИ ЮРИСТЫ?

ВЗЯЛИ ДЕНЬГИ, А РЕЗУЛЬТАТ НОЛЬ?!

Вам поможет программа «АнтиЮрист»!

- КВАЛИФИЦИРОВАННАЯ ПОМОЩЬ!
- РАСТОРЖЕНИЕ ДОГОВОРОВ!
- ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИНТЕРЕСОВ!

Реклама

МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ!

8-495-139-68-90

Московская меховая фабрика Мех-экспо

АКЦИЯ!

ДАВАЙТЕ МЕНЯТЬСЯ К ЛУЧШЕМУ

СДАЙТЕ СТАРУЮ ШУБУ ИЛИ ДУБЛЕНКУ И ПОЛУЧИТЕ ВЫГОДУ ПРИ ПОКУПКЕ НОВОЙ ШУБЫ!

Акция действует и на головные уборы из меха

Пенсионерам дополнительная скидка

При покупке шубы весенняя куртка в подарок

АКЦИЯ ПРОДЛИТСЯ ДО 30 АПРЕЛЯ

Время работы: понед. – субб. с 10:00 до 18:00, вых. – воскр.
Проезд от ст. м. «Преображенская площадь», посл. вагон из центра, авт. 86, 171 до остановки «2-й Электрозаводский переулок», ул. Электрозаводская, 21, проходная № 4.
При себе иметь документ, удостоверяющий личность.

8 (495) 951-55-55,
8 (926) 843-95-55
Внутренний телефон 43-53

Предъявителю купона скидка на шубы 3000 рублей

Полную информацию об условиях и организаторе акции, порядке ее проведения, количестве подарков, порядках, сроках и месте их получения узнавайте по телефону. Акция действительна с 01.03.21 до 30.04.21г. Реклама

Надежда БАБКИНА:

«Надо любить себя!»

Представлять Надежду Бабкину точно не нужно. Она народная артистка России не только по званию, но и по призванию и любви поклонников.

В прошлом году Надежда Георгиевна отметила юбилей – 70 лет, а в этом выпустила автобиографическую книгу «Модная народная». В книге артистка честно и откровенно рассказала о своем жизненном пути, о годах, полных самых глубоких и трагических переживаний – и счастливых незабываемых моментов.

Мы начали наш разговор с Надеждой Бабкиной с вопросов про книгу, а дальше вполне логично поговорили и про ее личную жизнь, и про жизненные принципы, и про многое другое...

Автобиографический момент

– Надежда Георгиевна, откройте тайну: почему Надежда Бабкина всё-таки решилась написать свою автобиографию? Многим кажется, что они про вас всё знают.

– Я даже не раздумывала: надо или не надо писать ее? Когда мне стали показывать разную информацию обо мне: что пишут, что говорят, что придумывают – я решила: наверное, надо от первого лица рассказать все так, как есть, и кто ты есть на самом деле. И когда начать ее писать: завтра, послезавтра или вчера – тоже вопрос не стоял. Просто сама себе сказала: «Надя, пора начинать!» И вот, отдыхая на Алтае, я просто наговаривала на диктофон свои воспоминания: что происходило и как это было. Первыми слушателями этих записей были мои подруги. И многие вещи, которые они услышали, их удивили: они про это не знали, я им про это не рассказывала. Я ничего не таила – а просто не было повода, чтобы это рассказать ни с того ни с сего, ведь должна же быть какая-то причина...

– Получается, в книге вы всё честно о себе поведали?

– Я решила рассказать так, как есть – не придумывая и не приукрашивая. Книга – это как исповедь моя. Для тех, кто хочет больше узнать о Надежде Бабкиной, которая родилась в глухой деревне в Астраханской области...

– Вы оттуда?

– Да, я южанка, казачья дочь!

– Про детство в книге тоже есть?

– Конечно. И оно у меня было счастливым. Сетовать, что в юные годы у меня ничего не было, я не буду. На мой взгляд, у меня было все: и куклы, и другие игрушки. И книжки читали, и сказки рассказывали, и ярмарки проводили... Детство было замечательным!

И вообще, обижаться на жизнь я не могу и не буду никогда.

Без прошлого нет будущего

– Человеку, который пишет свою биографию, приходится заново переживать свои эмоции – как положительные, так и отрицательные. Вы испытывали это? Сложно было возвращаться к воспоминаниям?

– Возвращаться к воспоминаниям необходимо. Если ты не помнишь родства своего, детства, своих эмоций и будешь думать, что у тебя всегда все было плохо – то у тебя никогда не будет будущего. Его надо строить, оглядываясь назад. Но при этом не надо тащить с собой негатив. Бессмысленно отрекаться от того, что происходило в твоей жизни – но можно что-то переосмыслить. Я для себя это уже сделала...

– Вы как-то сказали, что имя и судьба человека взаимосвязаны. Ваше имя вам как-то помогало в жизни?

– Имя мне до сих пор помогает идти вперед и не сдаваться. И я никогда не сдамся – что бы ни происходило! Перед вами – светлая Надежда! (*Смеется.*) Надо себя оценивать положительно. Если вы что-то сделали – пусть небольшое, но то, что раньше не получалось, – это уже ваше достижение! Этому надо радоваться и восхищаться собой: «Какая же я молодец!» Свое имя я отрабатываю сполна. Я все делаю по совести и по душе. Мне папа всегда говорил: «Если ты за что-то берешься – то доводи до конца».

Яна НЕВСКАЯ

Фото Вадима Тараканова

ДЕТАЛИ

Энергичная любовь

– Вы всегда искрите энергией – такое чувство, что в вас сидит человек пятьдесят! Раскройте секрет: где вы её черпаете?

– Это природа. Ну и конечно, надо любить себя и людей, работу свою любить, потому что это твоя реализация...

– Как вам удаётся поддерживать позитивный настрой?

– Каждое утро в программе «Модный приговор» я и Саша Васильев говорим одно и то же столько лет: любите себя! Подойдите и посмотрите на себя в зеркало. Красиво же! Но, конечно, себе еще надо уделять время. И я это делаю. Не могу сказать, что каждый день, но стараюсь... Мы все люди разные, имеем свои мнения – как говорится, на вкус и цвет товарищей нет. Любите себя и весь мир вокруг, улыбайтесь – и тогда все будет отлично! Помните: любви никогда не бывает много... Когда меня спрашивают: «Надя, ты кто?» – я отвечаю: «Я – степь».

– Почему?

– А представьте себе огромную степь, где растут тюльпаны с кулак, полынь, ковыль шумит, там дурманящий запах и конца и края не видать... Там, где-то за горизонтом, ты думаешь, что начинается океан, – а там всего лишь небо с землей сходится... И ты туда бежишь по всему этому цветущему и ароматному, и нет тесноты! И вот для меня нет тесноты – ни внутри, ни в общении с людьми...

КСТАТИ

Жизнь и песня

– В прошлом году вы отметили юбилей, в этом году ваш ансамбль «Русская песня» отмечает 45-летие – очень солидная дата... А вы помните, как зарождался этот коллектив?

– Ансамбль наш зарождался в общежитии Гнесинки, поскольку мы все были иногородними. Сегодняшние наши солисты тоже представляют разные регионы... Все пустили корни, детей понарожали... Вот так и живем, и поем...

– Кого вы считаете своими учителями?

– Говорят: не сотвори себе кумира, но я их себе сотворила. И это были Людмила Зыкина, Ольга Воронец, Лидия Русланова и другие великие артистки. Все эти певицы для меня были учителями. Например, с Людмилой Зыкиной мы подругами не были, но хорошо общались, работали вместе на концертах. Я ее очень сильно уважала и любила как личность... Кстати, при всей ее монументальности и важности она была глубоко ранимым и тонким человеком...

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Информация из розетки

Похоже, зарядное устройство с разъёмом USB и флешка созданы друг для друга. Что же будет, если подключить флешку к сети? Вдруг можно «скачать» оттуда какую-нибудь ценную информацию? Или, на худой конец, согласно существующим мифам, таким образом можно повысить производительность флешки? К сожалению, практика показывает: ни волшебного увеличения возможностей флешки, ни захвата информации в духе шпионских детективов не произойдет. При подключении к сети USB-накопитель остается неактивным.

Заглянуть в зазеркалье

Люди всегда мечтали изобрести порталы в параллельные миры. Или хотя бы заглянуть в уже существующие. Некоторые верят, что такими порталами являются зеркала. И чтобы зафиксировать что-нибудь эдакое в зазеркалье, пытаются их отсканировать. На самом деле результатом такого действия может быть только черный прямоугольник, поскольку сканер «видит» то, что отражается в зеркале, то есть свое собственное черное нутро. Максимум, на что вы можете рассчитывать, – это отпечатки пальцев и мелкие царапины.

Яблоко-гигант

Японский агроном Чисато Ивасаги вырастил яблоко весом 1,85 кг. Это событие произошло в 2005 году. С тех пор этот рекорд так и не был побит. Садовник занимается своим делом два десятилетия. Технологии и упорный труд помогли ему добиться такого результата. Основные его секреты при выращивании гигантских яблок: специальная обработка, контроль температуры и влажности почвы, своевременные вакцинации, проведение необходимых видов скрещивания, удаление ненужных завязей на дереве.

Электрокот

Величайший учёный и изобретатель в области электротехники Никола Тесла признался однажды, что заинтересовался электричеством ещё в детстве, общаясь со своим домашним котом по кличке Мацак. Юный Тесла провел рукой по шерстке любимца и заметил маленькие электрические искорки, происхождение которых его заинтриговало. Настолько, что он посвятил изучению электричества всю оставшуюся жизнь.

Светлана СИДОРЧУК

18 марта в прокат выходит добрый семейный фильм «Пальма», созданный компаниями «Марс Медиа», «АМЕДИА Продакшн», телеканалом «Россия 1» и ОККО Studios при поддержке Министерства культуры РФ и Фонда кино.

Виктор ДОБРОНРАВОВ:

«Когда хорошо на работе и дома – это счастье»

Главную роль исполнит Виктор Добронравов – один из трех актеров яркой творческой династии Добронравовых. Наш корреспондент пообщался с артистом накануне премьеры.

Виктор Добронравов глазами супруги Александры Торгушниковой.

Съёмки в кабине самолёта выглядят максимально достоверно.

И смех, и слёзы, и любовь

– Виктор, название картины – «Пальма» – сразу отсылает к тёплым южным берегам...

– На самом деле Пальма – это овчарка. История, связанная с ней, написана на основе реальных событий, происходивших в 1974-1976 годах в аэропорту Внуково. Оставленная там собака (ее не пустили на рейс) несколько лет ждала возвращения хозяина, встречая каждый приземляющийся ИЛ-18, на котором он улетел.

– История довольно известная. О ней в своё время писал в «Комсомольской правде» журналист Юрий Рост, был большой резонанс. Что вы знали о ней?

– Признаюсь: до того, как прочитал сценарий, не знал ни про Пальму, ни про эту историю. Зато потом выяснил много интересных фактов, поскольку моя соседка по лестничной площадке – кинолог, знала эту собаку.

– В картине у вас главная роль...

– Мой герой – детдомовец, вырос вне семьи и не очень-то хотел ее создавать. Поэтому, когда у него в отношениях с женщиной должен был появиться ребенок, он попросту сбежал. И представить не мог, что годы спустя уже 8-летний сын переедет к нему, поскольку не станет матери, и моему герою ничего другого не останется, как налаживать с ним отношения. В этом очень поможет овчарка Пальма, с которой мальчик подружится. Именно благодаря собаке отец и сын придут к взаимопониманию.

– Стало быть, режиссёр снял семейную драму?

– Несмотря на драматичность сюжета, Александр Домогаров-младший создал добрый, светлый фильм, где соединены разные жанры. Поэтому в картине будет все – и смех, и слезы, и любовь. Получилось многоплановое кино с характерными персонажами.

Умная актриса

– По сценарию ваш герой – пилот...

– Упреждая ваш вопрос, скажу, что мы хоть и летаем в фильме, но поднимать в воздух гражданский самолет мне не довелось, да и не надо было. Но чтобы быть убедительным в кадре, кое-чему пришлось поучиться. Мне показали, на какие кнопки нажимать, какие тумблеры включать...

– Во время просмотра картины сложилось впечатление, что овчарка Лили, сыгравшая Пальму, – опытная собака, привыкшая сниматься в кино...

– На самом деле это ее дебют в кинематографе. Но Лили действительно невероятно органичная, умная собака. Она выполняла все пожелания и указания режиссера с поразительной точностью и скоростью, все схватывала на лету. Когда ей поставили метку, она точно на нее вставала. Как режиссер видит сцену, так она ее и играет, никаких экспромтов и сюрпризов.

– Фильм «Пальма» совсем скоро станет достоянием зрителей. Какие ещё картины с вашим участием ожидают нас в ближайшем будущем? Както вы заявили, что пусть картин будет меньше, но они будут качественные. Тем не менее снимаетесь беспрерывно...

– Но мне действительно предлагают интересные сценарии, от которых грех отказываться. Так что сейчас в производстве сразу несколько картин: «Обитель», «Технарь», «Художник», «Чемпион мира», «Цыпленок жареный»...

Добронравовых любят зрители, ценят режиссёры и уважают коллеги.

Форма лётчика Виктору очень к лицу.

Жили-были

– Вы выросли в творческой семье: отец – всенародно любимый артист Фёдор Добронравов. Брат Иван ребёнком начал кинокарьеру, в 14 лет сыграл главную роль в картине Звягинцева «Возвращение», получив титул «мальчик-звезда». Вы тоже сегодня нарасхват, но между вами нет конкуренции, напротив, создаёте продюсерский центр «Фёдор Добронравов», где вместе работаете. Зачем, если ваши рабочие графики и так невероятно плотные?

– К сожалению, у нас мало снимают добрых фильмов. Захотелось добавить света, сказать о том, что нас волнует. Так появилась картина «От печали до радости», где мы с Иваном играем сыновей героя Фёдора Добронравова. А помогают нам в этом замечательные актрисы Инга Оболдина и Ирина Пегова.

– В прошедшем году ваш Продюсерский центр выпустил ещё один фильм...

– «Жили-были», в котором играет отец – Фёдор Добронравов, а также Роман Мадянов и Ирина Розанова. Фильм по атмосфере такой же позитивный, как «Любовь и голуби».

– Любите работать с близкими людьми?

– Это непросто, но всегда интересно. Отец и брат – люди талантливые, каждый из них – личность. А работать в окружении талантливых людей – всегда удовольствие.

8 Марта – праздник семейный

– Период самоизоляции все провели по-разному, и впечатления остались разные. Какие у вас?

– Лично я был рад оказаться на три месяца в кругу семьи. Появилась возможность не просто подолгу видеть друг друга, но и общаться, наслаждаться общением. Правда, за это время успел соскучиться по работе, так что после перерыва с радостью к ней приступил. Это нелюбимая работа порождает уныние, а когда одинаково хорошо на работе и дома – это и есть счастье.

– Вы выросли за кулисами театра «Сатирикон», где служил ваш отец. А ваши дочери Варвара и Василиса – закулисные дети?

– Нет, у девочек достаточно других занятий. Вместе с женой даем им понять, что в мире много всего интересного, от чего можно и нужно получать удовольствие. Так что дочки растут любознательные, им до всего есть дело, и это радует.

– Ваша вторая половинка – тоже человек творческий. Жена Александра окончила операторский факультет...

– Совершенно верно, но сегодня Саша больше востребована как фотограф. Я периодически выкладываю ее фотографии в «Инстаграм», так что у подписчиков есть возможность оценить ее дарование.

– Семья не ропщет, что видит вас не так часто, как хотелось бы?

– Для семьи всегда нахожу время. Мы ценим время, проведенное вместе. Даже 8 Марта у нас общий праздник, поскольку в этот день у меня день рождения. И я не без удовольствия принимаю от своих девочек поздравления и поздравляю их сам.

Наталья АНОХИНА

Фото Александры Торгушниковой, кадры из фильма «Пальма» предоставлены Марс Медиа и Амедиа Продакшн

Рисовое волшебство

Рис не содержит глютена, поэтому подходит для безглютеновой диеты.

Наверное, самой популярной в кулинарии злаковой культурой является рис. Это и отличный гарнир, и прекрасное самостоятельное блюдо, и даже основа для вкусного десерта.

Сегодня мы предлагаем вам несколько рецептов с использованием риса. Попробуйте приготовить что-нибудь из предложенного нами, и наверняка вам понравится.

Нежное куриное филе с ароматным рисом

Американская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г куриного филе, 300 г риса, 2 ст. л. меда, пучок шпината, пучок зеленого лука, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 95 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Рис сварить до готовности.
2 Всю зелень порубить.
3 Филе нарезать на 4 плоских куска.
4 На сковороде разогреть 1 ст. л. растительного масла, насыпать зеленый лук, жарить 1 минуту, помешивая.
5 Выложить на сковороду куски филе, посолить, поперчить, обжарить с обеих сторон (~ 5 минут), выложить на теплую тарелку.
6 Выложить на эту же сковороду рис, посолить, поперчить, перемешать, добавить мед, готовить, помешивая, 5-7 минут.
7 Добавить шпинат, перемешать, готовить еще 2-3 минуты.

Рис с цукини

Турецкая кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г риса, 1 цукини, 2 помидора, 2 ст. л. растительного масла, молотый черный перец, соль.

Калорийность (на 100 г): 81 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Рис сварить до готовности.
2 Цукини и помидоры нарезать небольшими кубиками.
3 В сотейнике разогреть масло, обжарить цукини (5-7 минут), добавить помидоры, обжаривать все вместе еще 5-7 минут.
4 Добавить в сотейник рис, посолить, поперчить, перемешать, снять с огня.

Совет

Как варить рис

Рис засыпать в кипящую воду (на 1 стакан крупы нужно 2 стакана воды), накрыть емкость с рисом крышкой и варить на самом малом огне 18-20 минут. По окончании варки вся вода должна впитаться в рис. Коричневый рис варят точно так же, но воды берут больше – 500-600 мл на 200 г риса. Времени для варки тоже необходимо больше – от 40 минут. Это общий совет. Вместе с тем у многих хозяек есть свои секреты варки риса. Одни обязательно промывают его перед варкой холодной водой, другие – исключительно горячей водой. Есть хозяйки, которые обязательно заранее замачивают крупу, а есть те, которые насыпают рис в сухую кастрюлю, заливают воду на два пальца выше его уровня, накрывают крышкой и варят на самом медленном огне до полного выкипания воды. Словом, способов приготовления риса существует множество.

Кстати

Выбираем рис для…

Собираясь готовить блюдо с рисом, необходимо выбрать правильный, именно тот самый для того или иного блюда. Ведь от вашего выбора зависит не только внешний вид, но и вкус готового блюда. Так, для каш, пудингов и ризотто многие хозяйки выбирают рис, содержащий побольше крахмала, – он хорошо разваривается и немного слипается, приобретая кремовую консистенцию. Как правило, такой рис имеет округлую форму. А для плова или гарниров необходим длиннозерный рис, который разваривается меньше и не слипается.

Кальмары с рисом

Японская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 500 г кальмаров, 200 г риса, 1 луковица, 2 моркови, 1 ст. л. томатной пасты, 1 ч. л. сахара, по 1/3 ч. л. молотого кориандра, базилика и кумина, 1/2 ч. л. куркумы, растительное масло, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 88 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Кальмаров обдать кипятком, удалить пленки и внутренности, опустить на несколько секунд в кипящую подсоленную воду, затем нарезать тонкими полосками.
2 Отдельно сварить до готовности рис.
3 Лук нарезать тонкими полукольцами, морковь – тонкими кружочками.
4 В глубоком сотейнике на растительном масле обжарить лук и морковь.
5 Добавить в сотейник кальмаров, томатную пасту, сахар, соль, специи, влить 50-70 мл горячей воды, перемешать, тушить 3-5 минут.
6 При подаче на тарелки разложить рис, сверху выложить кальмаров.

Рис с чесночным соусом

Узбекская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г риса, 8 зубчиков чеснока, 2,5 ст. л. меда, 1 лимон, 1 апельсин, 1-2 веточки розмарина, 2,5 ст. л. растительного масла, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 136 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 С лимона и апельсина срезать цедру, нарезать тонкой соломкой.
2 Оборвать и мелко нарубить листики розмарина.
3 В ковш сложить цедру, розмарин, чеснок (не очищая), влить масло и 3 ст. л. воды.
4 Накрыть ковш крышкой и поставить на небольшой огонь; готовить ~ 20 минут (чеснок должен стать мягким).
5 Одновременно сварить до готовности рис.
6 Достать чеснок из ковшика шумовкой, слегка остудить, оставшуюся жидкость процедить.
7 Выдавить мякоть чеснока обратно в ковшик, добавить мед, посолить, взбить в пюре с помощью венчика.
8 Рис полить полученным соусом, перемешать и сразу подавать.

ПОСЛОВИЦЫ

Рассыпанный рис сполна не соберёшь.
(Вьетнамская)

Капли воды составляют реку, зёрна риса наполняют корзину.
(Китайская)

На чужом поле рис кажется лучше, свои дети кажутся краше.
(Китайская)

В чужом рисе всегда кость попадается.
(Японская)

Ничего, что мешок грубый, зато рис в нём отборный.
(Бенгальская)

Рис рассыплешь – собрать можно, слово скажешь – назад не вернёшь.
(Корейская)

Светлана ИВАНОВА

Маруся Климова – звезда сериалов «Магомаев», «Проект «Анна Николаевна», «Любовь в нерабочие недели», «За счастьем», «Мелодрама», «Маменькин сынок».

Актриса рассказала о системе питания, вспомнила любимые блюда из детства и поделилась рецептом жареного сулугуни.

Маруся КЛИМОВА: «Люблю бутерброды всех видов

«Менять диеты – не для меня»

– Расскажите, пожалуйста, о ваших главных принципах питания.

– Особых принципов нет. Есть правило: с осторожностью относиться к продуктам, которые могут вызвать аллергию. У меня она может быть на большое количество фруктов, ягод, сладкого, на пищевые красители в продуктах.

– То есть кулинарные эксперименты – не для вас?

– Мой организм чутко реагирует на изменения питания, и я заболеваю. Так что самым действенным способом для меня является уменьшение суточной нормы еды, к которой я привыкла. Менять диеты – не для меня.

– От каких продуктов вы отказались?

– Я не ем то, что вызывает аллергию. Не пью молоко. Что-то просто не люблю – например, сладкое – поэтому и не ем. Не пью все сладкие газировки и энергетики. Но такого продукта или блюда, которое я, например, просто обожаю, но мне пришлось его вычеркнуть и постоянно о нем мечтать, у меня нет. Я очень спокойно отношусь к еде, для меня она не культ. Мне важнее сон.

– Всё же у вас наверняка есть любимые блюда?

– Я люблю бутерброды всех видов, салаты и хороший чай. Это основной мой рацион. Люблю сухарики, часто сама себе их сушу в духовке. Вообще, я люблю хлеб. И стараюсь есть фрукты, хотя к ним равнодушна, и пить много воды.

– Ну а где вы пробовали самую-самую вкусную еду? Существует такое место?

– Мне кажется, в любой стране мира могут готовить и хорошо, и плохо. Когда я первый раз летела в Италию, первое, что я собиралась сделать, – съесть гигантскую пиццу! Мне казалось, что в стране пиццы меня будет ждать только сказочная пицца. Приехали, я побежала в ближайшее кафе, заказала и... была разочарована: она оказалась невкусной! И я поняла, что любое блюдо можно сделать и хорошо, и плохо. Самую вкусную в своей жизни пиццу я, кстати, ела в кафешке в Хабаровске. Ничего вкуснее ее во всем мире нет!

И обжаренный сулугуни

– Любите сочинять блюда – или пользуетесь проверенными рецептами?

– Сочинять у меня получается плохо. Так что сначала я беру рецепт, пробую его, а если блюдо получилось и мне понравилось – тогда уже начинаю импровизировать... А сейчас у меня вообще нет времени готовить: на съемках в Ярославле я живу в гостинице. Когда оказываюсь дома – успеваю только быстро перекусить и бежать дальше. Так что из последнего могу поделиться рецептом жареного сулугуни. Режу сыр небольшими слайсами, обмакиваю в рисовую муку, кидаю на хорошо разогретую сковороду с растительным маслом, обжариваю 2 минуты, выдавливаю на каждый кусочек немного свежего чеснока, секунд за тридцать до конца готовки добавляю свежий помидор, закрываю крышкой. Все! Блюдо готово! Можно есть прямо со сковородки!..

Елена СОКОЛОВА

Фото Вадима Тараканова и из личного архива Маруси Климовой

Дословно

«Увлекалась изготовлением леденцов»

– А вы сами когда научились готовить?

– Где-то в шестом или седьмом классе я сама себе готовила бутерброды и жарила или варила пельмени в обед между школой и тренировкой. И разогревала то, что мама нам оставляла. Ничего особо грандиозного я не делала. Чаще всего готовила гренки: черный хлеб с маслом и солью в сковородке. Это было мое любимое блюдо. Помню, я увлекалась приготовлением леденцов из сахара в домашних условиях и испортила всю столешницу. Так как у нас не было специальных формочек, я грела на газу над огнем сахар в ложке, а потом выливала растопленный уже сахар на столешницу, чтобы сироп застыл, и начинала процедуру заново. Через полчаса, когда на столе остывало лужиц десять, я принималась их отдирать… Готовка – не моя страсть.

Бабушкин торт «Семистаканник»

– А какие мамины вкусности помните из детства?

– Мама делала потрясающие заварные пирожные! А мы с сестрой помогали как могли. Пока тесто поднималось, мы готовили крем: сливочное масло со сгущенкой – и не могли дождаться, подъедали его прямо из тарелки, а мама нас отгоняла, чтобы начинки хватило... А бабушка готовила потрясающий торт «Семистаканник». Так вкусно его получается делать только у нее.

– Что-то из тех тортов и пирожных готовите сейчас?

– Нет, я редко пеку сладости. Для тортов у меня не хватает усидчивости и времени. Да и вообще, не люблю сладкое. Самое, наверное, простое и быстрое, что я иногда делаю, – это хворост и печенье... Для себя мне хватает простой, незамысловатой еды. Но когда есть для кого готовить – то, конечно, мне приятно это делать. Мне нравится удивлять, готовить вкусные блюда – как свои любимые, так и новые, те, что любит тот, для кого я готовлю...

НЕ ЖДИТЕ ОЧЕРЕДИ НА ОПЕРАЦИЮ, ИЗБАВЛЯЙТЕСЬ ОТ КАТАРАКТЫ УЖЕ СЕГОДНЯ

Возрастная катаракта вносит свои коррективы в жизнь каждого пожилого человека. Она начинает свое развитие с помутнения изображения, снижения яркости и четкости предметов, постепенно ухудшая зрение вплоть до слепоты. При этом привычный образ жизни людей обрастает рядом ограничений, которые не позволяют с былой легкостью выполнять даже повседневные дела, например, смотреть телевизор, водить автомобиль или четко видеть лица родных. В то же время приходится забыть не только о простых потребностях, но и о любимых занятиях. Так, рыбаки больше не могут закрепить на крючке наживку, рукодельницы – связать свитер или вышить картину, а путешественники – рассмотреть маршрут на карте.

Возрастная катаракта появляется из-за естественных процессов старения организма, при которых в глазу мутнеет и уплотняется хрусталик. Данное заболевание настигает практически каждого человека на планете, но бояться этого не стоит. Современная офтальмология давно нашла эффективный способ устранения катаракты – замену помутневшего хрусталика на искусственную линзу. Оборудование и профессионализм офтальмохирургов позволяют проводить эту процедуру максимально быстро, качественно и комфортно.

В сети офтальмологических клиник **3Z** ваш путь к хорошему зрению займет всего 1 день*. За это время вы проходите диагностику зрения, подбираете искусственный хрусталик, проводите предоперационную подготовку и саму хирургическую процедуру. При этом всего через пару часов после операции вы возвращаетесь домой, а хорошее зрение восстанавливается в большинстве случаев уже на следующий день.

Как видите, процесс хирургического лечения катаракты в **3Z** простой и понятный, а главное, удобный. Ведь мы постарались оградить вас от всех лишних забот и волнений. Для этого каждому пациенту при хирургическом лечении катаракты предоставляем**:

- персонального менеджера, который консультирует и сопровождает на всех этапах лечения;
- онлайн-общение по всем вопросам хирургии катаракты;
- пакет бесплатных предоперационных анализов и обследований;
- бесплатное такси в клинику на операцию и до дома после операции;
- бесплатное ежегодное диагностическое обследование в течение 3-х лет после хирургического лечения.

Скидка 30%

на диагностику зрения в понедельник, среду и пятницу

3Z Клиники заботы о зрении

м.ВДНХ, ул. Бориса Галушкина,3

8 800 222 31 83

Предложение действует с 01.03.2021 г. по 31.03.2021 г. Предложение не суммируется с другими акциями и скидками.Действует в клинике 3Z в Москве для пациентов возраста 45+.

*При проведении хирургического лечения катаракты на одном глазу. **Консультация хирурга проводится в свободное от приема пациентов время в рамках законодательства РФ. Услуги трансфера осуществляет ООО «Яндекс.Такси» в пределах лимита 1 500 рублей (750 рублей на одну поездку), предоставляется пациенту на операцию и обратно. Бесплатная диагностика предоставляется 1 раз в год в течение 3 лет. Предложение действует при проведении хирургического лечения катаракты в клинике 3Z по адресу: г. Москва, м. ВДНХ, ул. Бориса Галушкина, д. 3. ООО «Три-З», лицензия № ЛО-77-01-020715 от 12.11.2020 г. РЕКЛАМА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Позади мороз – ну здравствуй, поллиноз

Аллергия – заболевание хоть и довольно распространённое, но до сих пор со скоростью пыльцы, носимой ветром, обрастает мифами и домыслами.

Вот хоть убежденность многих в том, что сезонная аллергия проявляется на тополиный пух. Но, конечно, пух тополя сам по себе безобиден. Однако может переносить на внушительные расстояния пыльцу аллергенных растений, например, тимофеевки или овсяницы. Так что же еще нам нужно знать о поллинозе? Давайте разбираться.

ЗНАЙ И ПОМНИ

Деревья активнее всего пылят при температуре воздуха +14-15 градусов, при +18-28 «подключаются» к активному пылению травы. В жаркую погоду (выше 28 градусов) производство пыльцы практически прекращается.

На что у меня аллергия?

На этот вопрос помогут ответить кожные аллергопробы. Суть метода заключается в подкожном введении небольшого количества аллергена. После того как аллерген введен, отслеживается реакция на него организма. Метод достаточно информативный, однако поторопитесь, в разгар цветения аллергических растений, когда вы уже не сможете обойтись без антигистаминных препаратов, применять его не стоит.

Правила безопасных прогулок

- В сухие, ветреные дни по возможности оставайтесь дома.
- Перед выходом на улицу воспользуйтесь барьерным спреем для носа, который защитит слизистую от контакта с аллергенами, образовав после забрызгивания прозрачную гелеобразную пленку, выстилающую носовую полость и служащую естественным барьером для аэроаллергенов.
- При выходе на улицу надевайте очки и по возможности респиратор или медицинскую маску.
- Передвигаясь на личном автотранспорте, не открывайте окна.
- Промывайте нос и глаза проточной водой каждый раз, когда приходите с улицы, принимайте душ, мойте голову, одежду отправляйте в стирку.
- Гулять и проветривать квартиру старайтесь после дождя, а также вечерами после 18 часов.

ДЕРЖИТЕ ПОД РУКОЙ

Мази, кремы с противовоспалительным, ранозаживляющим и (или) антигистаминным эффектом при кожных проявлениях аллергии.

Как подготовиться к аллергосезону

1. По назначению врача пройти курс поддерживающей терапии.
2. Принимать витамины. Так, витамины С, Е и группы В способны уменьшить проявления аллергии и значительно укрепить иммунитет. Дозировку и длительность курса подберет врач, но обычно витамины принимаются весь «опасный» сезон.
3. Соблюдать гипоаллергенную диету. Тут важно знать, что при наличии аллергии на пыльцу аллергик, скорее всего, в период пыления будет реагировать и на так называемые «перекрестные» продукты.
4. Проверить фильтры кондиционера и привести их в порядок.
5. За неделю до начала цветения начать прием антигистаминных препаратов.
6. Запастись барьерным средством для носа и антигистаминными назальными и глазными каплями.
7. Завести дневник наблюдений за состоянием и ежедневно вносить в него данные о самочувствии, принимаемых препаратах и их действии на организм.

Календарь цветения для аллергиков

Поллиноз (сенная лихорадка) – наиболее часто встречающийся вид аллергии. А все потому, что пыльца многих растений крайне аллергенна и вездесуща. Вдохнул – и вот тебе сезонный ринит или астматический приступ. А ведь зная график цветения, можно подготовиться к сезону заранее. Запастись лекарствами, респираторами, пройти поддерживающую терапию и спланировать поездку.

	Март	Апрель	Май	Июнь	Июль	Август	Сентябрь
Средняя полоса России		ольха, ива, орешник, осина, тополь	береза, дуб, клен, сосна	сосна, одуванчик, костер, лисохвост, липа	овсяница, ежа, липа, пырей, тимофеевка, мятлик	полынь, амброзия	полынь, амброзия
Северо-Запад России		лещина, ольха, ива	ольха, ива, береза, ясень, лисохвост, клен, вяз, тополь	ива, береза, ясень, лисохвост, дуб, мятлик, хвойные, злаки, щавель	злаки, щавель, липа	злаки, лебеда, полынь	лебеда, полынь
Юг России	абрикос, алыча, кипарис, верба	верба, вишня, клен, дуб, ясень, персик, платан, сирень, рапс, рис	платан, сирень, рапс, одуванчик, орех, свекла, сосна, каштан, липа, рис лисохвост, шелковица, табак	рапс, рис, каштан, липа, лисохвост, шелковица, табак, дурнишник, камыш, клещевина, лещина, подсолнечник, рожь	табак, лещина, подсолнечник, бузина, лебеда, полынь, софора, амброзия	лещина, подсолнечник, амброзия	амброзия, пырей

Диета при перекрёстной аллергии

На пыльцу злаковых

Стоит исключить из рациона в период цветения этих растений каши и злаки, хлеб, колбасы, мясные консервы, мед, пиво, квас, какао, клубнику, землянику, цитрусовые, сою, бобы, арахис, кукурузу, щавель.

На пыльцу сорных трав

В пору их пыления рекомендуется не употреблять мед, семена подсолнечника и подсолнечное масло, горчицу, майонез, дыню, арбуз, кабачки, баклажаны, помидоры, картофель, спиртные напитки, зелень и специи, цикорий, цитрусовые, бананы, чеснок, морковь, свеклу, шпинат.

На пыльцу деревьев

Воздержитесь от меда, косточковых плодов, яблок, груш, киви, орехов, моркови, зелени, специй, алкоголя, березового сока, картофеля, помидоров, огурцов, лука.

Совет

Запишите в ежедневник

Посетите аллерголога осенью, когда период цветения будет позади. Это наиболее подходящее время для начала лечения аллергенами (АСИТ). Эффект от лечения достигается за счет воздействия на организм аллергенов в возрастающей концентрации, начиная с малых доз. Постепенное повышение дозы позволяет выработать устойчивость к воздействию аллергена. Лечение проводится под строгим контролем врача!

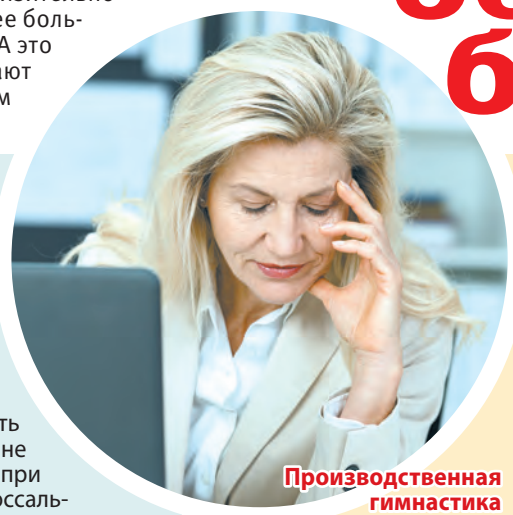
Будьте здоровы и прекрасной вам весны!

Любовь АНИНА

Бухгалтер, бедный мой бухгалтер...

Без этих специалистов не обходится ни одна компания, организация, предприятие.

Эти люди – повелители цифр, отчетов и ведомостей – на самом деле буквально жертвуют своим здоровьем ради выполнения ответственной работы. Обратимся к понятному бухгалтерам языку цифр. В нашей стране живет и работает приблизительно 3,5 миллиона бухгалтеров. Подавляющее большинство из них, около 80 %, женщины. А это значит, что ежедневно все они подвергают свой организм тяжелой нагрузке. Как им помочь?



В графе «Расходы» – суставы и нервы

Во-первых, страдает позвоночник. Остеохондроз шейного отдела – главный «друг» бухгалтера. Так называемый «вдовий горбик», который образуется из-за постоянного вглядывания в монитор и хронического перенапряжения мышц шеи и плеч, стал уже практически приметой бухгалтера со стажем. Помимо эстетического несовершенства он приносит плохой сон, ухудшение памяти, головные боли.

Во-вторых, под ударом оказываются суставы. Постоянно лежащие на столе руки, работа с клавиатурой – и вот появляются боли в запястьях, затем в локтях и, наконец, в плечевых суставах.

В-третьих, постоянную нагрузку испытывает нервная система. Необходимость постоянно держать в голове массу данных, оперировать цифрами и не ошибаться при этом – колоссальная нагрузка. А еще – страх перед проверками и ревизиями, боязнь ошибиться в расчетах. Если нервное напряжение носит постоянный характер, страдают все системы организма.

В-четвёртых, появляются застойные явления. Плохое кровообращение в малом тазу, варикозное расширение вен – вот печальные последствия работы профессиональным бухгалтером, особенно для женщины.

Производственная гимнастика

Без нее не должен обходиться ни один рабочий день. Цифры и расчеты могут 5-10 минут в час потерпеть без вашего внимания. Наклоны, приседания, взмахи руками и ногами помогут разогнать кровь по телу и восстановить нарушенное кровоснабжение.

Массажные валики для шеи. Снять напряжение с мышц шеи важно не только для того, чтобы не рос «горбик», но и для повышения производительности труда.

Что запишем в «Доходы»?

Если человек внимательно относится к цифрам, то не менее внимательно ему следует отнестись и к собственному здоровью. Что можно сделать?

Свежая голова – меньше ошибок и переработок.

Правильное питание. Ваши друзья – долгие углеводы, питание по расписанию, много клетчатки и достаточное количество белков. Сладости, кофе и прочие радости жизни допускаются в ограниченных количествах и только в первой половине дня.

Пищевые добавки. Следует признать, что получать достаточно витаминов и микроэлементов из пищи становится все сложнее. И качество продуктов оставляет желать лучшего, и экология больших городов не способствует оздоровлению. Но мы-то с вами знаем: если где-то недостача, нужно найти источник и исправить ситуацию. Главное – выбирать добавки высокого качества от проверенного производителя.

Двигательная активность. Посвятить 4-5 часов в неделю спорту – не так уж сложно. Нужно только правильно перераспределить временные акти-

вы, и «прибыль» здоровья заметно увеличится. Даже если совсем некогда идти в спортзал, всегда можно 30-40 минут погулять вечером в ближайшем парке или сквере.

Точность – вежливость королей… Из этого следует, что все бухгалтеры как минимум королевы!

Итого

В конце концов, итоговый «отчет» по проекту «Мое здоровье» получите только вы, и от его состояния будет зависеть вся дальнейшая жизнь. Есть смысл просчитать наилучшие для себя варианты, не так ли?

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Как свести ПАПИЛЛОМЫ у мужа?

КЛАРЕОЛ за 1 руб.*

У мужа на спине было несколько папиллом, а с возрастом их стало появляться все больше. В салон идти не хочет, а их все больше и больше! Боюсь, что зацепит и повредит кожу. Подскажите, есть ли что-то доступное, чтобы справиться с нашей проблемой?
Елена С., 43 года

Специалисты нашли простое и очень эффективное решение! Есть такой гель «Клареол», который активно отшелушивает эти непривлекательные наросты. Вы наносите каплю геля «Клареол» на нарост, он темнеет и просто отваливается, а кожа прекрасно восстанавливается. Такой чудо-гель можно использовать в домашних условиях.

Через несколько дней от папилломы не останется и следа!**

Избавьтесь от папиллом и бородавок прямо сейчас!

Закажите сегодня по акции **«Клареол за 1 руб.*»**
по бесплатному телефону: **8-800-100-22-66**

При заказе назовите код акции – КЛ161

ООО «ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ ХОЛДИНГ ДЖИ ЭЛ ЭС МЕДИКАЛ», ОГРН 1187746706510, РФ, 368502, РЕСП. ДАГЕСТАН, Г.ИЗБЕРБАШ, УЛ. Г.ГАМИДОВА, Д.97, КВ.38. НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ. *ПРИ ПОКУПКЕ 1 УПАКОВКИ ЗА ПОЛНУЮ СТОИМОСТЬ ВТОРАЯ УПАКОВКА 1 РУБ. СРОК ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ С 01.10.2020 ПО 30.06.2021. ИНФОРМАЦИЮ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ АКЦИИ, О ПРАВИЛАХ ЕЕ ПРОВЕДЕНИЯ, КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ, СРОКАХ, МЕСТЕ, ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ МОЖЕТЕ УЗНАТЬ ПО ТЕЛ. 8-800-100-22-66. **РЕЗУЛЬТАТЫ МОГУТ ОТЛИЧАТЬСЯ. КОСМЕТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО.

ЧЕШСКАЯ ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ СУСТАВОВ

УКРЕПЛЕНИЕ ГИБКОСТЬ СИЛА АКТИВНОСТЬ МОЛОДОСТЬ

Интенсивное решение суставных проблем

Состав Геладринк® Фаст и Геладринк Фаст Экстра – это проверенный серьёзный помощник «когда ни согнуться – ни разогнуться, ни ступить – ни наступить», а также при дискомфорте и скованности по утрам и после нагрузок. Содержит пептидный коллаген, большое количество мощной босвеллии серрата и важные антиоксиданты. Быстрый положительный результат!

НОВЫЕ ЭТИКЕТКИ 2021 ГОД
Геладринк® ФАСТ

• Порошок 30 сут. доз • Капсулы 30 сут. доз

Суставы любят Геладринк®! 8 (495) 989-16-37 www.geladrink.ru

Произведено в Чехии
Продается в аптеках вашего города!
ЕАПТЕКА apteka.ru

БАД. СОГР № RU.77.99.19.003.E.000002.01.15; RU.77.99.11.003.E.004151.09.18 АО НПК «Катрен» 141402 Химки, Вашутинское ш., вл. 22. Лиц. № ФС-99-02-007598 от 26.12.19 г. ОГРН 1025403638875. ООО «еАптека» Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. эт., пом. 1, ком. 2; Лиц.: № ЛО-77-02-010433 от 13.08.19 г. ОГРН 147746631988.

Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

Банан – вкусный антидепрессант

Банан – один из самых полезных фруктов на планете. А знаете ли вы, что банан – это вовсе не дерево?

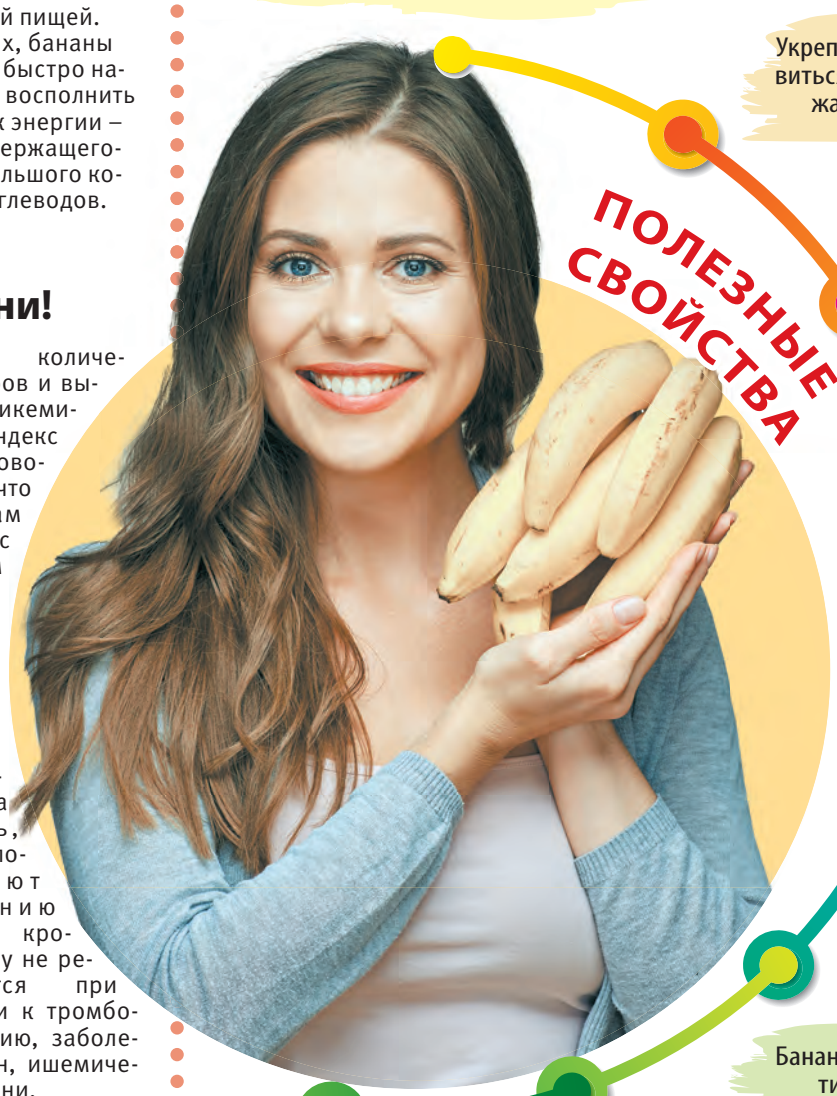
С точки зрения ботаники, это трава, а плод его – самая настоящая ягода. Всего известно более 500 сортов бананов, большую часть которых в пищу не употребляют.
Бананы очень популярны, во-первых, они считаются здоровой и хорошо сбалансированной пищей.
А во-вторых, бананы позволяют быстро насытиться и восполнить недостаток энергии – за счет содержащегося в них большого количества углеводов.

Знай и помни!

Большое количество сахаров и высокий гликемический индекс бананов говорят о том, что диабетикам и людям с лишним весом следует употреблять их с осторожностью.

Вывода из организма жидкость, бананы способствуют повышению вязкости крови, поэтому не рекомендуются при склонности к тромбообразованию, заболеваниях вен, ишемической болезни.

При синдроме раздраженного кишечника бананы могут стимулировать вздутие живота.



Полезные свойства

Является природным антидепрессантом, так как содержит триптофаны, с помощью которых наш организм вырабатывает гормон счастья – серотонин.

Укрепляет нервную систему, помогает справиться со стрессами за счет высокого содержания витаминов группы В и магния.

Способствует повышению работоспособности.

Благотворно влияет на работу ЖКТ за счет высокого содержания клетчатки.

Позитивно влияет на работу сердечно-сосудистой системы за счет высокого содержания калия, кальция и железа.

Помогает стимулировать работу мозга.

Банановая кожура – природный антисептик, помогает уходу за кожей рук.

Участвует в поддержке иммунной системы.

Химический состав бананов

Содержание на 100 г: 1,5 г белков, 0,5 г жиров, 21 г углеводов, 74 г воды, 1,7 г пищевых волокон, 0,4 г органических кислот, 19 г моно- и дисахаридов, энергетическая ценность – 88-96 ккал (зависит от сорта и спелости).

Минералы: калий (348 мг), кальций (8 мг), магний (42 мг), натрий (31 мг), фосфор (28 мг), железо (0,6 мг).

Витамины: A, B1, B2, B5, B6, B9, C, E, K, PP, бета-каротин, холин.

Подробности

1 банан – это:

- 10% суточной потребности в клетчатке (3 г)
- 10-12% суточной потребности в калии (480 мг)
- 30% суточной нормы витамина B9 (0,6 мг)
- 8-10% суточной потребности в магнии (36-42 мг)

– Доктор, я очень располнела!
– Ну что же... Я назначаю вам новую диету: кефир, бананы и немного постного...
– До еды или после?

Как выбирать и хранить бананы

При выборе ориентируемся на цвет – банан должен быть ровным и однотонным.

В идеале хвостик чуть зеленый, это указывает на свежесть банана. Чтобы банан дозрел, помещаем его в затемненное место (на свету фрукт чернеет). Зрелый банан в холодильнике не хранится, идеальная температура для хранения – 15 градусов.

Цифры и факты

Хоть банан и является травой, его стебель может вырасти до 10 метров высотой! А диаметр ствола банана достигает 40 см.

А если банан неспелый?

Некоторые диетологи считают, что предпочтительнее в пищу употреблять слегка недозревшие бананы. Они содержат крахмал, который еще не перешел в сахар. Гликемический индекс недозрелого банана – 30 единиц, а зрелого – почти 50. Недозрелый дольше усваивается, приносит длительное насыщение.

Виды бананов

Кроме съедобных видов существуют декоративные и дикие. Съедобные условно делят на десертные, у которых сладкая мякоть, и плантаны, у которых твердая крахмалистая сердцевина. Десертные обычно едят в сыром или сушеном виде, вторые требуют термической обработки или идут на корм скоту.

На Яве растут бананы голубого цвета, а Флорида и Гавайи подарили миру бананы «Ае Ае», которые похожи на кабачок чередованием светлых и темно-зеленых полос.

Ученые вывели сорт «Красный кавендиш», который кроме окраса шкурки удивляет сливочным вкусом с нотками малины.

Светлана ИВАНОВА

Посадим кусты для дачной красоты

Если ваш дачный участок требует озеленения, то предлагаем рассмотреть в качестве кандидатов на посадку декоративные кустарники.

В зависимости от имеющейся площади и особенностей рельефа, а также климатических условий, можно подобрать растения, которые будут радовать глаз и приносить удовольствие своим присутствием.

Определимся с задачами

Для создания живой изгороди можно рассмотреть для посадки такие кустарники, как терн, кизил, барбарис.

Для невысокого ограждения могут подойти липа мелколистная, самшит вечнозеленый, тисс ягодный, лапчатка кустарниковая, смородина золотистая и др. При возведении высокой формованной изгороди следует обратить внимание на вяз мелколистный, виргинский можжевельник, тую западную, терн (быстро разрастается, но хорошо переносит обрезку).

КСТАТИ

Еще один аргумент в пользу весенней посадки: в апреле-мае достаточно большой выбор саженцев, так как поставки материала в этот период наиболее активные.

Весной или осенью?

Посадку кустарников обычно проводят весной или осенью. Основная опасность весенней посадки – пересыхание корневой системы. Чтобы этого избежать, при транспортировке и хранении следует внимательно следить за тем, чтобы корни (земляной ком) всегда были влажными, а ветви находились вдали от палящих лучей весеннего солнца и ветра.

Проводить посадку можно сразу же после оттаивания почвы и до начала активного роста побегов (для средней полосы этот период приходится обычно на начало апреля – первую неделю мая).

Готовим «квартиру» для нового жильца

Территория для посадок должна быть подготовлена: выровнена и очищена, почва улучшена, выкопана ямка для саженца. При установке растения в яму важно, чтобы корневая шейка (утолщение основания ствола, где он переходит в корни) не была заглублена. Если она заглублена, то нужно ее освободить. Для этого следует убрать часть почвы с кома (или контейнера). Корневая шейка должна находиться на уровне почвы (допускается чуть выше), но ни в коем случае не заглублена.

Валерия ПАШЕЧКИНА

Правила посадки

Как только вы доставили саженцы на участок, стоит приступить к посадке. Это обеспечит растениям высокую приживаемость. Особенно актуально это правило в весенний период, когда температура воздуха повышается достаточно быстро. При повышении температуры растения вступают в стадию роста, поэтому им нужен более тщательный уход. Если сразу «заселить» кустарник не получается, то оставьте его в тени до момента посадки.

Выбираем место

Большинство кустарников комфортно себя чувствуют в условиях солнца или небольшой полутени, супесчаной или суглинистой почвы с большим содержанием органических и минеральных веществ в условиях средней влажности почвы. Уровень pH должен стремиться к 6-7 (нейтральный). Если условия выращивания не соответствуют оптимальным для растения показателям, ищите тот вид растения, который будет подходить для заданных условий. Лучше потратить чуть больше времени на поиск нужного саженца, чем потом пытаться «угодить» неподходящему экземпляру.

– Сын, а не поехать ли нам туда, где много бабок, капусты и зелени?
– Папа, сегодня мне некогда, поезжайте на дачу без меня!

Уход после посадки

В первое время после посадки растение нуждается в вашем внимании. Его следует поливать, выпрямлять (если оно наклонилось), подсыпать почву в осевшие посадочные ямы.

Регулярность полива зависит от погодных условий: если весна теплая, нужно поливать чаще, в дождь полив лучше ограничить, но в среднем – не менее одного раза в неделю. Обильный полив крупных кустарников производят из шланга из расчета 75-100 литров воды на 1 кв. м.

Пока молодые растения не приживутся, их не нужно подкармливать, чтобы корневая система развивалась сильной и здоровой. Обращаем внимание, что в первый год после посадки, пока растение еще не окрепло, оно больше подвержено риску заболеваний. Если у вас возникли подозрения, что растение поражено вредителями или болезнями, важно вовремя принять необходимые меры для борьбы с возбудителями заболевания.

Перекись водорода: много талантов в одном флаконе

Перекись водорода – всем известная бесцветная жидкость с мощными окислительными свойствами, применяемая для медицинских целей.

Но домохозяйки давно убедились, что перекись водорода можно использовать и для нужд домашнего хозяйства: для очистки, уборки и дезинфекции. Предлагаем несколько интересных идей ее применения.

1 ОБРАБОТКА НЕМЕТАЛЛИЧЕСКИХ ПОВЕРХНОСТЕЙ В ДОМЕ. Распылите 3-процентную перекись водорода на горизонтальные поверхности, оставьте на несколько минут, затем сполосните и протрите.

2 ОЗДОРОВЛЕНИЕ РАСТЕНИЙ. Перекись водорода отлично влияет на растения: способствует росту, лечит корневые гнили и грибок. Чтобы усилить рост растений и продезинфицировать корневую систему, добавьте перекись в воду для полива, а для дезинфекции листьев и их оздоровления этим раствором опрыскайте растения из пульверизатора.

3 МЫТЬЁ РАЗДЕЛОЧНЫХ ДОСОК. Деревянные разделочные доски со временем накапливают на поверхности частички пищи и бактерии. С помощью обычных средств для мытья посуды проблему не решить. Для дезинфекции помойте доску обычным способом и облейте или распылите на нее 3-процентную перекись водорода, подождите 10 минут, ополосните водой и тщательно высушите.

4 ДЕЗИНФЕКЦИЯ ЗУБНЫХ ЩЁТОК. Чтобы не менять зубные щетки каждый месяц, раз в неделю прополощите их в перекиси водорода. Это поможет уничтожить бактерии и продлить срок эксплуатации щетки.

5 ВАННОЧКА ДЛЯ НОГ. Добавьте перекись в воду из расчета 1 часть перекиси на 3 части воды, чтобы смягчить мозоли и натоптыши, уничтожить бактерии, вызывающие неприятный запах.

6 ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ РЖАВЧИНЫ. Перекись водорода может с успехом удалять ржавчину. Смешайте в емкости 1 столовую ложку лимонного сока, щепотку соды и несколько капель перекиси водорода. Нужно втереть получившуюся пасту в ржавую поверхность, оставить на полчаса, а затем тщательно промыть водой. Это средство с успехом удаляет оранжевые пятна в раковине, ванной, на инструментах.

7 УДАЛЕНИЕ НЕПРИЯТНЫХ ЗАПАХОВ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ. Чтобы провести его дезинфекцию, достаточно протереть полки перекисью водорода. Это поможет удалить микробы и пятна.

8 ВЫВЕДЕНИЕ ПЯТЕН С ОДЕЖДЫ. Пятна биологического происхождения (пот и кровь) сложно удалить без использования едких химических средств. Заменить химию может перекись водорода. Смешайте две части перекиси с одной частью моющего средства и нанесите на пятно (если используете перекись на цветных тканях, сначала попробуйте на незаметном участке!).

Хозяйка спрашивает у гостя:
– Что-нибудь хотите? Чай, кофе?
– А что-нибудь покрепче?
– Вот, орехи...

9 ЧИСТКА ПЛИТКИ И МЕЖПЛИТОЧНЫХ ШВОВ. Приготовьте эффективное средство для чистки плитки и швов: 0,5 стакана пищевой соды, 0,25 стакана перекиси водорода, 1 чайная ложка жидкого мыла для посуды. Закройте емкость крышкой и потрясите до полного смешивания. При работе с раствором используйте перчатки! Нанесите раствор на плитку и швы, оставьте на 10 минут, смойте водой.

Светлана СИДОРЧУК

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

ЛЕГЕНДАРНЫЙ ФЛОТ ПОДВОДНЫЙ

19 марта 1906 года в состав флота России были введены подводные лодки. Наша викторина посвящена истории подводного флота России, которому в 2021 году исполняется 115 лет.

1. Крестьянин Ефим Никонов написал челобитную Петру I, в которой заявил о том, что может построить корабль, который способен «потаённо ходить по самому дну». Да ещё и «к военному случаю на неприятеля угодный». Царь велел доставить уроженца села Покровское-Рубцово (близ подмосковной Истры) в Санкт-Петербург. 300 лет назад, в марте 1721 года, на суд царя и Адмиралтейства было представлено «потаённое судно». В районе Галерного двора судно по орудийному выстрелу погрузилось в Неву, проделало путь до противоположного берега, всплыло, снова погрузилось и всплыло почти у Галерной верфи. Что приводило в движение «потаённое судно «Морель»?

а) Его толкали водолазы.
б) Оно шло с помощью весел.
в) Движению судна помогал трос, проложенный по дну Невы.

2. Советская дизель-электрическая торпедная подводная лодка «Красногвардеец» была построена в 1927-1930 гг. Она стала первой из советских подводных лодок, совершивших именно это в 1938 году…

а) Сняла дрейфующих на полярной станции «Северный полюс-1» людей.
б) Совершила самое долгое для того времени автономное плавание без всплытия.
в) Прошла подо льдами.

3. По проекту корабельного инженера Ивана Григорьевича Бубнова на Балтийском заводе была построена первая (официально зачисленная в списки кораблей Российского флота) русская боевая подводная лодка. «Дельфин» был оснащён бензиновым мотором и электродвигателем. Как по документам значилось на флоте погружающееся судно для береговой охраны?

а) Батиплан.
б) Броненосец.
в) Миноносец.

4. Это знаменитый подводник номер один, названный так советской печатью после потопления судна военно-морского флота нацистов в январе 1945 года. Он является рекордсменом (среди советских подводников-командиров) по суммарному тоннажу потопленных судов противника. Вспомните, как звали Героя Советского Союза, капитана третьего ранга, командовавшего легендарной подводной лодкой С-13?

а) Александр Маринеску.
б) Николай Лунин.
в) Магомед Гаджиев.

5. Во время Второй мировой войны подводные лодки после выстрела акустической торпедой с небольшого расстояния немедленно погружались в воду. Почему?

а) Могли подорваться на своей торпеде.
б) Чтобы надежно спрятаться от противника.
в) Могли изменить курс торпеды своей массой.

6. В фантастическом фильме «Тайна двух океанов» действие происходит на подводной лодке «Пионер», которая идёт из Ленинграда во Владивосток, чтобы выяснить причины, по которым тонут суда. Службе безопасности удаётся выяснить, что на борту «Пионера» находится шпион. В результате вражеский шпион был вычислен и обезврежен. Что интересно, кино опередило время. Чем?

а) Скоростью перемещения субмарины.
б) Наличием в экипаже женщин.
в) Водолазным оборудованием.

ОТВЕТЫ

1-б. «Потаённое судно» проделало путь под водой при помощи весельной тяги. На макете этого судна в Сестрорецке – два весла.
2-в. Подлодка вышла в район дрейфующей полярной станции для поддержки радиосвязи между спасательными судами и дирижаблем, преодолела 5-кабельтовую (1 097,280 м) ледовую перемычку и впервые вышла в Западное полушарие.
3-в. Работы над «миноносцем № 113» – такое первое название было у подлодки «Дельфин» – велись на Опытовом судостроительном бассейне (первый в России опытовый бассейн был построен в Санкт-Петербурге в районе Новой Голландии) и имели статус секретных. С начала проектирования в 1901 году и до 1917 года по проекту И.Г. Бубнова было построено 32 лодки.
4-а. Александр Маринеску. Николай Лунин и Магомед Гаджиев также были отважными подводниками и за свои подвиги были удостоены высокого звания Героев Советского Союза.
5-а. Была опасность, что акустическая торпеда сработает на шум винтов самой стреляющей подлодки.
6-б. Таких огромных субмарин, как «Пионер», не строят. Экипажи – мужские, а в фильме в его составе военврач и радистка – женщины.

Вырастим бальзамин из семечка

Ванька мокрый, бальзамин, огонёк, недотрога – это четыре имени одного и того же растения.

Этот цветок быстро растет и активно цветет. Им можно украсить подоконник квартиры и даже балкон. Бальзамин можно также посадить в саду, а летом при желании выкопать и занести в дом. И что особенно приятно, это красивое растение без особого труда можно вырастить из семян и получить настоящее разноцветие на протяжении как минимум с мая и до конца сентября.

Когда сажать

Если вы созрели в своем желании, со второй половины марта уже можно посеять семена.

Как сажать

Подходящей емкостью для посадки семян будет широкий и неглубокий ящик, контейнер, годится даже плошка высотой сантиметров десять. Ширина и длина выбирается в зависимости от количества семян, которые вы планируете посадить. В любой емкости для посадки обязательно должны быть дренажные отверстия и, конечно, сам дренаж. Землю лучше выбирать легкую и рыхлую. Можно использовать специальный грунт для рассады, добавив для большей рыхлости песок, перлит, вермикулит.

– Вторую неделю он мне дарит цветы. Теперь я думаю, либо он понял, что я такая хорошая, либо он что-то плохое сделал…

Семена бальзамина довольно крупные. Расстояние между семенами при посадке должно быть примерно 3 см. Сверху семена желательно слегка присыпать землей, после этого полить из пульверизатора и накрыть сверху полиэтиленовым пакетом или пленкой для создания теплички и лучшего прорастания. Созданный парник поставить в теплое место. Температурный режим – желательно в районе 25 градусов. Ежедневно парник надо открывать минут на 15-20 для проветривания. Следите, чтобы грунт не пересыхал. Если необходимо, дополнительно увлажните почву. Как только появятся всходы, увеличивайте время проветривания – начиная от часа в день, постепенно доведя до шести часов. По мере роста семян окончательно уберите пленку. Обратите внимание, что семена могут всходить постепенно, а не сразу вместе и дружно.

Как пленка убрана полностью, поливать растения нужно чаще – делать это надо очень аккуратно, с краю емкости, без переувлажнения. По мере роста растения пересаживают в новые емкости. Пикировку бальзамин переносит очень хорошо.

Уход

Бальзамину нужен рассеянный свет на протяжении всего года. Температура содержания желательно невысокая, около 20 градусов. Если он растет дома, можно вынести цветок на летнее время на балкон, только не ставить его под прямые солнечные лучи. Помните, что нельзя допускать пересыхания почвы, это может губительно сказаться на растении, однако излишнее переувлажнение тоже вредно для бальзамина.

КСТАТИ

Говорят, что клад найти в лесу достаточно просто. Для этого надо отыскать поляну с цветущим папоротником – под цветами и будут зарыты сокровища. Но это только в легендах и сказках. А в реальной жизни, как известно, папоротники не цветут.

ДЕТАЛИ

В Китае, Индии и Азии произрастают некоторые разновидности бальзамина, которые считаются очень ценными – ещё бы, ведь из них производят хну.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Питомник растений Солнечный

ЭТО УДИВИТЕЛЬНОЕ СЕМЕЙНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ С 23-ЛЕТНИМ ОПЫТОМ ВЫРАЩИВАНИЯ ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННОГО ПОСАДОЧНОГО МАТЕРИАЛА

Предлагаем Вам качественные, устойчивые и урожайные сорта саженцев **без ПРЕДОПЛАТЫ!**
Собственное производство позволяет держать минимальные цены на саженцы с очень высоким качеством.
Мы с любовью выращиваем каждый саженец, окружая его заботой и вниманием.
Именно из таких растений и получается по-настоящему роскошный сад, который радует всю семью.
Доставка посадочного материала осуществляется Почтой России, наложенным платежом без **предоплат!**

ЯБЛОНЯ САНРАЙЗ

Отличный, очень урожайный сорт! Дерево слаборослое. Плоды средне-крупные. Окраска ярко-красная практически по всей поверхности плода. Мякоть кремоватая, сочная, хрустящая, с превосходным ароматом. Вкус сладкий с кислинкой, гармоничный. Плоды созревают не одновременно, не осыпаются. Плоды яблони с отличной транспортабельностью. Сорт устойчив к парше, морозостойкость высокая.

ГРЕЦКИЙ ОРЕХ УРОЖАЙНЫЙ

Это старый проверенный сорт. Название связано с высокими показателями плодовитости. Высота дерева до 6 м, устойчив к холодам. Благодаря этому качеству, сорт подходит для повсеместного выращивания! Показатели урожайности очень высоки, поэтому сорт назван Урожайным. Плоды вкусные и маслянистые, скорлупа очень тонкая. Устойчив к заболеваниям и атакам вредителей.

РОЗА КЛОД БРАССЕР

Обладает пленительным и воодушевляющим сиреневым цветом. Пасмурная погода делает этот цветок ещё краше, цвет становится более насыщенным, веющим холодком. Внешний шик роз обусловлен махровостью цветка, в одном бутоне насчитывается порядка 70 лепестков, что и говорить о размере, который достигает 14 см. Летом роза не раз порадует Вас своими цветами, повторно выпуская их на свежем зелёном кусте высотой около 90 см.

ЧЕРЕШНЯ БРЯНСКАЯ РОЗОВАЯ

Очень популярный зимостойкий сорт черешни с повышенной устойчивостью к грибковым заболеваниям. Её вкусные красивые плоды не растрескиваются на дереве и хорошо переносят транспортировку после сбора. Ягоды не растрескиваются, если в период их созревания стоит дождливая погода. По назначению плоды черешни универсальны: они замечательно подходят как для употребления в свежем

виде, так и для различных видов консервации. Лучший опылитель Ипуть, Овстуженка.

ГОРТЕНЗИЯ ПИНК КВИН

Красивый кустарник высотой до 2-2,5 м. У него пышная крона с прямостоящими ветвями, тёмно-зелёными крупными листьями. Обильно цветёт с июля по октябрь. Крупные соцветия конической формы длиной до 30-35 см состоят из цветков с крупными лепестками. Сначала они в кремовых тонах, со временем становятся ярко-розовыми. Обладает высокой зимостойкостью.

ВИНОГРАД КЕША

Превосходные вкусовые характеристики оцениваются очень высоко, равно как и критерии

плодоношения. Плоды винограда Кеша имеют следующие характеристики: размер крупный, окраска светло-янтарная, форма чаще округлая либо овальная, благодаря плотной кожуре плодов этот виноград можно без проблем транспортировать на длительные расстояния, сохраняя его товарные характеристики.

ФУНДУК ТРАПЕЗУНД

Самый необыкновенный и высокоурожайный из всех сортов лесного ореха. Отличие его заключается в размерах – это самый крупный из всех мировых сортов. У него большая жирность – 72 %. Плоды имеют округлую форму и тёмную коричневую скорлупу с лёгким глянцем. Вес около 3 г.

ЗАКАЗ МОЖНО ОФОРМИТЬ:

1. по телефонам:
8 (800) 600-53-24 (звонок бесплатный),
8 (905) 393-21-11, 8 (937) 091-98-87
каждый день по будням
с 8:00 до 18:00,
суббота, воскресенье – выходные
2. через интернет-магазин
WWW.SOLAR34.RU
3. отправить письмо по почте на адрес:
404011, Волгоградская область,
Дубовский район, с. Пичуга,
ул. Московская, 59.

Всю необходимую информацию и полный каталог растений вы можете найти на нашем сайте **WWW.SOLAR34.RU**

Заказы принимаются с 01.12.2020 г. до 10.05.2021 г.
Отправка заказов с саженцами производится в весенний посадочный сезон (ограничения по отправке в соответствии с климатической зоной заказчика).
Минимальная сумма заказа 2000 ₽

Также можно заказать БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ растений ВЕСНА 2021 по телефону или написать письмо с просьбой выслать каталог.

12+

ООО «ВЕЛЕС», Волгоградская область, Дубовский район, с. Пичуга, ул. Московская, д. 59, ОГРН 1163443063960. РЕКЛАМА

ПЕРВЫЙ

09.50 Жить здорово! (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
На суде Прохор называет Ибрагима убийцей. Нина также дает показания против Ибрагима. Тот проклинает обоих. Проходят годы. Прохор женат на Нине. У них подрастает дочь Верочка.
22.30 Премьера сезона. «Док-ток». (16+)
23.30 Вечерний Ургант. (16+)
00.10 Познер. (16+)
01.10 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)
03.35 Мужское / Женское. (16+)

РОССИЯ

14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)
Сергею делают операцию. Лариса досадует на Брагина, что тот столько времени скрывал от неё диагноз её бывшего мужа.
17.00 Вести
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ. НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)
На рыболовецком траулере в сетях с рыбой обнаружено тело Анатолия Ильина со следом удара на виске. Дроздов отправляет Москвину в порт проверить труп. В одежде убитого она находит пакетик с двумя таблетками «дракона» - нового малоизвестного наркотика.
00.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)

ТВЦ

18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)

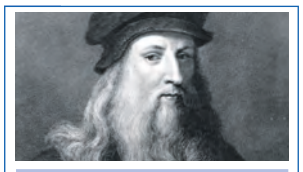
06.00 «Настроение»
08.10 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (0+)
10.00 «Валентина Теличкина. Начать с нуля». (12+)
10.55 Городское собрание. (12+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.55 Город новостей
15.10 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
16.55 «Прощание». (16+)
17.50 События
18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
22.00 События
22.35 Специальный репортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «Владимир Басов. Ревнивый Дуремар». (16+)
01.35 «Знак качества». (16+)
02.15 «Сталин против Ленина. Поверженный кумир». (12+)
02.55 «Осторожно, мошенники!» (16+)
03.20 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
04.40 «Валентина Теличкина. Начать с нуля». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

НТВ

16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)

05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)
17.15 ДНК. (16+)
18.15 «ПЁС». (16+)
Из музея похищен древний артефакт «Посох Ярослава». Макс при поиске преступников, как обычно, использует не совсем обычные методы, что вызывает резкое осуждение со стороны Лены и Леонидова.
19.00 Сегодня
19.40 «ПЁС». (16+)
21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)
В Байкальский национальный заповедник приезжает опытный инспектор природоохраны Юрий Тарханов.
23.20 Сегодня
23.35 Основано на реальных событиях. (16+)
01.10 Место встречи. (16+)
02.50 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

РОССИЯ К Культура



13.30 «Леонардо. Пять веков спустя»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Другие Романовы»
07.35 18.35 23.50 «Величайшие изобретения человечества»
08.35 18.20 «Красивая планета»
08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.40 XX век
12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»
13.15 «Первые в мире»
13.30 «Леонардо. Пять веков спустя»
15.05 Новости. Подробно
15.20 «Агора»
16.30 02.00 История искусства
17.25 II Московский международный фестиваль искусств Юрия Башмета. Открытие фестиваля. «Маяковский и Есенин». Михаил Пореченков, Юрий Башмет и Камерный ансамбль «Солисты Москвы»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Сергей Колтаков. Дар напрасный, дар случайный?»
21.30 «Сати. Нескучная классика...»
23.00 «Без срока давности»

СТС

20.00 «ФОРСАЖ-8». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.15 «Маги. Истории Аркадии». (6+)
06.40 Между нами шоу. (16+)
07.45 «Сезон охоты». (12+)
09.25 «ДЖУМАНДЖИ». (0+)
11.35 «ДЖУМАНДЖИ. НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)
США, 2019 г. Фэнтези. В ролях: Дуэйн Джонсон, Джек Блэк, Кевин Харт. Затосковав по былым подвигам, Спенсер втайне восстанавливает чудо-приставку...
14.00 Премьера! «Галилео». (12+)
14.50 Уральские пельмени. (16+)
14.55 «ДЫЛДЫ». (16+)
20.00 «ФОРСАЖ-8». (12+)
Китай - США - Япония, 2017 г. Боевик. В ролях: Вин Дизель, Дуэйн Джонсон, Джейсон Стэйтем. У Доминика и Летти медовый месяц. Брайан и Миа отошли от дел. С остальных членов команды были сняты обвинения, и они наконец-то смогли начать нормальную жизнь.
22.45 Премьера! Колледж. (16+)
00.10 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.10 «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ». (16+)
03.00 «ДЖУМАНДЖИ». (0+)
04.35 «Сезон охоты. Страшно глупо!» (6+)
05.50 Ералаш. (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.25 09.25 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ. ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
09.00 13.00 «Известия»
13.25 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ. ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
17.30 «Известия»
17.45 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ. ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.30 «СЛЕД». (16+)
01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.25 «Известия»
03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.10 «Подводный флот Великой Отечественной войны». (12+)
07.00 «Сегодня утром»
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
09.20 10.05 13.15 «Диверсанты». (16+)
10.00 14.00 Военные новости
13.40 14.05 «ОРДЕН». (12+)
18.30 «Специальный репортаж». (12+)
18.50 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)
19.40 «Скрытые угрозы». (12+)
20.25 «Загадки века». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+)

ОТР

06.00 00.30 «Активная среда». (12+)
06.30 «Путешествие в классику». (12+)
07.25 «Хит-микс RU.TV» с Еленой Север. (12+)
08.15 15.15 «Календарь». (12+)
09.10 16.30 «Врачи». (12+)
09.35 16.10 «Среда обитания». (12+)
10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости
10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)
12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТРажение»
17.05 18.05 «ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
19.20 23.50 «Прав!Да?» (12+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
12.45 13.45 15.45 16.35 01.30 04.30 «ГОСТ». (12+)
12.50 14.45 16.40 «Историс». (12+)
13.50 15.50 17.35 01.45 04.45 «Доктор 24». (12+)
14.40 17.30 «The City». (12+)
15.20 «Торги Москвы». (12+)
18.30 Познавательный фильм. (12+)
19.02 «Москва сегодня». (16+)
19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
20.30 00.30 «Рейд». (16+)
21.15 23.45 02.35 «Московский патруль». (16+)
21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
00.05 «The City. Говорим»
02.45 «Сеть». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 «Мультфильмы». (6+)
07.30 «ВЛАСИК. ТЕНЬ СТАЛИНА». (16+)
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.30 «Самое вкусное». (12+)
12.00 «Новости 360»
12.30 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (12+)
Россия, 2005 г. Драма. В ролях: Анна Большова, Лада Дэнс, Александр Дьяченко.
14.20 «САКВОЯЖ СО СВЕТЛЫМ БУДУЩИМ». (12+)
15.20 «ПУТЕЙЦЫ-2». (16+)
17.00 «Самое яркое». (16+)
18.00 «ВЛАСИК. ТЕНЬ СТАЛИНА». (16+)
20.00 «Новости 360»
20.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 «ПУТЕЙЦЫ-2». (16+)
23.55 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.20 07.55 03.30 05.00 «Тайны кино». (12+)
07.05 04.15 05.45 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
08.40 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
11.10 Это было смешно. (12+)
11.40 20.00 «ИГРА ВСЕРЬЁЗ». (16+)
13.50 22.00 «ВА-БАНК». (12+)
15.35 23.45 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ ОДНОГО ГОДА». (6+)
17.40 Звёзды советского экрана. (12+)
18.10 02.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
01.30 «Москва на все времена». (12+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены 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

РЕН

20.00 «ПРИБЫТИЕ». (16+)

05.00 04.20 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!»
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 Засекреченные списки. (16+)
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 Документальный спецпроект. (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
22.20 «Водить по-русски»
23.30 «Неизвестная история». (16+)
00.30 «ОЗ: ВЕЛИКИЙ И УЖАСНЫЙ». (12+)

ТНТ

20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «Мама Life». (16+)
08.30 «САШАТАНЯ». (16+)
09.00 «Танцы. Последний сезон». (16+)
11.00 «ББ шоу». (16+)
12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
Украден меч Эралтара - самый дорогой предмет в онлайн-игре.
22.05 «Где логика?» (16+)
23.05 «Stand up. Дайджест». (16+)
00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
01.10 «Такое кино!» (16+)
01.40 «Импровизация». (16+)
03.20 «Comedy Баттл». (16+)
04.05 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
05.45 «ТНТ. Best». (16+)

ТВ-3

23.00 «АСТРАЛ: ГЛАВА 2». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
16.55 «Старец». (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
Хирург Шон Мерфи приезжает в Сан-Хосе, чтобы работать в местной клинике. У Мерфи аутизм и синдром Саванта. Ему сложно находить с другими общий язык. Совет врачей клиники ждет его на собеседование. Главврач Глассман пытается отстоять кандидатуру Мерфи перед советом.
23.00 «АСТРАЛ: ГЛАВА 2». (16+)
01.15 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
02.15 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)
03.45 «Тайные знаки». (16+)

ЧЕ

07.30 КВН Best. (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения.
06.35 Каламбур. (16+)
07.30 КВН Best. (16+)
09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом. Лучше быть телезрителем, чем участником!
10.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
11.30 Улётное видео. (16+)
13.00 Дизель шоу. (16+)
15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+)
19.00 Дизель шоу. (16+)
21.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Улётное видео. (16+)

МАТЧ ТВ

23.30 «РОККИ». (16+)

06.00, 08.55, 12.00, 14.05, 16.10 Новости
06.05, 12.05, 23.10 Все на Матч!
09.00, 12.45 Специальный репортаж. (12+)
09.20 Профес. бокс. (16+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.30 Зимние виды спорта. Обзор. (0+)
13.05 Еврофутбол. Обзор. (0+)
14.10, 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
16.15 Все на хоккей!
16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток».Пр.тр.
19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад». «Динамо» - СКА. Пр.тр.
21.50 Все на футбол!
22.40 Тотальный футбол. (12+)
23.30 «РОККИ». (16+)
01.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)

ДОМАШНИЙ

12.40 «Понять. Простить». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.25 Давай разведёмся! (16+)
09.30 Тест на отцовство. (16+)
11.40 «Реальная мистика». (16+)
12.40 «Понять. Простить». (16+)
13.45 «Порча». (16+)
14.15 «Знахарка». (16+)
14.50 «ПЕРВЫЙ РАЗ ПРОЩАЕТСЯ». (16+)
19.00 «ПОГОВОРИ С НЕЙ». (16+)
23.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)
01.00 «МОЙ ОСЕННИЙ БЛЮЗ». (16+)
03.00 «Порча». (16+)
03.25 «Знахарка». (16+)
03.50 «Понять. Простить». (16+)
04.40 «Реальная мистика». (16+)
05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)
06.15 «6 кадров». (16+)

А? «Аудионика» в Москве!

«Аудионика» открыла новое отделение в Москве. Теперь мы сможем помогать еще большему количеству людей!

Наша миссия – дать всем людям с проблемами слуха возможность хорошо слышать и уверенно общаться, быть полноценными участниками социальной жизни.

Мы работаем в 15 городах России, к нам обращаются самые разные люди вне зависимости от пола и возраста.

И мы помогаем им:

- Проверка слуха
- Подбор и настройка цифровых слуховых аппаратов
- Адаптация
- Сервисное сопровождение на протяжении всего времени ношения аппаратов

Мы каждый день повышаем качество обслуживания. Для нас критически важно, чтобы вам было комфортно: никаких очередей, уважительное обращение и понятные консультации.

Начните слышать уже сегодня.

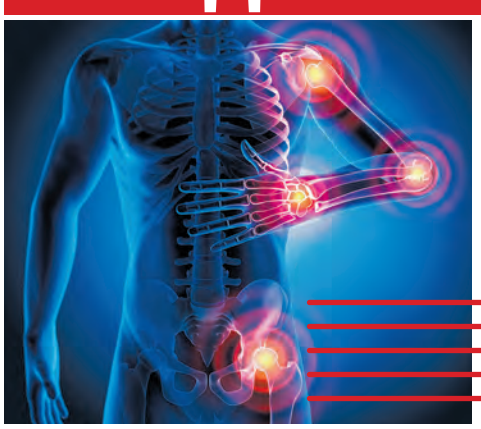
В честь открытия в Москве до 31 марта – бесплатная диагностика слуха и консультация эксперта*

Запишитесь
по номеру телефона
8 (499) 961-30-50

**ВАШ СЛУХ –
НАША ЗАБОТА!**

*Акция действует с 01.02.2021 по 28.02.2021 г. Реклама.

НАЙДЕНА «ФОРМУЛА ЗДОРОВЬЯ» СУСТАВОВ



В состав комплекса не входят синтетические компоненты неорганического происхождения. Способ применения: по рекомендации специалиста, возможны противопоказания. Перед применением ознакомьтесь с инструкцией. РЕКЛАМА

Проблемы с опорно-двигательным аппаратом являются настоящим бичом людей среднего и старшего возраста. С возрастом нам все труднее двигаться, труднее бороться с дискомфортом в суставах, труднее мириться с дилеммой: количество перепробованных средств растет, а результат не радует. Почему?

Ткани суставов очень плотные! Это хрящи, фиброзные связки, костные эпифизы. Полезные компоненты проникают сюда с трудом!

ЗДОРОВЫЕ ПОДВИЖНЫЕ СУСТАВЫ С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ!

БИАРТЕКС (BIARTEX) СПОСОБСТВУЕТ:

- **увеличению вязкости синовиальной жидкости**
- **поддержанию суставов на клеточном уровне**
- **облегчению дискомфортных ощущений**
- **чистке, омоложению и питанию суставных тканей**
- **предотвращению возрастных изменений**

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ:

Наука находится в постоянном поиске формул с высокой биодоступностью именно для суставов. И вот, достигнут беспрецедентный результат! Создан современный комплекс **БИАРТЕКС (BIARTEX)** для поддержания опорно-двигательного аппарата. Его инновационная формула способна прицельно достигать суставных тканей.

БИАРТЕКС (BIARTEX) – полиактивный комплекс, состоящий из 2 частей: плотной капсулы и жидкого активатора. Попадая в тонкий кишечник, активатор и капсула вступают в реакцию, образуя непревзойденный по своей пробивной мощи раствор. Ему требуется лишь 20 минут, чтобы попасть в суставные клетки и запустить пролонгированную программу помощи!

КОМПЛЕКСНАЯ ЗАЩИТА СУСТАВОВ ОТ ИЗНОСА!

Все компоненты **БИАРТЕКС (BIARTEX)** – 100% натуральные! В составе капсул – биомасса пантов марала, концентрат моллюсков, ДНК лососевых и др. ценные составные. Формула активатора включает нативное масло амаранта, концентраты падуба, дапачо и пр. биопротекторы. В соединении с ферментами тонкого кишечника они образуют биогенную формулу с мощной доказанной эффективностью!

8 (800) 600-57-56 • **8 (495) 136-59-66**
Звонок по России бесплатный *г. Москва*

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

05.00, 05.40 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
06.40 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
08.45 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ». (16+)
10.55 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)
13.20 «ОБЛИВИОН». (16+)
15.45 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
21.10 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
23.15 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
01.15 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
03.00 «РОБИН ГУД». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.50 «НЕВЕСТА». (16+)
08.00 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
10.05 «СПАРТА». (16+)
11.35 «НОЧНЫЕ СТРАЖИ». (12+)
13.40, 14.30 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
15.40 «ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ!» (12+)
17.20 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (12+)
19.00, 19.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
20.40 «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)
22.25 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)
23.55 «ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ!» (12+)
01.35 «МЕЧЕНОСЕЦ». (18+)
03.50 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОБЕДУ». (6+)

ДОМ КИНО

04.30 «СТИЛЯГИ». (16+)
06.45 «Ералаш». (6+)
07.15 «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». Мультфильм. (6+)
09.00 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
10.30 «СВАТЫ». (16+)
14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «МАРШ-БРОСОК». (16+)
Россия, 2002 г. В ролях: Владимир Волга, Ольга Чурсина, Евгений Косырев, Александр Балуев
01.10 «БРАТ». (16+)
Россия, 1997 г. В ролях: Сергей Бодров мл., Виктор Сухоруков
02.55 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 14.35 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
06.55 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
08.15, 12.30, 18.10 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
09.00, 13.15, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
10.20, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
11.25, 21.30, 03.20 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
15.30 «ПО ТУ СТОРОНУ КРОВАТИ». (16+)
Франция, 2008 г.
20.00, 20.45, 00.10, 00.55 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
22.30, 02.25 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
23.25, 01.40 «АМНЕЗИЯ». (16+)
04.15 «28 ДНЕЙ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.10 «ДЕТЕКТИВ ДИ И ТАЙНА ПРИЗРАЧНОГО ПЛАМЕНИ». (16+)
02.05 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
04.20 «ТЕРМИНАТОР-2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)
06.45 «ОНА». (16+)
08.40 «ЧТЕЦ». (16+)
10.40 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)
12.25 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)
14.20 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)
15.40 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ». (16+)
17.15 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
19.05 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)
20.30 «ЦИМБЕЛИН». (16+)
22.00 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
23.50 «ОДИНОКИЙ МУЖЧИНА». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.30 «БЛЮЗ ОПАДАЮЩИХ ЛИСТЬЕВ». (16+)
02.25 «ИНТИМНЫЕ МЕСТА». (18+)
03.40 «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». (16+)
05.25 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)
07.10 «15 СУТОК». (16+)
08.50 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
11.05 «ПРИШЕЛЕЦ». (12+)
12.40 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
14.20 «МОТЫЛЕК». (16+)
16.00 «НОВОГОДНИЙ ПАПА». (16+)
17.50 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)
19.35 «ДОМИНИКА». (12+)
21.00 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+)
22.35 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.30 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА». (12+)
02.10 «КРАСАВЧИК СО СТАЖЕМ». (16+)
04.35 «ЧЕГО ХОЧЕТ ДЖУЛЬЕТТА». (16+)
06.20 «100 МИЛЛИОНОВ ЕВРО». (16+)
08.05 «ЛЕТО. ОДНОКЛАССНИКИ. ЛЮБОВЬ». (16+)
09.55 «Я ХУДЕЮ». (16+)
11.50 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
13.25 «ТРИНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)
15.45 «ЭТОТ НЕЛОВКИЙ МОМЕНТ». (16+)
17.40 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
19.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
21.20 «ПРЕКРАСНАЯ ЭПОХА». (18+)
23.30 «НАЧАЛО ВРЕМЁН». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.30 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (12+)
02.10 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (12+)
04.20, 05.50 «ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ К ЗВЕЗДАМ». (6+)
07.10 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+)
09.30 «СЛЕД СОКОЛА». (12+)
11.35 «АС». (16+)
13.25 «ТАКСИ-БЛЮЗ». (18+)
15.30 «ДАУН ХАУС». (16+)
17.05 «МИО, МОЙ МИО». (12+)
19.00 «КЛАССИК». (16+)
Боевик, криминал, Россия, 1998 г.
21.00 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (16+)
Драма, СССР, 1981 г.
22.45 «КАДКИНА ВСЯКИЙ ЗНАЕТ». (16+)
Мелодрама, СССР, 1976 г.

СУББОТА!

05.00, 04.35 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.15, 12.10, 13.05, 13.55, 14.50 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
15.50, 16.35, 17.15, 18.45, 19.35 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
18.00 Скажи платью «Да!» (16+)
20.30, 21.15, 22.05, 22.55 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.50 Суббота! News. (16+)
00.00, 01.05 Аферисты в сетях. (16+)
02.10, 03.00, 03.45 Барышня-крестьянка. (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00
«ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00
«НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
12.00, 20.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
13.00, 21.00, 05.00
«ЕРМОЛОВЫ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00
«ИНКВИЗИТОР». (16+)
Сериал. Детективный триллер, Россия, 2014 г.
15.00, 23.00, 07.00
«МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

CTC LOVE

06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов, Наталья Данилова, Вадим Колганов, Мария Кивва
17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
23.05 Даёшь молодёжь! (16+)
00.55 «РАНЕТКИ». (16+)
04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «МАЛЕНЬКИЕ СЕКРЕТЫ БОЛЬШОЙ КОМПАНИИ». (16+)
Драма, комедия, Франция, Бельгия, 2019 г.
12.15, 20.15, 04.15
«ПАРАЗИТЫ». (18+)
Триллер, драма, комедия, Южная Корея, 2019 г.
14.30, 22.30, 06.30
«РЕПЕТИЦИИ». (16+)
Драма, Россия, 2013 г.
16.15, 00.15, 08.15
«ВСЕ ГОВОРЯТ, ЧТО Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ». (16+)
Мюзикл, комедия, США, 1996 г. В ролях: Дрю Бэрримор, Джулия Робертс

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

08.55, 12.35, 18.00, 19.30 Огород круглый год. (12+)
09.10 Секреты садоводства. (12+)
09.25 Искатели приключений. (12+)
10.00, 17.00 Дачные радости. (12+)
10.30 Ландшафтные эксперименты. (12+)
11.00 Народные умельцы. (12+)
11.35 Как построить дом. (12+)
12.05 Проект мечты. (12+)
12.55 Частный сектор. (12+)
13.30 Как поживаете? (12+)
14.00 Календарь дачника. (12+)
14.20 Сад своими руками. (12+)
14.50 Сельский туризм. (12+)
15.20 Дачная энциклопедия. (12+)
15.55 Готовим на Майорке. (12+)
16.10 Ремонт без правил. (12+)
16.40 Садовый доктор. (12+)
17.30 Безопасность. (12+)
18.30 Гордость России. (6+)
19.00 Школа дизайна. (12+)
19.50 Свечной заводик. (12+)
20.05 Домашняя экспертиза. (12+)
20.35 Стройплощадка. (12+)
21.10 Мастер. (12+)
21.40 Дачные хитрости. (12+)
21.55 Чай вдвоем. (12+)
22.15 Высший сорт. (12+)
22.35 Сравнительный анализ. (12+)
23.00 История усадеб. (12+)
23.35 Лучки-пучки. (12+)
23.55 Сам себе дизайнер. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

08.20 Технология зимнего клева. (12+)
08.55 Охотник-одиночка. (16+)
09.25 Рождение клинка. (16+)
09.55 Сомы Европы. (12+)
10.30 Планета охотника. (16+)
11.00 Андрей Старков и его команда. (16+)
11.30, 15.20, 19.35, 23.40 Морская охота. (16+)
12.00, 15.55, 20.10, 00.10 Охота с луком. (16+)
12.30 «Радзишевский и К» в поисках рыбацкого счастья. (12+)
13.00 Охота без оружия. (16+)
13.30 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
13.50 Поймай и сними. (16+)
14.20 Охота в Приволжье. (16+)
14.50 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
16.25 Весенняя рыбалка. (16+)
16.55 Спиннинг сегодня. (16+)
17.25 На зарубежных водоемах. (12+)
18.00 Рыболовное путешествие с чемпионом. (12+)
18.30 Крылатые охотники. (16+)
18.45 Нож-помощник. (16+)
19.05 Рыбалка с Нормундом Грабовскисом. (12+)
20.40 Поймать лосося. (16+)
21.10 Безграничная рыбалка. (16+)
21.40 Территория льда. (16+)
22.10 На охотничьей тропе. (16+)
22.40 Охотничьи собаки. (16+)
23.10 Рыболовная Россия. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.30 Меня спасла натуропатия. (12+)
Вашему вниманию будут представлены правдивые истории с реальными людьми, которым удалось победить болезнь, прибегнув к практикам натуральной медицины.
00.30, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 3D фитнес. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Street Fight. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 YogaУтро. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.00 Кардиоблондинки. (12+)
10.30 Боди-балет. (12+)
11.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
11.30 Бодитоник. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 18.00 Фитнес-мама. (16+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Дыхание стретчинга. (12+)
16.30 Кундалини-йога с Алексеем Меркуловым. (12+)
17.30, 22.00 «16+». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)
10.00 Новости
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
10.20 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05, 02.40, 03.25 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Мировое соглашение. (16+)
17.15, 01.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.55 «КУЛИНАР». (16+)
19.00 Новости
19.25 «КУЛИНАР». (16+)
21.40 Телеигра «Игра в кино». (12+)
22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+)
23.25 Всемирные игры разума. (12+)
00.00 Новости
00.15 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША». (12+)
04.05 «ВРАТАРЬ». (12+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и Решка. Неизданное. (16+)
08.00 Орел и решка. Россия-2. (16+)
09.00 Орел и Решка. Чудеса света. (16+)
16.00 Мир наизнанку. Китай. (16+)
19.00 Большой выпуск. (16+)
Уникальные путешествия документалиста без продюсеров, режиссеров, съемочной группы и прописанного сценария. Антон Птушкин посещает самые интересные места планеты и погружается в жизнь стран, городов и людей.
20.00 Орел и Решка. 10 лет. (16+)
21.00 Мир наизнанку. Бразилия. (16+)
22.00 «АЛЬ-КАПОТНЯ». (16+)
Сериал. Россия, 2020 г.
23.00 «МЫЛОДРАМА-2». (16+)
Сериал. Россия, 2019 г.
00.00 Инсайдеры. (16+)
01.00 Пятница News. (16+)
01.30 Битва ресторанов. (16+)
03.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)
04.10 Орел и решка. Америка. (16+)

Ю

05.00 Папа попал. (12+)
08.40 Барышня - Крестьянка. (16+)
12.10 Супермама. (16+)
14.15 Взвешенные и Счастливые. (16+)
17.30 Обмен жёнами. (16+)
21.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
Легендарное медицинское реалити России! Это откровенное реалити покажет, как важно заботиться о самом ценном - здоровье. Врачи проекта возьмутся за сложные случаи, чтобы доказать, что со многими болезнями можно справиться, если вовремя их диагностировать и не затягивать с походом к врачу. В каждой серии мы будем показывать пациентов с разными заболеваниями. Истории этих людей могут вызывать слезы сочувствия и бурю возмущения, но объединяет их одно - они все стеснялись своих проблем.
01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.10 Взвешенные люди. (16+)

ПОБЕДА

06.00 «Путь к Победе». (16+)
07.00 «ЕДИНИЧКА». (16+)
08.50 «СПАСТИ ИЛИ УНИЧТОЖИТЬ». (16+)
12.30 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
16.10 «ШТРАФБАТ». (16+)
Сериал. Боевик, Россия, 2004 г.
19.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2012 г. В ролях: Денис Бургазлиев, Илья Шакунов, Анна Дюкова, Алексей Смолка, Валерий Афанасьев
На территории Польши, оккупированной немцами, действует разведшкола, готовящая диверсантов. У каждого из них свои жизненные обстоятельства, заставившие служить врагам.
23.00 «Путь к Победе». (16+)
00.10 «В ДАЛЁКОМ СОРОК ПЯТОМ… ВСТРЕЧИ НА ЭЛЬБЕ». (18+)
01.50 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)
03.50 «И НИКТО НА СВЕТЕ…» (12+)
05.10 Неизвестная война. «Победа под Сталинградом». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Сражения с Наполеоном. (12+)
01.45 Обыкновенная История. (6+)
02.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
03.05 На пути к Великой Победе. (12+)
03.40 Тайное становится явным. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
06.55 Личность в истории. (12+)
08.00 «АДМИРАЛЪ». (16+)
10.15 Достояние России. (12+)
10.55, 11.50 «БАУХАУС - НОВАЯ ЭРА». (16+)
12.50 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ. РОССИЯ, ВЕК XVIII. ЗАВЕЩАНИЕ ИМПЕРАТОРА». (12+)
14.25 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ. РОССИЯ, ВЕК XVIII. ЗАВЕЩАНИЕ ИМПЕРАТРИЦЫ». (12+)
16.10, 17.10 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
18.05 Хроники общественного быта. (12+)
18.25 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
19.30 Семь дней истории. (12+)
19.40 Хроники общественного быта. (12+)
20.00, 21.05 Великие живописцы. (12+)
22.15 Объекты Всемирного наследия Испании. (12+)
23.20 Тайны великих картин: «Портрет Марии-Антуанетты с детьми». 1787 год. Элизабет Луиза Виже-Лебрен. (12+)

VIASAT HISTORY

06.15 Невероятные изобретения. (12+)
06.40, 07.25, 08.10, 08.55 Расшифровка тайн. (12+)
09.40, 10.30 Тайны музеев. (12+)
11.15 Военные заводы. (12+)
12.05 Досье погоды. (12+)
12.55 Монархи: забытые письма. (12+)
13.45 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
14.40 Древние суперстроения. (12+)
15.35 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
16.40 Боевые корабли. (12+)
17.30 Машины смерти. (12+)
18.25 Тайны музеев. (12+)
19.10 Тайная война. (12+)
20.05 Последний поход викингов. (12+)
Сезон: 1. Дания, 2019 г.
21.00 Военные заводы. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
21.55 Версаль: испытания Короля-солнца. (12+)
Сезон: 1. Франция, 2019 г.
22.45 Запретная история. (12+)
23.30 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
00.25 Древние суперстроения. (12+)
01.25 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
02.25 Боевые корабли. (12+)
03.20, 04.05 Музейные тайны. (12+)
04.45 Запретная история. (12+)
05.30 Даты, вошедшие в историю. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Сделать за один день. (16+)
06.35, 07.00 Игры разума. (16+)
07.25 Машины: Разобрать и продать. (16+)
08.15 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
09.05 Настоящий суперкар. (16+)
09.55, 10.50 Авто-SOS. (16+)
11.40 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
12.30 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+)
13.20 Авто-SOS. (16+)
14.15 Злоключения за границей. (16+)
15.05 Расследования авиакатастроф. (16+)
15.55 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
16.45 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+)
17.35 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.15, 02.00 Расследования авиакатастроф. (16+)
20.10 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
21.00, 21.50, 03.30 Апокалипсис: Гитлер идёт на запад. (16+)
22.40 Преступления против природы. (16+)
23.35, 01.15, 02.45 Авто-SOS. (16+)
00.25 Злоключения за границей. (16+)
04.20, 05.10 Осушить океан. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Адская кошка. (12+)
06.45 Снимите кошку с дерева. (12+)
07.10 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
08.02 На свободу с питбулем. (16+)
08.54 Правосудие Техаса. (16+)
09.46 Планета мутантов. (12+)
10.38, 11.04, 11.30, 11.56 Удивительный мир животных. (12+)
12.22, 12.48 Койот Петерсон представляет. (12+)
13.14 Сафари-парк Крюгер. (12+)
14.06 Правосудие Техаса. (16+)
14.58 На свободу с питбулем. (16+)
15.50 Майкл Фелпс: наперегонки с акулой. (12+)
16.42, 17.34 Смертельные острова. (16+)
18.26 Смертельные острова. (12+)
19.18 Планета мутантов. (12+)
20.10 Легенды дикой природы. (12+)
21.03 Центр реабилитации Аманды. (12+)
21.56 Сафари-парк Крюгер. (16+)
22.49 Горные монстры. (16+)
23.42 Я живой. (12+)
00.35 Суровая справедливость. (16+)
01.28 Планета мутантов. (12+)
02.15 Сафари-парк Крюгер. (16+)
03.00 Суровая справедливость. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30 Я живой. (12+)
05.15 Горные монстры. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Стальные парни: распаковка. (12+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39 Охотники за старьем. (12+)
08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)
09.25 Махинаторы. (12+)
10.18, 01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
11.12 Миллиардер под прикрытием. (12+)
13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)
13.54 Музейные загадки. (16+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42, 16.09 Битвы за контейнеры. (16+)
16.36 Реальные дальнобойщики. (12+)
17.30 Мятежный гараж. (12+)
18.24 Охотники за старьем. (12+)
19.18, 19.45 Как это сделано? (12+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Стальные парни: распаковка. (12+)
22.00 Автомир Майка Брюера. (12+)
22.27 Супермеханик Энт Энстед. (12+)
22.54, 23.21 Женская автомастерская. (12+)
23.47 Музейные загадки. (16+)
00.40 Реальные дальнобойщики. (12+)
02.15 Мятежный гараж. (12+)
03.00, 03.23 Как это устроено? (12+)
03.45 Охотники за старьем. (12+)
04.30 Голые и напуганные XL. (16+)
05.15 Операция «Спасение дома»: ранчо Рейни. (12+)

TLC

06.00, 06.25, 06.50 Оденься к свадьбе: Атланта. (12+)
07.15, 07.40 Оденься к свадьбе. (16+)
08.05, 08.31 Жизнь на острове. (12+)
08.57 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
09.49 Помешанные на чистоте. (16+)
10.41 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
12.25 Свекровь-соперница. (16+)
13.18 Помешанные на чистоте. (16+)
14.11, 14.37 Оденься к свадьбе. (16+)
15.04 Королева маникюра. (12+)
15.57 Семейка Шемвелл: Современная семейка Брейди. (12+)
16.50 Дарси и Стейси. (16+)
17.43 Помешанные на чистоте. (16+)
18.36 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
19.30 Звездный ремонт. (12+)
20.24, 20.51 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
21.18 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
23.04 Семейка Шемвелл: Современная семейка Брейди. (12+)
23.56 Здесь живет зло. (16+)
00.48 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
02.25 Семейка Шемвелл. (12+)
03.12 Здесь живет зло. (16+)
04.00 Мой муж - гангстер. (16+)
04.24, 04.48 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
05.12 Дарси и Стейси. (16+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

07.50, 10.00, 13.00, 15.50 Новости
07.55 Ярушин Хоккей Шоу. (12+)
08.20 Страна. Live. (12+)
08.35 Спортивный детектив. Повелитель времени. (12+)
09.30, 17.05 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
10.05 Утомлённые славой. Владимир Быстров. (12+)
10.30 Теннис. (0+)
12.30 Второе дыхание. (12+)
13.05 Гандбол. (0+)
14.30, 19.30 «На словах» с Елизаветой Кожевниковой. (12+)
14.55 Неделя в КХЛ. (12+)
15.55 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска
17.35 Смешанные единоборства. Eagle FC 34. (16+)
19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция. (0+)
22.00 Бильярд. Кубок мира. «Свободная пирамида». Прямая трансляция из Москвы
00.00 Фристайл и сноубординг. (0+)
01.10 Баскетбол. (0+)

EUROSPORT 1

00.30, 01.15, 23.00, 23.45 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. (12+)
02.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клигенталь. (12+)
02.30, 07.00, 08.00, 08.30 Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Мужчины. (6+)
03.00 Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Женщины. (6+)
03.30, 10.30, 15.15 Велоспорт. Кубок Альфредо Бинды. Женщины. (12+)
05.00, 11.30, 16.00 Велоспорт. Милан - Сан-Ремо. (12+)
09.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Виллинген. HS 147. (12+)
14.30 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. 7-й этап. (12+)
17.15 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 1-й этап. Прямая трансляция. (12+)
19.05 Теннис. WTA 250. Монтеррей. Финал. (6+)
20.35 Теннис. ATP 500. Акапулько. Финал. (6+)
22.00 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 1-й этап. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 11.35, 17.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)
05.35 Каждое утро. (16+)
09.00 Tiktok чарт. (16+)
10.00, 15.00 PRO-обзор. (16+)
10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
12.20 Золотая лихорадка. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)
15.35 DFM - Dance chart. (16+)
16.20 Тимати: один по жизни или номер один? (16+)
18.00 10 самых! (16+)
18.35, 22.00 PRO-новости. (16+)
19.00 Золотая дюжина. (16+)
20.00 Русские хиты. Чемпионы понедельника. (16+)
22.25 ТОР 30 - Крутяк недели. (16+)
00.35 Наше. (18+)
03.00 Караокинг. (18+) Настоящий караоке-клуб у вас дома!
04.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

09.25, 17.00 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Бобр добр». (0+)
11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
14.25 «Лео и Тиг». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.15 «Тобот Атлон». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Хейрдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.20 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей», «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50, 11.05, 16.05, 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50, 11.00 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
13.40 «Финес и Ферб». (6+)
15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
17.30 «Гравити Фолз». (12+)
19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Богатырша». (6+)
23.00, 02.50 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
01.40 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)
03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Малышарики», «Пег + Кот», «Домики». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
07.45 «Легенды Спарка». (0+)
08.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Союзмультфильм» представляет: «Петя и Красная Шапочка». (0+)
09.45 «Песенка мышонка». (0+)
10.00 «Катерок». (0+)
10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
11.10 «Приключения Ам Няма». (0+)
11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
12.40 «Дикие скричеры!» (6+)
13.05 «Металионы». (6+)
13.30 «Фиксики». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Букашки-2». (0+)
15.40 «Зелёный проект». (0+)
16.00 «Пластилинки». (0+)
16.10 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
16.35 «Хейрдораблз». (0+)
16.40 «Сказочный патруль». (0+)
17.30 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
17.40 «Роботы-поезда». (0+)
18.10 «Зебра в клеточку». (0+)
19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Истории Сильваниан Фэмилис». (0+)
20.50 «Три кота». (0+)
22.00 «Бен 10». (12+)
22.30 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
22.50 «Гормити». (6+)
23.20 «Ералаш». (6+)
00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
00.50 «Китти не кошка». (6+)

УНИКУМ

08.57 «Веселая карусель». (0+)
09.09, 09.47, 14.56, 15.32, 22.37 Мультфильмы. (0+)
09.22, 14.47, 15.05 Мультфильмы. (6+)
10.00, 11.12, 19.03 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
10.28, 11.39, 19.32 «Макс Стил». (12+)
10.51 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
11.05, 12.03, 13.35, 15.46, 17.16, 20.00 «Летающие звери». (6+)
12.33, 16.14, 17.59, 21.32 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
12.49, 16.30, 18.15, 21.48 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
13.04, 16.43, 18.31, 22.04 Проще простого! (6+)
13.20, 17.01, 18.47, 22.20 История великих изобретений. (6+)
13.50, 16.00, 17.30, 20.30 «Бобр добр». (0+)
14.05, 17.45, 20.45 «Богатырята». (6+)
14.18, 21.00 «Смешарики». (0+)
19.54 Do you speak? (6+)

О!

05.00 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
07.00 «Чик-зарядка». (0+)
07.05 О! Музыка! (0+)
07.30 «Смешарики». (0+)
08.55 «Доктор Малышкина». (0+)
09.00 «В мире малышей». (0+)
09.55 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
10.00 «Зебра в клеточку». (0+)
12.00 «Спроси у ТриО!» (0+)
12.05 «Фиксики». (0+)
14.00, 00.30 «Царевны». (0+)
14.45 «Весёлый алфавит». (0+)
14.50 «Ляпик едет в Окидо». (0+)
16.30 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
17.00 «Алиса знает, что делать!» (6+)
18.20 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
18.45 «Малыши дикой природы». (0+)
19.00 «ТриО!» (0+)
19.20 «Эмми и Гуру». (0+)
20.15 «Три кота». (0+)
22.15 «Как устроен город». (0+)
22.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00, 00.25, 04.45 День Патриарха. (0+)
05.15 «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00, 21.30, 03.45 Лествица. (6+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
12.30 В поисках Бога. (6+)
13.00 И будут двое… (12+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00, 01.50 Re:акция. (12+)
15.45 Движение вверх. (6+)
16.50 Всех радостей радость. (0+)
18.10 «ЗВЕЗДОЧЕТ». 1 серия. (12+)
19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 1 серия. (12+)
23.30 Прямая линия жизни. (0+)
00.40 Святой Павел Таганрогский. (0+)
01.15 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
02.25 Вера в большом городе. (16+)
03.15 Украина, которую мы любим. (12+)
04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

22 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
40 мучеников, в Севастийском озере мучившихся.

Мч. Урпасиана. Св. Кесария, брата свт. Григория Богослова. Прав. Тарасия. Сщмчч. Михаила, Алексия, Димитрия, Сергия, Сергия пресвитеров и Николая диакона, прмч. Иоасафа и прмцц. Наталии и Александры. Албазинской иконы Божией Матери, именуемой «Слово плоть бысть».

Постный день.

«...Если ты желаешь быть с демонами, если ты стремишься в геенну огненную, то делай, что тебе угодно, живи, как хочешь, – никто тебе не препятствует».
Свт. Иоанн Златоуст

Реклама

ВАС ОБМАНУЛИ
ЛЖЕЮРИСТЫ?
ПОПАЛИСЬ НА УДОЧКУ
ПСЕВДОИНВЕСТИЦИОННЫХ КОМПАНИЙ?
ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВО ИЗМЕНИЛОСЬ
И ТЕПЕРЬ МЫ ГОТОВЫ ВЗЯТЬСЯ
ЗА САМЫЕ СЛОЖНЫЕ СЛУЧАИ!
КОЛЛЕГИЯ АДВОКАТОВ 8 (499) 399-38-78

***

Разговаривают два приятеля.
– Что такой грустный?
– Не то вчера сделал. Словом, ошибку совершил.
– Не грусти. Каждая из наших ошибок пополняет копилку жизненного опыта.

***

Соседка – соседке:
– Пока не узнала, что про меня говорят, даже не думала, что, оказывается, я так интересно живу.

***

Молчание – это, наверно, единственное золото, которое не любят женщины.

Есть вопросы о договоре ренты?
Приходите 31 марта на День открытых дверей в "Жилсоцгарантию"
Запись по телефону:
8 (495) 626 45 55
РЕКЛАМА | 18+

ГАЗЕТА О ЗАГОРОДНОЙ ЖИЗНИ
НОМЕР УЖЕ В ПРОДАЖЕ!
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2940
Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях и на сайте Почты России https://podpiska.pochta.ru
Реклама. 12+

БЕСПЛАТНАЯ
ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ
8 (495) 975-97-61
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС

Реклама

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал «Доброе утро»

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
Прохор приглашает в управляющие Андрея Андреевича Протасова, а сам снаряжает экспедицию с Филькой Шкворнем за золотом. Сведения Фильки оказываются верными: Прохор открывает богатый прииск. Однако выясняется, что у прииска есть владелец – Препернтьев.
22.30 Премьера сезона. «Док-ток». (16+)
23.30 Вечерний Ургант. (16+)
00.10 «Василий Сталин. Сын за отца». (12+)
01.10 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)
03.35 Мужское / Женское. (16+)

РОССИЯ

14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)
Полиция изучает обстоятельства убийства Ларисы. Неожиданно выясняется, что убийца дал показания против Брагина. По его словам, врач напал на него.
17.00 Вести
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ. НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)
В разгар рабочего дня в терминале Карпова отключают электричество. Выясняется, что энергетическая компания отключила его за долги, но всем ясно, что это дело рук Ферналиева. Родители Оли собирают необходимую сумму для выкупа.
23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)

ТВЦ

08.50 «БЕЛЫЕ РОСЫ». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.50 «БЕЛЫЕ РОСЫ». (12+)
10.40 «Вячеслав Невинный. Талант и 33 несчастья». (12+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.55 Город новостей
15.05 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
16.55 «Прощание». (16+)
17.50 События
18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
Наследник помещика распродает на аукционе его коллекцию египетских древностей.
22.00 События
22.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)
23.05 «Дети против звёздных родителей». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 Хроники московского быта. (12+)
01.35 «Дети против звёздных родителей». (16+)
02.15 «Ворошилов против Тухачевского. Маршал на заклание». (12+)
02.55 «Осторожно, мошенники!» (16+)
03.20 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
04.40 «Вячеслав Невинный. Талант и 33 несчастья». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

НТВ

16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)

05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)
17.15 ДНК. (16+)
18.15 «ПЁС». (16+)
В отделении новый указ - все должны работать с напарниками. Леонидову приходиться работать с Гнездиловым, так как к Максу приставили стажера.
19.00 Сегодня
19.40 «ПЁС». (16+)
21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)
К начальнику рыбной базы Лобову приезжают партнеры из Китая и требуют от него раздобыть панты диких оленей. Лобов отправляет за пантами своего охранника Захара Рябова.
23.20 Сегодня
23.35 Основано на реальных событиях. (16+)
01.10 Место встречи. (16+)
02.50 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

РОССИЯ К Культура

08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 20.05 «Правила жизни»
07.35 18.35 23.50 «Величайшие изобретения человечества»
08.35 18.20 02.40 «Красивая планета»
08.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.40 XX век
12.15 «Дороги старых мастеров»
12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»
13.15 «Первые в мире»
13.30 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
14.15 Больше, чем любовь
15.05 Новости. Подробно
15.20 «Передвижники»
15.50 «Сати. Нескучная классика...»
16.30 01.45 История искусства
17.25 II Московский международный фестиваль искусств Юрия Башмета. «XX век - век поиска». П. Копачинская, Б. Волков, Ю. Башмет и Камерный ансамбль «Солисты Москвы»
19.45 Главная роль
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Искусственный отбор
21.30 «Белая студия»
23.00 «Завтра не умрет никогда»

СТС

20.00 «ФОРСАЖ-5». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.15 «Маги. Истории Аркадии». (6+)
07.00 «Галилео». (12+)
08.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
10.00 Уральские пельмени. (16+)
10.10 «Как приручить дракона». (12+)
12.00 «Как приручить дракона-2». (0+)
14.00 Премьера! «Галилео». (12+)
14.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
15.00 Уральские пельмени. (16+)
15.10 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
16.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
19.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
20.00 «ФОРСАЖ-5». (16+)
США, 2011 г. Боевик.
В ролях: Вин Дизель, Пол Уокер, Джордана Брюстер, Дуэйн Джонсон, Тайриз Гибсон.
Устроив Доминику побег из тюрьмы, бывший полицейский Брайан Торетто и его жена Миа сами стали беглецами.
22.35 «ОГРАБЛЕНИЕ В УРАГАН». (16+)
00.35 Стендап Андеграунд. (18+)
01.35 ПРЕМЬЕРА! «ПРОРЫВ». (12+)
03.30 «АНЖЕЛИКА». (16+)
04.45 Мультфильмы. (0+)
05.45 Ералаш. (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
09.00 «Известия»
09.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
09.50 «ПАСЕЧНИК». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
17.30 «Известия»
17.45 «ПАСЕЧНИК». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
На троих почтальонов в одно утро совершены нападения.
23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.30 «СЛЕД». (16+)
01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.25 «Известия»
03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.10 18.50 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)
07.00 «Сегодня утром»
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
09.20 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
09.40 10.05 «Оружие Первой мировой войны». (12+)
10.00 14.00 Военные новости
10.40 13.15 14.05 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
19.40 «Легенды армии». (12+)
20.25 «Улика из прошлого». (16+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+)
04.30 «САМЫЙ СИЛЬНЫЙ». (0+)

ОТР

06.00 00.30 «Гамбургский счёт». (12+)
06.30 17.05 18.05 «ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
08.15 15.15 «Календарь». (12+)
09.10 16.30 03.40 «Врачи». (12+)
09.35 16.10 «Среда обитания». (12+)
10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости
10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)
12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТРажение»
19.20 23.50 03.00 «Прав!Да?» (12+)
02.45 «Гора самоцветов». (0+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
12.45 13.45 15.45 16.35 01.30 04.30 «ГОСТ». (12+)
12.50 14.45 16.40 «Историс». (12+)
13.50 15.50 17.35 01.45 04.45 «Доктор 24». (12+)
14.40 17.30 «The City». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.02 «Москва сегодня». (16+)
19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
20.30 00.30 «Рейд». (16+)
21.15 23.45 02.35 «Московский патруль». (16+)
21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
00.05 «The City. Говорим»
02.45 «Сеть». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 «Мультфильмы». (6+)
07.30 «ВЛАСИК. ТЕНЬ СТАЛИНА». (16+)
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.30 «Самое вкусное». (12+)
12.00 «Новости 360»
12.30 «САКВОЯЖ СО СВЕТЛЫМ БУДУЩИМ». (12+)
Россия, Украина, 2006 г. Детектив.
В ролях: Елена Оболенская, Ян Цапник, Алексей Весёлкин, Марк Гаврилов, Сергей Жигунов.
15.15 «ПУТЕЙЦЫ-2». (16+)
17.00 «Самое яркое». (16+)
18.00 «ВЛАСИК. ТЕНЬ СТАЛИНА». (16+)
20.00 «Новости 360»
20.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 «ПУТЕЙЦЫ-2». (16+)
23.55 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.35 11.30 00.45 03.35 05.05 «Тайны кино». (12+)
07.20 04.20 05.50 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
08.05 «Песни нашего кино». (12+)
08.35 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
11.00 Это было смешно. (12+)
12.20 20.00 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». (12+)
14.20 21.50 «ВА-БАНК-2 ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (12+)
15.55 23.20 «СВЕРСТНИЦЫ». (12+)
17.30 Звёзды советского экрана. (12+)
18.05 02.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
01.30 «Москва на все времена». (12+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены 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

РЕН

20.00 «РОБОКОП». (16+)

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 Засекреченные списки. (16+)
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 **«СОВБЕЗ».** (16+)
17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 **«РОБОКОП».** (16+)
22.15 «Водить по-русски»
23.30 «Знаете ли вы, что?»
00.30 **«ЗМЕИНЫЙ ПОЛЕТ».** (16+)

ТНТ

21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «Битва дизайнеров». (16+)
08.30 **«САШАТАНЯ».** (16+)
09.30 «Холостяк». (16+)
11.00 «ББ шоу». (16+)
12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
13.00 **«ИНТЕРНЫ».** (16+)
16.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
20.00 **«ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ».** (16+)
21.00 **«ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ».** (16+)
22.05 «Импровизация». (16+)
23.05 «Женский стендап». (16+)
00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
01.10 «Импровизация». (16+)
03.00 «Comedy Баттл». (16+)
03.55 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
04.45 «Открытый микрофон». (16+)
05.35 «ТНТ. Best». (16+)

ТВ-3

20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.50 Гадалка. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
16.55 «Старец». (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
20.20 **«ХОРОШИЙ ДОКТОР».** (16+)
В клинику поступает беременная женщина. У плода опухоль, без удаления которой жизнь ребенка обречена. Женщина решается на операцию...
23.00 **«ПИКОВАЯ ДАМА: ЗАЗЕРКАЛЬЕ».** (16+)
01.00 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
01.45 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)
03.15 «Запретные опыты Фрейда». (16+)
04.00 «Тайные знаки». (16+)
05.30 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)

ЧЕ

13.00 Дизель шоу. (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.35 Каламбур. (16+)
07.30 КВН Best. (16+)
Лучшие выступления самых популярных команд Клуба Веселых и Находчивых XXI века. Отличная возможность вернуться к началу творческого пути нынешних звезд ТВ.
09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
10.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
11.30 Улётное видео. (16+)
13.00 Дизель шоу. (16+)
Яркое мультимедийное зрелище с насыщенной программой. Шутки на самые актуальные темы, многочисленные сценки в стиле СТЭМа, музыкальные номера и даже розыгрыши зрителей в зале - все это «Дизель Шоу»!
15.00 **«СОЛДАТЫ-7».** (12+)
19.00 Дизель шоу. (16+)
21.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Улётное видео. (16+)

МАТЧ ТВ

14.10 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)

06.00, 08.55, 12.00, 14.05, 16.10, 21.50 Новости
06.05, 16.15, 22.00 Все на Матч!
09.00, 12.45 Специальный репортаж. (12+)
09.20 Профессиональный бокс. (16+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.30, 03.30 Хоккей. НХЛ. Обзор. (0+)
12.05 «МатчБол»
13.05 Смешанные единоборства. (16+)
14.10 **04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ».** (12+)
16.50 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток». Пр.тр.
19.20 Хоккей. КХЛ. 1/2 финала конференции «Запад». «Локомотив» - ЦСКА. Пр.тр.
23.00 **«РОККИ-2».** (16+)
01.25 Гандбол. «Чеховские медведи» (Россия) - «Ним». (0+)
03.00 Зимние виды спорта. Обзор. (0+)

ДОМАШНИЙ

11.25 «Реальная мистика». (16+)

06.30 «6 кадров». (16+)
06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.10 Давай разведёмся! (16+)
09.15 Тест на отцовство. (16+)
11.25 «Реальная мистика». (16+)
12.25 «Понять. Простить». (16+)
13.30 «Порча». (16+)
14.00 «Знахарка». (16+)
14.35 **«НАРУШАЯ ПРАВИЛА».** (16+)
19.00 **«ПЛАТЬЕ ИЗ МАРГАРИТОК».** (16+)
23.05 **«ЖЕНСКИЙ ДОКТОР».** (16+)
01.05 **«НАСЛЕДНИЦЫ».** (16+)
02.55 «Порча». (16+)
03.20 «Знахарка». (16+)
03.45 «Понять. Простить». (16+)
04.35 «Реальная мистика». (16+)
05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)

ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА
ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК

Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская специализированная служба по вопросам похоронного дела «Ритуал-Сервис» (сайт в интернете Ritual.RU), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительном завышении цен на оказание ритуальных услуг.

Рекомендуемый порядок действий

Если горе случилось дома:

1. Вызовите скорую помощь и полицию для констатации смерти.
2. По круглосуточному номеру **8 (495) 300-3-300** можно вызвать сотрудника городской ритуальной службы.
3. Приготовьте паспорт и медицинский полис покойного, а также удостоверения личности всех, кто находится рядом.

Если горе случилось в больнице:

1. По круглосуточному номеру **8 (495) 300-3-300** можно вызвать сотрудника городской ритуальной службы прямо в больницу.
2. Вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в морг для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.

Обязательно проверьте паспортные данные и номер служебного удостоверения приехавшего сотрудника, чтобы убедиться, что именно он является сотрудником городской ритуальной службы, которого вы вызвали, а не мошенник, получивший информацию от неизвестных источников.

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 300-3-300 или на сайте службы RITUAL RU

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 Номер свидетельства государственной регистрации 024.266. ЗАО "Ритуал-Сервис" ОГРН 1027739098661 Реклама 18+

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

05.10, 05.50 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
06.35 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
08.45 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
10.40 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
12.50 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
14.50 «РОБИН ГУД». (16+)
17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ». (16+)
21.10 «ДЮНА». (12+)
США, Мексика, 1984 г.
23.40 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
01.30 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
03.10 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.30 «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)
07.05 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)
08.35, 04.00 «ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ!» (12+)
10.15 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)
12.05 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
13.45, 14.35, 19.00, 19.45 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
16.05 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (12+)
17.35 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
20.40 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
Россия, 2020 г.
22.20 «НЕВЕСТА». (16+)
00.00 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
01.55 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)

ДОМ КИНО

05.05 Золото «Ленфильма». «БЛАГОЧЕСТИВАЯ МАРТА». (12+)
07.40 «Урфин Джюс возвращается». Мультфильм. (6+)
09.05 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
10.30 «СВАТЫ». (16+)
14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
Россия, 1999 г. В ролях: Михаил Ульянов, Анна Синякина, Александр Пороховщиков, Сергей Гармаш
00.50 «БРАТ-2». (16+)
Россия, 2000 г. В ролях: Сергей Бодров, Виктор Сухоруков, Сергей Маковецкий
03.05 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 10.55, 17.10 Правила моей пекарни. (16+)
07.00, 14.45 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
07.50 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
09.10, 13.00, 18.10 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
09.55, 13.45, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
12.00, 21.30, 03.20 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
15.40, 16.25, 20.00, 20.45, 00.10, 00.55 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
22.30, 02.25 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
23.25, 01.40 «АМНЕЗИЯ». (16+)
3 сезон. Сериал. США, 2020 г.
04.20 «ПО ТУ СТОРОНУ КРОВАТИ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.20 «ТЕРМИНАТОР-2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)
03.45 «КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)
05.05 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ». (16+)
06.35 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
08.25 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)
09.45 «ЦИМБЕЛИН». (16+)
11.20 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
13.05 «ОНА». (16+)
15.00 «ЧТЕЦ». (16+)
16.55 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)
18.40 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)
Драма, мелодрама, Великобритания, 2014 г.
20.30 «ДОРЗ». (16+)
22.40 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.20 «ПИОНЕРЫ-ГЕРОИ». (16+)
02.15 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)
04.00 «15 СУТОК». (16+)
05.30 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
07.30 «ПРИШЕЛЕЦ». (12+)
09.00 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
10.45 «МОТЫЛЕК». (16+)
12.25 «НОВОГОДНИЙ ПАПА». (16+)
14.10 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)
15.55 «ДОМИНИКА». (12+)
17.25 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+)
18.55 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+)
20.45 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
21.00 «С ЧЁРНОГО ХОДА». (16+)
22.25 «ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВИЕ НЕБЕСНОЕ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.20 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (18+)
04.05 «(НЕ)ЖДАННЫЙ ПРИНЦ». (16+)
05.40 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
07.15 «SUPERЗЯТЬ». (16+)
09.05 «ЗАЖГИ ЭТИМ ЛЕТОМ». (16+)
10.45 «БЕЗ ЧУВСТВ». (16+)
12.30 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН». (12+)
14.10 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
16.05 «УДАЧИ, ЧАК». (16+)
17.50 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)
19.30 «ГЕРОЙ СУПЕРМАРКЕТА». (12+)
21.10 «ТОЛСТЯК ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
Боевик, комедия, США, 2015 г.
22.55 «Я ХУДЕЮ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.15 «ГУБЕРНАТОР. ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3». (16+)
02.05 «КОЛЬЦА АЛЬМАНЗОРА». (12+)
03.45 «ТРИ ПОЛУГРАЦИИ». (12+)
06.10 «ОСЛИНАЯ ШКУРА». (12+)
07.45 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+)
09.25 «МЕНЯЛЫ». (12+)
11.10 «СНЕГУРОЧКА». (12+)
13.00 «БИНГО БОНГО». (16+)
15.00 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+)
17.20 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
19.00 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (12+)
20.55 «ДОНСКАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)
Драма, СССР, 1964 г.
22.45 «ПЛАНЕТА БУРЬ». (6+)
Фантастика, СССР, 1961 г.

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.00, 11.55, 12.45, 13.40, 14.35 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
15.30, 16.20, 17.10, 18.45, 19.35 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
18.00 Скажи платью «Да!» (16+)
20.25, 21.15, 22.05, 23.00 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.55 Суббота! News. (16+)
00.05, 00.55 Аферисты в сетях. (16+)
01.55, 02.40, 03.25, 04.15 Барышня-крестьянка. (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Марина Коняшкина, Александр Давыдов, Алексей Демидов
13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)

СТС LOVE

06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
Сериал. Комедия, Россия, 2004 г. В ролях: Сергей Жигунов, Анастасия Заворотнюк, Борис Смолкин, Любовь Полищук, Ольга Прокофьева
10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
23.05 Даёшь молодёжь! (16+)
00.55 «РАНЕТКИ». (16+)
04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ПЛОХИЕ БАНКИ». (16+)
Сериал. Драма, триллер, Германия, Люксембург, 2018 г.
11.00, 19.00, 03.00 «БОЖЕ МОЙ!» (субтитры). (18+)
13.00, 21.00, 05.00 «РОКОВАЯ СВЯЗЬ». (18+)
14.45, 22.45, 06.45 «ПО ПРИЗНАКАМ СОВМЕСТИМОСТИ». (16+)
Мелодрама, комедия, США, 2012 г.
16.15, 00.15, 08.15 «УБИЙСТВО В СТИЛЕ ГОЙИ». (16+)
Криминальный триллер, Испания, Бельгия, 2019 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

09.25 Как поживаете? (12+)
09.55 Календарь дачника. (12+)
10.15 Сад своими руками. (12+)
10.45 Сельский туризм. (12+)
11.15 Дачная энциклопедия. (12+)
11.50 Готовим на Майорке. (12+)
12.05 Ремонт без правил. (12+)
12.35 Садовый доктор. (12+)
12.55, 21.00 Дачные радости. (12+)
13.30 Безопасность. (12+)
14.00, 15.30, 18.00, 19.40 Огород круглый год. (12+)
14.30 Гордость России. (6+)
15.00 Школа дизайна. (12+)
15.50 Свечной заводик. (12+)
16.10 Домашняя экспертиза. (12+)
16.40 Стройплощадка. (12+)
17.10 Мастер. (12+)
17.45 Дачные хитрости. (12+)
18.20 Высший сорт. (12+)
18.35 Сравнительный анализ. (12+)
19.05 История усадеб. (12+)
19.55 Сам себе дизайнер. (12+)
20.10 Инструменты. (12+)
20.25 Дачных дел мастер. (12+)
21.30 Крымские дачи. (12+)
22.00 Да здравствует мыло душистое! (12+)
22.20 Ваш агроном. (12+)
22.35 Идите в баню. (12+)
22.50 Букварь дачника. (12+)
23.05 Я - фермер. (12+)
23.35 Правила огородника. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

07.30, 11.20, 15.30, 19.30, 23.40 Морская охота. (16+)
08.05, 11.55, 16.00, 20.05, 00.10 Охота с луком. (16+)
08.35 «Радзишевский и К» в поисках рыбацкого счастья. (12+)
09.05 Охота без оружия. (16+)
09.35 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
09.50 Поймай и сними. (16+)
10.20 Охота в Приволжье. (16+)
10.50 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
12.25 Весенняя рыбалка. (16+)
12.55 Спиннинг сегодня. (16+)
13.25 На зарубежных водоемах. (12+)
13.55 Рыболовное путешествие с чемпионом. (12+)
14.25 Крылатые охотники. (16+)
14.40 Нож-помощник. (16+)
14.55, 23.05 Рыбалка с Нормундом Грабовскисом. (12+)
16.30 Поймать лосося. (16+)
17.00 Безграничная рыбалка. (16+)
17.30 Территория льда. (16+)
18.00 На охотничьей тропе. (16+)
18.30 Охотничьи собаки. (16+)
19.00 Рыболовная Россия. (16+)
20.35 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
21.05 Мир рыболова. (12+)
21.35 Сезон охоты. (16+)
22.05 Мой мир - рыбалка. (12+)
22.35 Рыбалка 360. (6+)

ЖИВИ!

00.00, 13.30 Меня спасла натуропатия. (12+)
00.30, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
Эта программа - настоящий путеводитель для женщин, желающих сохранить красоту, стройность и молодость на долгие годы.
01.30, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 3D фитнес. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Street Fight. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 YogaУтро. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.00 Кардиоблондинки. (12+)
10.30 Боди-балет. (12+)
11.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
11.30 Бодитоник. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 18.00 Фитнес-мама. (16+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Дыхание стретчинга. (12+)
16.30 Кундалини-йога с Алексеем Меркуловым. (12+)
17.30, 22.00 «16+». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ВРАТАРЬ». (12+)
05.20 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)
10.00 Новости
10.10 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Мировое соглашение. (16+)
17.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.55 «КУЛИНАР». (16+)
19.00 Новости
19.25 «КУЛИНАР». (16+)
21.40 Телеигра «Игра в кино». (12+)
22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+)
23.25 Всемирные игры разума. (12+)
00.00 Новости
00.15 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА». (12+)
02.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
03.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и решка. По морям. (16+)
07.30 Утро Пятницы. (16+)
08.00 Орел и решка. Россия-2. (16+)
09.00 Орел и Решка. Чудеса света-2. (16+)
13.00 Мир наизнанку. Китай. (16+)
19.00 Мир наизнанку. Пакистан. (16+)
20.00 Орел и Решка. 10 лет. (16+)
21.00 Мир наизнанку. Бразилия. (16+)
22.00 «АЛЬ-КАПОТНЯ». (16+)
Сериал. Комедия, драма, мелодрама, Россия, 2020 г. В ролях: Максим Костромыкин, Денис Васильев, Сергей Шаталов, Маруся Климова, Мария Староторжская
23.00 «МЫЛОДРАМА-2». (16+)
Сериал. Россия, 2019 г.
00.00 Инсайдеры. (16+)
01.00 Пятница News. (16+)
01.30 Битва ресторанов. (16+)
03.30 Орел и решка. Шопинг. (16+)
04.10 Орел и решка. Америка. (16+)

Ю

05.00 Папа попал. (12+)
08.20 Барышня - Крестьянка. (16+)
Богатая и бедная девушки на три дня поменяются всем - домами, одеждой, друзьями и даже привычками.
11.55 Супермама. (16+)
14.00 Взвешенные и Счастливые. (16+)
17.30 Няня особого назначения. (16+)
Реалити, которое так долго ждали выбившиеся из сил родители вредных и неуправляемых детей. Что делать, если дети совершенно не слушаются, стены измазаны кашей, а кот прячется у соседей? Выход есть - нужно звать Няню. Профессиональная няня Вика проанализирует взаимоотношения в семье и расскажет, как исправить образ жизни и взгляд на воспитание детей.
21.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.10 Обмен жёнами. (16+)

ПОБЕДА

06.00 «Путь к Победе». (16+)
07.00 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)
08.30 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (12+)
10.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
12.30 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
Сериал. Драма, Россия, Украина, 2017 г. В ролях: Екатерина Климова, Евгений Воловенко, Александр Панкратов-Черный
16.10 «ШТРАФБАТ». (16+)
19.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+)
Сериал. Детектив, Украина, 2007 г. В ролях: Никита Тюнин, Александр Пашутин, Валерий Золотухин, Алексей Серебряков, Наталья Коляканова
23.00 «Путь к Победе». (16+)
00.10 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)
01.40 «ПОД КАМЕННЫМ НЕБОМ». (12+)
03.10 «ПРОВЕРЕНО - МИН НЕТ». (12+)
04.30 «Тайные дороги войны». (12+)
05.10 Неизвестная война. «Битва за Кавказ». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Сражения с Наполеоном. (12+)
01.45 Обыкновенная История. (6+)
02.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
03.05 На пути к Великой Победе. (12+)
03.40 Тайное становится явным. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
06.55 Личность в истории. (12+)
08.00, 08.55 «БАУХАУС - НОВАЯ ЭРА». (16+)
10.00 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ. РОССИЯ, ВЕК XVIII. ЗАВЕЩАНИЕ ИМПЕРАТОРА». (12+)
11.35 Хроники общественного быта. (12+)
12.00 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ. РОССИЯ, ВЕК XVIII. ЗАВЕЩАНИЕ ИМПЕРАТРИЦЫ». (12+)
13.35 Хроники общественного быта. (12+)
14.05 Великие живописцы. (12+)
15.05 Личность в истории. (12+)
16.10 Семь дней истории. (12+)
16.25, 17.25, 18.30 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
19.25 Жил-был Дом. (6+)
20.00 Наследие цивилизаций. Древняя Азия: Ангкор. Камбоджа. (12+)
21.00, 21.55 Расшифрованные сокровища. (12+)
22.50, 23.20 Тайны великих картин. (12+)

VIASAT HISTORY

06.05 Невероятные изобретения. (12+)
06.35, 07.20, 08.05 Расшифровка тайн. (12+)
08.50, 09.35, 10.25 Тайны музеев. (12+)
11.10 Военные заводы. (12+)
12.00 Досье погоды. (12+)
12.50 Последний поход викингов. (12+)
13.45 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
14.40 Древние суперстроения. (12+)
15.35 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
16.35 Боевые корабли. (12+)
17.25 Машины смерти. (12+)
18.20 Тайны музеев. (12+)
19.10 Тайная война. (12+)
20.05 Последний поход викингов. (12+)
Сезон: 1. Дания, 2019 г.
21.00 Военные заводы. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
21.45 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
Сезон: 1. Чешская Республика, 2019 г.
22.40 Запретная история. (12+)
23.30 Затерянные пирамиды ацтеков. (12+)
00.25 Древние суперстроения. (12+)
01.20 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
02.25 Боевые корабли. (12+)
03.15, 04.00 Музейные тайны. (12+)
04.45 Запретная история. (12+)
05.30 Даты, вошедшие в историю. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00, 06.20 Научные глупости. (16+)
06.45, 07.05 Игры разума. (16+)
07.35 Машины: Разобрать и продать. (16+)
08.25 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
09.20 Настоящий суперкар. (16+)
10.05, 10.55 Авто-SOS. (16+)
11.50 Дикий тунец. (16+)
12.40 Апокалипсис: Гитлер идёт на запад. (16+)
13.30 Авто-SOS. (16+)
14.25 Злоключения за границей. (16+)
15.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.00 Служба безопасности аэропорта: Бразилия. (16+)
16.50 Апокалипсис: Гитлер идёт на запад. (16+)
17.45 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
18.35, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.20, 00.25 Расследования авиакатастроф. (16+)
20.10 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
21.00, 02.40 Нарковойны. (16+)
21.50 Граница. (16+)
22.40 Авто-SOS. (16+)
23.35 Злоключения за границей. (16+)
01.10, 01.55 Авто-SOS. (16+)
03.35, 04.20 Осушить океан. (16+)
05.10 Чудеса инженерии. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Адская кошка. (12+)
06.45 Снимите кошку с дерева. (12+)
07.10 Майкл Фелпс: наперегонки с акулой. (12+)
08.02 На свободу с питбулем. (16+)
08.54 Правосудие Техаса. (16+)
09.46 Планета мутантов. (12+)
10.38, 11.30 Смертельные острова. (16+)
12.22 Смертельные острова. (12+)
13.14 Сафари-парк Крюгер. (16+)
14.06 Правосудие Техаса. (16+)
14.58 На свободу с питбулем. (16+)
15.50 Суровая справедливость. (16+)
16.42 Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+)
17.34, 18.26 Стив Бэкшал: заплыв с чудовищами. (12+)
19.18 Планета мутантов. (12+)
20.10 Зоопарк Сан-Диего. (12+)
21.03 Центр реабилитации Аманды. (12+)
21.56 Сафари-парк Крюгер. (12+)
22.49 Горные монстры. (16+)
23.42, 04.30 Я живой. (12+)
00.35 Легенды дикой природы. (12+)
01.28 Планета мутантов. (12+)
02.15 Сафари-парк Крюгер. (12+)
03.00 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
05.15 Горные монстры. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Стальные парни: распаковка. (12+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39 Охотники за старьем. (12+)
08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)
09.25 Махинаторы. (12+)
10.18, 01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (16+)
11.12 Автомир Майка Брюера. (12+)
11.39 Супермеханик Энт Энстед. (12+)
12.06, 12.33 Женская автомастерская. (12+)
13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)
13.54 Музейные загадки. (16+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42, 16.09 Битвы за контейнеры. (16+)
16.36 Реальные дальнобойщики. (16+)
17.30 Мятежный гараж. (16+)
18.24, 03.45 Охотники за старьем. (12+)
19.18, 19.45 Как это сделано? (12+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Стальные парни. (12+)
22.00 Потерянное фото Линкольна. (16+)
23.47 Музейные загадки. (16+)
00.40 Реальные дальнобойщики. (12+)
02.15 Мятежный гараж. (16+)
03.00, 03.23 Как это устроено? (12+)
04.30, 04.53 Женская автомастерская. (12+)
05.15 Автомир Майка Брюера. (12+)
05.38 Супермеханик Энт Энстед. (12+)

TLC

06.00, 06.25, 06.50 Оденься к свадьбе: Атланта. (12+)
07.15, 07.40 Оденься к свадьбе. (16+)
08.05, 08.31 Жизнь на острове. (12+)
08.57 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
09.49 Помешанные на чистоте. (16+)
10.41 Королева маникюра. (12+)
11.33 Семейка Шемвелл. (12+)
12.25 Дарси и Стейси. (16+)
13.18 Помешанные на чистоте. (16+)
14.11 Оденься к свадьбе. (16+)
14.37 Оденься к свадьбе. (12+)
15.04 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
16.50 Дарси и Стейси. (16+)
17.43 Помешанные на чистоте. (16+)
18.36 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
19.30 Звездный ремонт. (12+)
20.24, 20.51 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
21.18 Большие сестры. (16+)
22.11 7 маленьких Джонстонов. (12+)
23.04, 23.30 Мамы-монстры. (16+)
23.56, 03.12 Здесь живет зло. (16+)
00.48 Большие сестры. (16+)
01.37 7 маленьких Джонстонов. (12+)
02.25, 02.48 Мамы-монстры. (16+)
04.00 Жуткие свидания. (16+)
04.24, 04.48 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
05.12 Дарси и Стейси. (16+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 10.40 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
07.50, 10.35, 13.00, 15.50 Новости
07.55 «Мастер спорта» с Максимом Траньковым. (12+)
08.05 Неделя в КХЛ. (12+)
09.00 «На словах» с Елизаветой Кожевниковой. (12+)
09.25, 15.55 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска
12.30 Первые леди. (12+)
13.05, 23.20 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)
14.55 Дневник самурая. (12+)
15.10, 20.30 Мини-футбол в России. (0+)
15.20, 03.00 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Париматч». Обзор. (0+)
17.50 Мама в игре. (12+)
18.20 МатчБол. (12+)
18.55, 20.40 Гандбол. Лига Европы. Мужчины. 1/8 финала. Прямая трансляция
22.15, 01.10 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)
03.30 Спортивный детектив. Шахматная война. (12+)

EUROSPORT 1

00.30, 01.30, 02.00 Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Мужчины. (6+)
02.30, 10.30, 16.00 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 1-й этап. (12+)
03.30, 09.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Клингенталь. (12+)
05.00, 06.00 Велоспорт. Париж - Ницца. (12+)
07.00, 08.00, 08.30, 20.05, 21.00, 21.30 Биатлон. Кубок мира. Эстерсунд. Женщины. (6+)
11.30, 15.30 Велоспорт. The Cycling show. (12+)
12.00, 12.30 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Женщины. (12+)
13.15, 13.45, 23.00, 23.45 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Мужчины. Слалом. (12+)
14.30, 15.00, 19.05, 19.35 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клингенталь. (12+)
17.15 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 2-й этап. Прямая трансляция. (12+)
22.00 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 2-й этап. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 11.35 10 самых горячих клипов дня. (16+)
05.35, 08.35, 15.00, 18.35, 22.00 PRO-новости. (16+) Мы знаем о звёздах всё!
05.55 Каждое утро. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 Фан-клуб. (16+)
10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
12.20 Тимати: один по жизни или номер один? (16+)
13.20 Караокинг. (16+)
14.00 Tiktok чарт. (16+)
15.25 Русский чарт. (16+)
16.25 Музыкальная премия «Новое Радио Awards-2021». (16+)
19.00 ТОР чарт Европы плюс. (16+)
20.00 Золотая лихорадка. (16+)
22.25 ТОР 30 - Русский крутяк недели. (16+)
00.35 МузРаскрутка. (16+)
01.05 Караокинг. (18+)
03.00 Неспиннер. (18+)
04.00 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

09.30, 17.00 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Бобр добр». (0+)
11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
14.25 «Лео и Тиг». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.15 «Тобот Атлон». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Хейрдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.20 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей», «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50, 11.05, 16.05, 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50, 11.00 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
13.40 «Финес и Ферб». (6+)
15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
17.30 «Гравити Фолз». (12+)
19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Феи: Тайна страны драконов». (6+)
23.00, 02.50 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
01.40 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)
03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Малышарики», «Пег + Кот», «Домики». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
07.45 «Легенды Спарка». (0+)
08.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Союзмультфильм» представляет: «Ну, погоди!» (0+)
10.05 «Огонёк». (6+)
10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.45 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
11.05 «Приключения Ам Няма». (0+)
11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
12.40 «Дикие скричеры!» (6+)
13.05 «Металионы». (6+)
13.30 «Фиксики». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
14.55 «Лео и Тиг». (0+)
15.40 «Танцоры». (0+)
15.55 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
16.35 «Хейрдораблз». (0+)
16.40 «Сказочный патруль». (0+)
17.30 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
17.40 «Роботы-поезда». (0+)
18.10 «Турбозавры». (0+)
19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Истории Сильваниан Фэмилис». (0+)
20.50 «Оранжевая корова». (0+)
22.00 «Бен 10». (12+)
22.30 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
22.50 «Гормити». (6+)
23.20 «Ералаш». (6+)
00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
00.50 «Китти не кошка». (6+)
02.15 «Всё о Рози». (0+)

УНИКУМ

08.21, 09.09, 14.59, 22.37, 22.55 Мультфильмы. (6+)
08.30 «Октонавты». (6+)
08.57, 09.36, 14.47 «Веселая карусель». (0+)
09.50, 15.36, 22.46 Мультфильмы. (0+)
10.00, 11.12, 19.03 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
10.28, 11.39, 19.32 «Макс Стил». (12+)
10.51, 12.03, 13.35, 15.46, 17.16, 20.00 «Летающие звери». (6+)
12.33, 16.14, 17.59, 21.32 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
12.49, 16.30, 18.15, 21.48 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
13.04, 16.46, 18.31, 22.04 Проще простого! (6+)
13.20, 17.02, 18.47, 22.20 История великих изобретений. (6+)
13.50, 16.00, 17.30, 20.30 «Бобр добр». (0+)
14.05, 17.45, 20.45 «Богатырята». (6+)
14.18, 21.00 «Смешарики». (0+)
19.54 Do you speak? (6+)

О!

05.00 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
07.00 «Чик-зарядка». (0+)
07.05 О! Музыка! (0+)
07.30 «Смешарики». (0+)
08.55 «Доктор Малышкина». (0+)
09.00 «В мире малышей». (0+)
09.55 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
10.00 «Оранжевая корова». (0+)
12.00 «Спроси у ТриО!» (0+)
12.05 «Фиксики». (0+)
14.00, 00.30 «Царевны». (0+)
14.45 «Весёлый алфавит». (0+)
14.50 «Ляпик едет в Окидо». (0+)
16.30 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
17.00 «Зебра в клеточку». (0+)
18.45 «Малыши дикой природы». (0+)
19.00 «ТриО!» (0+)
19.20 «Эмми и Гуру». (0+)
20.15 «Три кота». (0+)
22.15 «Как устроен город». (0+)
22.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)
01.00 «Алиса знает, что делать!» (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Лествица. (6+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
12.30 «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
13.30 Украина, которую мы любим. (12+)
15.00, 00.30 Re:акция. (12+)
15.45 Святой Павел Таганрогский. (0+)
16.25, 23.25 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1. На Родине. (0+)
17.20 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2. На чужбине. (0+)
18.15 «ЗВЕЗДОЧЕТ». 2 серия. (12+)
19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
21.30, 03.45 Лествица. (6+)
22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 2 серия. (12+)
00.15, 04.45 День Патриарха. (0+)
01.05 Простые чудеса. (12+)
01.45 Движение вверх. (6+)
02.40 Всех радостей радость. (0+)
04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

23 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Прп. Анастасии Патрикии.

Мчч.Кодрата и иже с ним: Киприана, Дионисия, Анекта, Павла, Крискента, Дионисия, Викторина, Виктора, Никифора, Клавдия, Диодора, Серафиона, Папия, Леонида и мцц. Хариессы, Нунехии, Василиссы, Ники, Гали, Галины, Феодоры и иных многих. Прп. Павла Таганрогского. Мчч. Кодрата Никомидийского, Саторина, Руфина и прочих. Сщмч. Димитрия пресвитера.

Постный день.

«...Мы оправдываем самих себя, что держимся своей воли и следуем самим себе. Все это исчадия гордости, враждебной Богу».

Авва Дорофей

28 лет на рынке российского туризма
Славянка ТУРЫ ПО РОССИИ

27, 28, 31.03	ИСТРА С ВЫСТАВКОЙ «МЛАДШИЕ БРЕЙГЕЛИ»
27, 28.03	ОСОБНЯК БОГАЧА СТАХЕЕВА
28.03	Б.ВЯЗЕМЫ С ИЗУМИТЕЛЬНОЙ ВЫСТАВКОЙ ВЫШИВКИ!
03.04	МУЗЕЙ-КВАРТИРА Л.ГУРЧЕНКО
04.03	ВЫСТАВКА СЕРЕБРЯНОГО ВЕКА В СЕРПУХОВЕ
08-11.04	КАЛИНИНГРАД – СВЕТЛОГОРСК – КУРШСКАЯ КОСА
17.04	РЖЕВ С МОНУМЕНТОМ ПОБЕДЫ
17-18.04	НИЖЕГОРОДСКИЕ ТЕРЕМА: ГОРОХОВЕЦ-ВОЛОДАРСК
17-18.04	ДВОРЦОВАЯ РОСКОШЬ ПЕТЕРБУРГА
22-25.04	«АЛОЕ ПЛАМЯ КАЛМЫЦКОЙ СТЕПИ»
1-3.05	БРЯНСК – ОВСТУГ – КРАСНЫЙ РОГ – ДЯТЬКОВО
1-3.05	СМОЛЕНСК С УСАДЬБАМИ
1-3.05	ВОРОНЕЖ – ДИВНЫЕ ГОРЫ – КОСТОМАРОВО
06-10.05	ТЮМЕНЬ – ТОБОЛЬСК – АБАЛАК – ПОКРОВСКОЕ
08-10.05	СЕЛИГЕР – ТОРЖОК – ОСТАШКОВ
08-10.05	КР.«ОРЕШЕК» – БОГОСЛОВКА –О. КОНЕВЕЦ
08-10.05	ТАМБОВ – «ИВАНОВКА» – МИЧУРИНСК
08-10.05	ЯРОСЛАВЛЬ – РЫБИНСК – КАРАБИХА
8-10.05	КУРСК – МАРЬИНО – ВОРОБЬЕВКА А.ФЕТА
21-23.05	КАЗАНЬ – БУЛГАР – СВИЯЖСК – РАИФА
28-30.05	ПСКОВ – ИЗБОРСК – ПУШГОРЫ – ВЕЧАША
12-14.06	ВАЛААМ – ПРИОЗЕРСК – КРЕПОСТЬ КОРЕЛА
23-27.06	ВСЕ ПРИГОРОДЫ ПЕТЕРБУРГА
3-10, 16-23.07	СОЛОВЕЦКИЕ ОСТРОВА

Реклама
Наш адрес в интернете: www.slavianka.ru
8 (495) 626-05-68, 8 (495) 626-08-79
Москва, ул. Кузнецкий Мост, 21/5, подъезд 3, оф. 4039

***

Споры женщины делятся на три этапа. Вначале она спорит с отцом. Потом – с мужем. Ну а затем – с зятем.

***

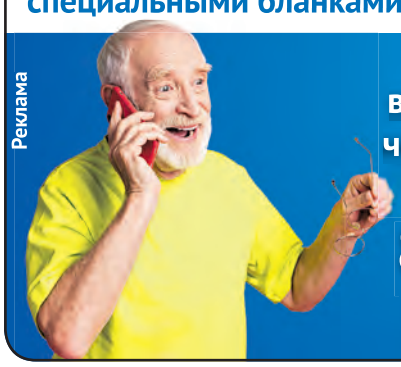
Умный муж – это такой, который не даёт жене повода для обид. Но, с другой стороны, умной жене не надо повода, чтобы обидеться.

***

Две подружки.
– Как я всё-таки тебе завидую. Ты нашла своё счастье – у тебя есть хранитель семейного очага.
– Да я с ним развожусь.
– ?
– Выяснила, что любил разводить ещё костры и в других местах.

БЕСПЛАТНАЯ
ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
ПОМОЩЬ В РАСТОРЖЕНИИ:
☞ Договоров ренты
☞ Договоров с юристами
ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ:
☞ Из МФО, КПК, Банков, Страховых компаний
8 (800) 555-49-31
Реклама

Профессиональные, опытные юристы помогут
ПЕНСИОНЕРАМ БЕСПЛАТНО
подготовить документы по перерасчету пенсий, обеспечат специальными бланками и помогут их правильно заполнить!



Реклама
ОБРАЩАЙТЕСЬ! Не теряйте возможность получить всё, что вы честно заработали за свою долгую трудовую деятельность!
8 (499) 399-00-67
Звонок бесплатный

ПЕРВЫЙ

10.55 Модный приговор. (6+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.05 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Женщины. Короткая программа. Прямой эфир из Стокгольма
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 **«УГРЮМ-РЕКА».** (16+)
Прохор отправляется в Петербург, чтобы выкупить прииск у Преперентьева.
22.30 Большая игра. (16+)
23.30 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Пары. Короткая программа. Прямой эфир из Стокгольма
00.50 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)
03.15 Мужское / Женское. (16+)

РОССИЯ

14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 **«СКЛИФОСОВСКИЙ».** (12+)
Брагин на прогулке с дочкой спасает женщину от приступа. Переживания Полины были не напрасны: удочерение Юльки осложняется.
17.00 Вести
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 **«ПРЕСТУПЛЕНИЕ. НОВЫЙ СЕЗОН».** (16+)
Следователи находят фирму, которая за день до гибели Ильина заключила соглашение с банком о реструктуризации долга. Руководитель фирмы Кривенко заявляет, что не знаком с Ильиным...
23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.20 **«ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (12+)
04.05 **«ЧЕРЧИЛЛЬ».** (12+)

ТВЦ

08.40 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 **«ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ».** (12+)
10.40 «Семён Фарада. Непутёвый кумир». (12+)
11.30 События
11.50 **«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ».** (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 **«ТАКАЯ РАБОТА».** (16+)
16.55 «Прощание». (12+)
17.50 События
18.10 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ».** (16+)
К Анне обращается купец Овчинников, недавно купивший в Затонске дом.
22.00 События
22.35 Линия защиты. (16+)
23.05 «Первые лица. Смертельная скорость». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 «Удар властью. Павел Грачёв». (16+)
01.35 «Первые лица. Смертельная скорость». (16+)
02.15 «Жуков и Рокоссовский. Служили два товарища». (12+)
02.55 «Осторожно, мошенники!» (16+)
03.20 **«ТАКАЯ РАБОТА».** (16+)
04.40 «Семён Фарада. Непутёвый кумир». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

НТВ

16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)

05.05 **«ЛИТЕЙНЫЙ».** (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ».** (16+)
10.00 Сегодня
10.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ».** (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 **«КРАСНАЯ ЗОНА».** (12+)
17.15 ДНК. (16+)
18.15 **«ПЁС».** (16+)
Ограблен ювелирный магазин, похищены драгоценности.
19.00 Сегодня
19.40 **«ПЁС».** (16+)
21.15 **«ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ».** (16+)
Шапошникова уговаривает Тарханова взять в отряд Макса. Якушев дает своим людям команду похитить Максима. Из Сочи возвращается Гриф.
23.20 Сегодня
23.35 Поздняков. (16+)
23.45 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)
00.15 Мы и наука. Наука и мы. (12+)
01.15 Место встречи. (16+)
02.55 Их нравы. (0+)
03.30 **«ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ».** (16+)

РОССИЯ К Культура

15.50 «Белая студия»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 20.05 «Правила жизни»
07.35 18.35 23.50 «Величайшие изобретения человечества»
08.35 12.10 18.15 «Красивая планета»
08.45 **«ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»**
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.40 XX век
12.25 **22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»**
13.15 «Первые в мире»
13.30 Искусственный отбор
14.15 Больше, чем любовь
15.05 Новости. Подробно
15.20 «Библейский сюжет»
15.50 «Белая студия»
16.30 01.35 История искусства
17.25 II Московский международный фестиваль искусств Юрия Башмета. «Век поиска - XX век». И. Вардаи, Д. Фрай, Ю. Башмет, Камерный ансамбль «Солисты Москвы» и Гос. симфонический оркестр «Новая Россия»
19.45 Главная роль
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Абсолютный слух
21.30 Власть факта
23.00 «Завтра не умрет никогда»
02.30 «Три тайны адвоката Плевако»

СТС

20.00 «ФОРСАЖ-6». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.15 «Маги. Истории Аркадии». (6+)
06.35 «Том и Джерри». (0+)
07.00 «Галилео». (12+)
07.30 **«МИША ПОРТИТ ВСЁ».** (16+)
08.00 **«ДЫЛДЫ».** (16+)
09.00 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
10.25 **«СКУБИ-ДУ».** (12+)
12.05 **«СКУБИ-ДУ-2. МОНСТРЫ НА СВОБОДЕ».** (0+)
14.00 Премьера! «Галилео». (12+)
14.30 **«МИША ПОРТИТ ВСЁ».** (16+)
15.00 Уральские пельмени. (16+)
15.10 **«КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ».** (16+)
16.55 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (16+)
19.00 **«ДЫЛДЫ».** (16+)
20.00 **«ФОРСАЖ-6».** (12+)
США, 2013 г. Боевик.
В ролях: Вин Дизель, Пол Уокер, Дуэйн Джонсон.
22.40 **«NEED FOR SPEED. ЖАЖДА СКОРОСТИ».** (16+)
01.05 Стендап Андеграунд. (18+)
02.05 **«СКУБИ-ДУ».** (12+)
03.25 **«АНЖЕЛИКА».** (16+)
04.40 «Сказка о солдате». (0+)
04.55 «Друзья-товарищи». (0+)
05.15 «Необыкновенный матч». (0+)
05.35 «Три банана». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.25 «Моё родное». (12+)
06.05 **«ПАСЕЧНИК».** (16+)
09.00 «Известия»
09.25 **«ПАСЕЧНИК».** (16+)
13.00 «Известия»
13.25 **«ПАСЕЧНИК».** (16+)
17.30 «Известия»
17.45 **«ПАСЕЧНИК».** (16+)
19.55 **«СЛЕД».** (16+)
Пять лет назад полицейский Александр Снеговой спас свою будущую жену от изнасилования. Снеговой был тяжело ранен...
23.15 **«КРЕПКИЕ ОРЕШКИ».** (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.30 **«СЛЕД».** (16+)
01.15 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)
03.20 «Известия»
03.30 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

ЗВЕЗДА

06.10 18.50 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)
07.00 «Сегодня утром»
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
09.20 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
09.40 10.05 «Оружие Первой мировой войны». (12+)
10.00 14.00 Военные новости
10.40 **13.15 14.05 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ».** (16+)
19.40 «Последний день». (12+)
20.25 «Секретные материалы». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 **«РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ».** (6+)
02.55 **«НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН».** (6+)

ОТР

06.00 00.30 «Вспомнить всё». (12+)
06.30 **«ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ».** (16+)
08.15 15.15 «Календарь». (12+)
09.10 16.30 03.40 «Врачи». (12+)
09.35 16.10 «Среда обитания». (12+)
10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости
10.10 **22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА».** (16+)
12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТРажение»
17.05 **18.05 «МАША В ЗАКОНЕ!»** (16+)
19.20 23.50 03.00 «Прав!Да?» (12+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
12.45 13.45 15.45 16.35 01.30 04.30 «ГОСТ». (12+)
12.50 14.45 16.40 «Историс»
13.50 15.50 17.35 01.45 04.45 «Доктор 24». (12+)
14.40 17.30 «The City». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.02 «Москва сегодня». (16+)
19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
20.30 00.30 «Рейд». (16+)
21.15 23.45 02.35 «Московский патруль». (16+)
21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
00.05 «The City. Говорим». (18+)
02.45 «Сеть». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 «Мультфильмы». (6+)
07.30 **«ВЛАСИК. ТЕНЬ СТАЛИНА».** (16+)
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.30 «Самое вкусное». (12+)
12.00 «Новости 360»
12.30 **«ПЯТЬ ШАГОВ ПО ОБЛАКАМ».** (16+)
Россия, 2008 г. Детектив.
В ролях: Елена Ручкина, Игорь Штернберг.
На церемонии вручения премий лучшим журналистам года издатель Валерия Крылова обошла своего конкурента...
15.20 **«ПУТЕЙЦЫ-2».** (16+)
17.00 «Самое яркое». (16+)
18.25 **«ГРОМОВЫ».** (12+)
20.00 «Новости 360»
20.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 **«ПУТЕЙЦЫ-2».** (16+)
23.55 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.50 11.35 00.40 03.30 05.00 «Тайны кино». (12+)
07.35 04.15 05.50 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
08.20 **«ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА».** (12+)
11.05 Это было смешно. (12+)
12.25 **20.00 «ПЕТРОВКА, 38».** (12+)
14.10 **«МАЛИНОВОЕ ВИНО».** (12+)
15.55 **23.10 «УВОЛЬНЕНИЕ НА БЕРЕГ».** (12+)
17.30 Звёзды советского экрана. (12+)
18.05 **01.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА».** (16+)
21.35 **«НОЧНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ».** (12+)
01.30 «Москва на все времена». (12+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены 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

РЕН

20.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙСКАУТ». (16+)

05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 04.20 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 Засекреченные списки. (16+)
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 03.30 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 02.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙСКАУТ». (16+)
22.05 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 «КТО Я?» (12+)

ТНТ

13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

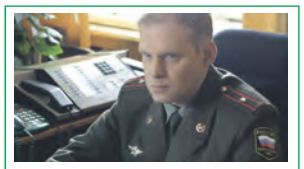
07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «САШАТАНЯ». (16+)
09.30 «Ты топ-модель на ТНТ». (12+)
11.00 «ББ шоу». (16+)
12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
Некто «М» совершает таинственный поджог полицейских машин Барвихи. Теперь поимка поджигателя - дело чести для рублевских копов.
22.05 «Двое на миллион». (16+)
23.05 «Stand up». (16+)
00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
01.10 «Импровизация». (16+)
03.00 «Comedy Баттл». (16+)
03.55 «Открытый микрофон». (16+)
05.35 «ТНТ. Best». (16+)

ТВ-3

23.00 «ТАЙНЫ БЕРМУДСКОГО ТРЕУГОЛЬНИКА». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Врачи. (16+)
12.25 Гадалка. (16+)
14.40 Мистические истории. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
16.55 «Старец». (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
После произошедшего Глассман предлагает Браун поход к психологу. К Шону попадает пациент с аутизмом. Родители мальчика не в восторге от того, что лечащий врач их сына страдает схожим заболеванием. У Калу пожилой пациент...
23.00 «ТАЙНЫ БЕРМУДСКОГО ТРЕУГОЛЬНИКА». (16+)
03.45 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
04.30 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)
05.15 «Тайные знаки». (16+)

ЧЕ



15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.35 Каламбур. (16+)
07.30 КВН Best. (16+)
09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
10.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
11.30 Улётное видео. (16+)
13.00 Дизель шоу. (16+)
15.00 «СОЛДАТЫ-7». (12+)
17.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)
19.00 Дизель шоу. (16+)
21.00 Решала. (16+)
Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые всё-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно. Но какой трудной ни была бы проблема - её надо решать! Поэтому на российском телевидении появился «Решала». Ведущий проекта Влад Чижов - блогер, который ведёт свой паблик в сети.
23.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Улётное видео. (16+)

МАТЧ ТВ

14.10 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)

06.00, 08.55, 12.00, 14.05, 16.10 Новости
06.05, 12.05, 16.15, 22.00, 00.45 Все на Матч!
09.00, 12.45, 03.40 Специальный репортаж. (12+)
09.20 Профес. бокс. (16+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.30 «На пути к Евро». (12+)
13.05 Смешанные единоборства.(16+)
14.10, 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
16.50 Хоккей. «Металлург» (Магнитогорск) - «Авангард» (Омск). КХЛ. 1/2 финала конференции «Восток». Пр.тр.
19.20 Все на футбол!
19.50 Футбол. Турция - Нидерланды. ЧМ-2022. Пр.тр.
22.35 Футбол. Франция - Украина. ЧМ-2022. Пр.тр.
01.40 Футбол. Мальта - Россия. ЧМ (0+)

ДОМАШНИЙ

13.50 «Порча». (16+)

06.10 «6 кадров». (16+)
06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.20 Давай разведёмся! (16+)
09.25 Тест на отцовство. (16+)
11.35 «Реальная мистика». (16+)
12.40 «Понять. Простить». (16+)
13.50 «Порча». (16+)
14.20 «Знахарка». (16+)
14.55 «ПОГОВОРИ С НЕЙ». (16+)
19.00 «ПОСЛЕ ЗИМЫ». (16+)
23.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)
01.00 «ПРИВЕТ, КИНДЕР!» (16+)
02.55 «Порча». (16+)
03.20 «Знахарка». (16+)
03.45 «Понять. Простить». (16+)
04.35 «Реальная мистика». (16+)
05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ
«КВАРТИРА-КОРМИЛИЦА»
Заключение договора ренты с выплатой пенсионерам
до 5 млн руб. в день подписания договора
до 50 тыс. руб. ежемесячно пожизненно
Устройство в государственные и частные пансионаты
Постоянное проживание
Лечение Отдых
КОМПАНИЯ СОЛНЦЕ В РУКАХ
Оформление по ГК РФ
Нотариальное заверение
Государственная регистрация
м. «Китай-Город» www.soc-renta.ru
8 (495) 544-73-22 8 (925) 051-94-32
Реклама
ООО «СоцРента» ОГРН 0012774677789
Пожизненная рента выплачивается другим лицом, согласованным с рентополучателем

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ
8 (495) 142-51-94
Реклама

ВНИМАНИЕ!
ФИНАНСОВАЯ ПОМОЩЬ РОССИЙСКИМ ПЕНСИОНЕРАМ
ВТОРАЯ ПЕНСИЯ ДО 50 000 РУБЛЕЙ

ПРОГРАММЫ:
«ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ»
«ОБРАТНАЯ ИПОТЕКА»
ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА ДО 5 000 000 РУБЛЕЙ
НАСЛЕДСТВЕННЫЙ ДОГОВОР!
МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ
ОФОРМИТЕ ЗА 3 ДНЯ. ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ СИДЕЛКИ.
WWW.МОССОЦРЕНТА.РФ
8 (495) 641-66-41
ООО «МГЦР» ОГРН 1147746620636.
РЕКЛАМА

СУПЕРЗАЩИТА МОЗГА И СОСУДОВ
УДИВИТЕЛЬНАЯ ФОРМУЛА ГЕМОТЕНОЛ С ДВОЙНЫМ ЭФФЕКТОМ!

РЕКЛАМА
Тема здоровья – сейчас главная тема для всего населения земли. Малоподвижный образ жизни, неправильное питание и постоянный стресс многократно повышают риск развития различных проблем с сосудами головного мозга.
Что делать в этой ситуации? Есть прекрасный комплекс GEMOTENOL*

*Гемотенол оказывает благотворное воздействие на сосуды головного мозга, сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт, сосуды глазного дна, когнитивные функции, сон и память, приводит в порядок обмен веществ.
Главный секрет его в том, что он помогает организму правильно регулировать тонус артерий, защищает сосуды и разгружает сердечную мышцу.
То, что это средство особое – не пустые слова. Это не таблетка, не микстура, а специально разработанный комплекс.
По сути, он состоит из двух элементов – растительная капсула с действующими веществами и особая бустерная среда, в которой эта капсула хранится.
Бустерная среда является активатором, то есть механизмом, который запускает действие главных элементов капсулы.
После приема под воздействием соков поджелудочной железы в двенадцатиперстной кишке стенки капсулы растворяются, и её содержимое, смешиваясь с масляной средой, оказывает максимально возможное положительное влияние на организм.
Применять комплекс следует в течение двух месяцев. Благотворный эффект вы сможете ощутить уже через несколько дней, а через два месяца вы сами поразитесь, насколько изменилось ваше физическое состояние.
ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ можно по телефонам:
ЗВОНКИ ПО РОССИИ БЕСПЛАТНО
8 (800) 600-57-56; 8 (495) 136-59-66

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

05.00, 05.40 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
06.40 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
08.40 «ДЮНА». (12+)
11.10 «МИССИЯ «СЕРЕНИТИ». (16+)
13.15 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
15.10 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)
17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)
21.25 «ОБЛИВИОН». (16+)
США, 2013 г. В ролях: Том Круз, Ольга Куриленко, Андреа Райзборо
23.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
02.20 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.40 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОБЕДУ». (6+)
07.20 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
09.40 «НЕВЕСТА». (16+)
11.20, 00.15 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
13.05, 13.55, 19.00, 19.45 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
14.45 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (12+)
16.15 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
17.35 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
20.35 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)
22.25 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
01.55 «РУССКИЙ РЕЙД». (18+)
03.50 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (12+)

ДОМ КИНО

05.20 Золото «Ленфильма». «ТРУФФАЛЬДИНО ИЗ БЕРГАМО». (12+)
07.50 «Два хвоста». Мультфильм. (6+)
09.15 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
10.30 «СВАТЫ». (16+)
14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)
СССР, 1956 г. В ролях: Нина Иванова, Николай Рыбников, Владимир Гуляев, Валентина Пугачева
00.50 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (12+)
02.40 «РЕБРО АДАМА». (16+)
04.00 «РУССКИЙ БИЗНЕС». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 10.55, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
07.00, 14.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
07.50 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
09.10, 12.55, 18.05 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
09.55, 13.40, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
11.55, 21.30, 03.20 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
15.35, 16.20, 20.00, 20.45, 00.10, 00.55 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
22.30, 02.25 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
1 сезон. Сериал. Великобритания, 2018 г. В ролях: Николя Уолкер, Стивен Мэнгэн
23.25, 01.40 «АМНЕЗИЯ». (16+)
04.20 «ЛИЦО ЛЮБВИ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.30 «ВРЕМЯ ВОЗМЕЗДИЯ». (18+)
02.30 «ОНА». (16+)
04.25 «ЧТЕЦ». (16+)
06.20 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)
08.05 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)
10.00 «ДОРЗ». (16+)
12.10 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
13.55 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
15.45 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)
17.10 «ЦИМБЕЛИН». (16+)
18.45 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
20.30 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
22.00 «ЖЕНА». (16+)
Драма, Великобритания, Швеция, США, 2017 г.
23.30 «ЧЕЛОВЕК - ШВЕЙЦАРСКИЙ НОЖ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

03.50 «КОРОБОЧКА». (16+)
04.10 «ПРИШЕЛЕЦ». (12+)
05.35 «ВОРОТНИЧОК». (16+)
06.00 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
07.30 «МОТЫЛЕК». (16+)
09.10 «НОВОГОДНИЙ ПАПА». (16+)
10.55 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)
12.35 «ДОМИНИКА». (12+)
14.10 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+)
15.40 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+)
17.30 «С ЧЁРНОГО ХОДА». (16+)
19.00 «ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВИЕ НЕБЕСНОЕ». (16+)
20.45 «МЕТАФОРА». (16+)
21.00 «НАПАРНИК». (12+)
22.40 «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.50 «ЛЕТО. ОДНОКЛАССНИКИ. ЛЮБОВЬ». (16+)
02.35 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА». (12+)
04.50 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+)
06.20 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (12+)
08.20 «ПРЕКРАСНАЯ ЭПОХА». (18+)
10.30 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
12.20 «ГЕРОЙ СУПЕРМАРКЕТА». (12+)
14.00 «ТОЛСТЯК ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
15.45 «НАЧАЛО ВРЕМЁН». (16+)
17.35 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
19.30 «ВАСАБИ». (16+)
21.15 «СМЕРТЬ НА ПОХОРОНАХ». (16+)
22.55 «ЭТОТ НЕЛОВКИЙ МОМЕНТ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.20, 01.50 «ЧЕРЕЗ ТЕРНИИ К ЗВЕЗДАМ». (6+)
03.10 «СЛЕД СОКОЛА». (12+)
05.35 «ТАКСИ-БЛЮЗ». (18+)
07.40 «КАДКИНА ВСЯКИЙ ЗНАЕТ». (16+)
09.15 «ДАУН ХАУС». (16+)
10.45 «МИО, МОЙ МИО». (12+)
12.40 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (16+)
14.25 «КЛАССИК». (16+)
16.25, 17.40 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (6+)
19.00 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (6+)
Криминал, детектив, триллер, СССР, 1987 г.
21.35 «СВАДЬБА». (16+)
Драма, комедия, Франция, Россия, 2000 г.
23.45 «ОСЛИНАЯ ШКУРА». (12+)

СУББОТА!

05.00, 04.35 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
10.45, 11.40, 12.40, 13.35, 14.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
15.25, 16.15, 17.10, 18.45, 19.30 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
18.00 Скажи платью «Да!» (16+)
20.20, 21.15, 22.00, 22.55 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.50 Суббота! News. (16+)
00.00, 01.05 Аферисты в сетях. (16+)
02.05, 02.50, 03.40 Барышня-крестьянка. (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00
«ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00
«НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
13.00, 21.00, 05.00
«ЕРМОЛОВЫ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00
«ИНКВИЗИТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00
«МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
Сериал. Детектив с элементами мелодрамы, Россия, 2006 г. В ролях: Сергей Жигунов, Любовь Толкалина

CTC LOVE

06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
Сериал. Драмеди, Россия, 2005-2006 гг. В ролях: Нелли Уварова, Григорий Антипенко, Раиса Рязанова, Георгий Тараторкин, Петр Красилов
14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
23.00 Даёшь молодёжь! (16+)
00.55 «РАНЕТКИ». (16+)
04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00
«ПЛОХИЕ БАНКИ». (16+)
10.55, 18.55, 02.55
«ДЕНЬ КОГДА ЗЕМЛЯ ЗАМЕРЗЛА». (12+)
Сериал. Фантастика, триллер, Великобритания, Новая Зеландия, 2010 г.
12.30, 20.30, 04.30
«ЖМОТ». (16+)
14.05, 22.05, 06.05
«РЕВОЛЬВЕР». (16+)
Триллер, Франция, Великобритания, 2005 г.
16.00, 00.00, 08.00
«ИТАЛЬЯНСКАЯ ГОНЩИЦА» (субтитры). (18+)
Драма, Италия, 2016 г.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
08.25 «КУЛИНАР». (16+)
10.00 Новости
10.10 «КУЛИНАР». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Мировое соглашение. (16+)
17.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.55 «КУЛИНАР». (16+)
19.00 Новости
19.25 «КУЛИНАР». (16+)
20.35 «КУЛИНАР-2». (16+)
Сериал. Боевик, Россия, Украина, 2013 г. В ролях: Игорь Ботвин, Роман Агеев
21.40 Телеигра «Игра в кино». (12+)
22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+)
23.25 Всемирные игры разума. (12+)
00.00 Новости
00.15 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА-2». (6+)
02.40 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и решка. По морям. (16+)
07.30 Утро Пятницы. (16+)
08.30 Орел и решка. Россия-2. (16+)
10.00 Орел и Решка. Чудеса света-2. (16+)
11.00, 19.00 На ножах. (16+)
Главный шеф страны и гуру ресторанного бизнеса продолжает доводить до ума самые убыточные заведения страны! Константин Ивлев превращает кафе и рестораны, в которые никто не ходит, в прибыльный бизнес. Легендарный шеф приедет и научит, как дальше жить, готовить и обслуживать посетителей, чтобы стать приличным заведением.
22.00 «АЛЬ-КАПОТНЯ». (16+)
Сериал. Россия, 2020 г.
23.00 «МЫЛОДРАМА-2». (16+)
Сериал. Россия, 2019 г.
00.00 Инсайдеры. (16+)
01.00 Пятница News. (16+)
01.30 Битва ресторанов. (16+)
03.30 Орел и решка. Шопинг. (16+)
04.10 Орел и решка. Америка. (16+)

Ю

05.20 Папа попал. (12+)
08.20 Барышня - Крестьянка. (16+)
11.55 Супермама. (16+)
15.00 Взвешенные и Счастливые. (16+)
17.30 Беременна в 16. (16+)
В новом сезоне нашумевшего реалити о подростковой беременности ещё более реальные истории и проблемы, о которых принято молчать, но о них нужно знать каждому. Девочки-подростки из разных уголков России встают перед выбором, который изменит их жизнь. Найдут ли они силы преодолеть испытания и стать счастливыми?
21.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.05 Обмен жёнами. (16+)
Когда в семье мужчина - голова, то женщина, конечно, шея. И куда шея повернёт, туда голова и посмотрит. А что, если мужчиной какое-то время «покрутит» другая женщина? Увидит ли он новые горизонты?

ПОБЕДА

06.00 «Путь к Победе». (16+)
07.00 «ТАЙНАЯ ПРОГУЛКА». (12+)
08.30 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
10.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2008 г.
12.30 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
16.10 «ШТРАФБАТ». (16+)
19.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+)
23.00 «Путь к Победе». (16+)
00.10 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)
Приключенческий фильм, Россия, 2007 г.
Осенью 1942 года в прифронтовом районе происходит крупная железнодорожная диверсия: подрыв советского воинского эшелона, везущего на фронт технику и бойцов. Мгновенная реакция НКВД и военной контрразведки дает свои результаты.
01.40 «СЫН ПОЛКА». (12+)
03.50 «ДВА ФЁДОРА». (12+)
05.10 Неизвестная война. «Величайшее танковое сражение». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Сражения с Наполеоном. (12+)
01.45 Обыкновенная История. (6+)
02.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
03.05 На пути к Великой Победе. (12+)
03.40 Тайное становится явным. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
06.55 Личность в истории. (12+)
08.00 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ. РОССИЯ, ВЕК XVIII. ЗАВЕЩАНИЕ ИМПЕРАТОРА». (12+)
09.35 Хроники общественного быта. (12+)
09.55 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ. РОССИЯ, ВЕК XVIII. ЗАВЕЩАНИЕ ИМПЕРАТРИЦЫ». (12+)
11.40 Хроники общественного быта. (12+)
12.00, 13.05 Великие живописцы. (12+)
14.15, 15.15 Расшифрованные сокровища. (12+)
16.20, 17.25, 18.25 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
19.25 Жил-был Дом. (6+)
20.00 Забытый полководец: Масленников Иван Иванович. (12+)
20.35 Хроники общественного быта: Водопровод. (12+)
21.00 Подземная Италия: Рим. (12+)
22.15 Антагонисты. Соперники в искусстве: Тёрнер против Констебла. (12+)
23.20 Тайны великих картин. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00 Невероятные изобретения. (12+)
06.25, 07.10 Расшифровка тайн. (12+)
07.55, 08.40, 09.30, 10.15 Тайны музеев. (12+)
11.00 Военные заводы. (12+)
11.50 Досье погоды. (12+)
12.40 Последний поход викингов. (12+)
13.35 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
14.40 Древние суперстроения. (12+)
15.35 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
16.35 Боевые корабли. (12+)
17.25 Машины смерти. (12+)
18.20 Тайны музеев. (12+)
19.10 Тайная война. (12+)
20.05 Последний поход викингов. (12+)
21.00 Тайны военной машины нацистов. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
21.50 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
Сезон: 1. Чешская Республика, 2019 г.
22.45 Запретная история. (12+)
23.30 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
00.35 Древние суперстроения. (12+)
01.30 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
02.30 Боевые корабли. (12+)
03.25, 04.10 Музейные тайны. (12+)
04.50 Запретная история. (12+)
05.35 Родовые проклятья. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Сделать за один день. (16+)
06.25 Научные глупости. (16+)
06.45, 07.10 Игры разума. (16+)
07.35 Машины: Разобрать и продать. (16+)
08.25 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
09.20 Настоящий суперкар. (16+)
10.10, 11.00 Авто-SOS. (16+)
11.50 Дикий тунец. (16+)
12.45 Нарковойны. (16+)
13.35 Авто-SOS. (16+)
14.25 Злоключения за границей. (16+)
15.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.00 Служба безопасности аэропорта: Бразилия. (16+)
16.50 Нарковойны. (16+)
17.45 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
18.35, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.20, 00.20 Расследования авиакатастроф. (16+)
20.10 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
21.00 Аляска: Новое Поколение. (16+)
21.50 Остров бунтарей. (16+)
22.40 Авто-SOS. (16+)
23.30 Злоключения за границей. (16+)
01.10, 01.55 Авто-SOS. (16+)
02.40 Аляска: Новое Поколение. (16+)
03.30, 04.20 Осушить океан. (16+)
05.05 Чудеса инженерии. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Адская кошка. (12+)
06.45 Снимите кошку с дерева. (12+)
07.10 Суровая справедливость. (16+)
08.02 На свободу с питбулем. (16+)
08.54 Правосудие Техаса. (16+)
09.46 Планета мутантов. (12+)
10.38 Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+)
11.30, 12.22 Стив Бэкшал: заплыв с чудовищами. (12+)
13.14 Сафари-парк Крюгер. (12+)
14.06 Правосудие Техаса. (16+)
14.58 На свободу с питбулем. (16+)
15.50 Легенды дикой природы. (12+)
16.42, 17.34, 18.26 Герои среди нас. (12+)
19.18 Планета мутантов. (12+)
20.10 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
21.03 Центр реабилитации Аманды. (12+)
21.56 Сафари-парк Крюгер. (12+)
22.49 Горные монстры. (16+)
23.42 Я живой. (12+)
00.35 Зоопарк Сан-Диего. (12+)
01.28 Планета мутантов. (12+)
02.15 Сафари-парк Крюгер. (12+)
03.00 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30 Я живой. (12+)
05.15 Горные монстры. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Битвы за контейнеры. (16+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39 Охотники за старьем. (12+)
08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)
09.25 Махинаторы. (12+)
10.18 Потерянное фото Линкольна. (16+)
12.06 Голые и напуганные XL. (16+)
13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)
13.54 Музейные загадки: Пустынный монстр. (16+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42, 16.09 Битвы за контейнеры. (16+)
16.36 Реальные дальнобойщики. (12+)
17.30 Мятежный гараж. (16+)
18.24 Охотники за старьем. (12+)
19.18, 19.45 Как это сделано? (12+)
20.12 Махинаторы: Maserati Biturbo 1985 года. (12+)
21.06 Стальные парни. (12+)
22.00, 22.54 Голые и напуганные XL. (16+)
23.47 Музейные загадки: Зловещее предсказание. (16+)
00.40 Реальные дальнобойщики. (12+)
01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
02.15 Мятежный гараж. (16+)
03.00, 03.23 Как это устроено? (12+)
03.45 Охотники за старьем. (12+)
04.30 Потерянное фото Линкольна. (16+)

TLC

06.00, 06.25, 06.50 Оденься к свадьбе: Атланта. (12+)
07.15 Оденься к свадьбе. (16+)
07.40 Оденься к свадьбе. (12+)
08.05, 08.31 Жизнь на острове. (12+)
08.57 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
09.49 Помешанные на чистоте. (16+)
10.41, 11.07 Мамы-монстры. (16+)
11.33 Свадебный салон XXL. (12+)
12.25 Дарси и Стейси. (16+)
13.18 Помешанные на чистоте. (16+)
14.11, 14.37 Оденься к свадьбе. (12+)
15.04 Большие сестры. (16+)
15.57 7 маленьких Джонстонов. (12+)
16.50 Дарси и Стейси. (16+)
17.43 Помешанные на чистоте. (16+)
18.36 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
19.30 Звездный ремонт. (12+)
20.24, 20.51 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
21.18 Я вешу 300 кг. (16+)
23.04 Доктор «Прыщик». (16+)
23.56 Здесь живет зло. (16+)
00.48 Я вешу 300 кг. (16+)
02.25 Доктор «Прыщик». (16+)
03.12 Здесь живет зло. (16+)
04.00 Жуткие свидания. (16+)
04.24, 04.48 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
05.12 Дарси и Стейси. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

08.55, 16.55, 22.05 Дачные радости. (12+)
09.25 Безопасность. (12+)
10.00, 11.30, 13.50, 15.30 Огород круглый год. (12+)
10.30 Гордость России. (6+)
11.00 Школа дизайна. (12+)
11.50 Свечной заводик. (12+)
12.05 Домашняя экспертиза. (12+)
12.35 Стройплощадка. (12+)
13.05 Мастер. (12+)
13.35 Дачные хитрости. (12+)
14.10 Высший сорт. (12+)
14.30 Сравнительный анализ. (12+)
15.00 История усадеб. (12+)
15.50 Сам себе дизайнер. (12+)
16.10 Инструменты. (12+)
16.25 Дачных дел мастер. (12+)
17.25 Крымские дачи. (12+)
18.00 Да здравствует мыло душистое! (12+)
18.15 Ваш агроном. (12+)
18.30 Идите в баню. (12+)
18.50 Букварь дачника. (12+)
19.05 Я - фермер. (12+)
19.35 Правила огородника. (12+)
19.55 Прогулка по саду. (12+)
20.25 Дело в отделке. (12+)
20.55 Мастер-садовод. (12+)
21.15 Приглашайте в гости. (12+)
21.35 Искатели приключений. (12+)
22.35 Ландшафтные эксперименты. (12+)
23.05 Народные умельцы. (12+)
23.40 Как построить дом. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.30 Охота в Приволжье. (16+)
07.00 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
07.25, 11.25, 15.25, 19.35, 23.45 Морская охота. (16+)
08.00, 11.55, 16.00, 20.05, 00.15 Охота с луком. (16+)
08.30 Весенняя рыбалка. (16+)
09.00 Спиннинг сегодня. (16+)
09.30 На зарубежных водоемах. (12+)
10.05 Рыболовное путешествие с чемпионом. (12+)
10.35 Крылатые охотники. (16+)
10.50, 19.00 Рыбалка с Нормундом Грабовскисом. (12+)
12.30 Поймать лосося. (16+)
13.00 Безграничная рыбалка. (16+)
13.25 Территория льда. (16+)
14.00 На охотничьей тропе. (16+)
14.25 Охотничьи собаки. (16+)
14.55 Рыболовная Россия. (16+)
16.30 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
17.00 Мир рыболова. (12+)
17.30 Сезон охоты. (16+)
18.00 Мой мир - рыбалка. (12+)
18.30 Рыбалка сегодня XL. (16+)
20.35 Технология зимнего клева. (12+)
21.05 Охота в Удмуртии. (16+)
21.40 Рождение клинка. (16+)
22.10 Сомы Европы. (12+)
22.40 Планета охотника. (16+)
23.15 Андрей Старков и его команда. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.30 Меня спасла натуропатия. (12+)
00.30, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 19.30 Табата-Хард. (12+)
Высокоинтенсивный интервальный тренинг, цель которого сделать максимальное количество движений за минимальное время.
02.00, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 3D фитнес. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Street Fight. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 YogaУтро. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.00 Кардиоблондинки. (12+)
10.30 Боди-балет. (12+)
11.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
11.30 Бодитоник. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 18.00 Фитнес-мама. (16+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Дыхание стретчинга. (12+)
16.30 Кундалини-йога с Алексеем Меркуловым. (12+)
17.30, 22.00 «16+». (16+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.25 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска
07.25, 09.35 Мама в игре. (12+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55, 19.25 Волейбол. Обзор. (0+)
08.25, 16.00, 01.15 Спортивный детектив. (12+)
09.20, 16.55 Детский вопрос. Иван Новосельцев. (0+)
10.05, 11.25, 23.50, 02.05 Гандбол. Лига Европы. (0+)
12.50 Мини-футбол в России. (0+)
13.05 Жизнь после спорта. (12+)
13.30 Бильярд. (0+)
15.05 Без денег. (12+)
15.25, 23.25 Вид сверху. (12+)
17.10 Профессиональный бокс. (16+)
19.55 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. 1/2 финала. Прямая трансляция
21.50 МатчБол. (12+)
22.25 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)

EUROSPORT 1

00.30 Ралли-рейд. Extreme E. (12+)
01.30, 02.00 Биатлон. (6+)
02.30, 10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». (12+)
03.30, 09.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Закопане. (12+)
05.00, 06.00 Велоспорт. Тиррено - Адриатико. (12+)
07.00, 07.30, 08.00, 08.30 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клигенталь. (12+)
11.55, 12.25 Олимпийские игры. «Вдали от дома». (12+)
12.55 Теннис. WTA 250. Гвадалахара. Финал. (6+)
13.55 Теннис. ATP 500. Акапулько. Финал. (6+)
15.25 Теннис. WTA 1000. Дубай. Финал. (6+)
16.25 Теннис. ATP 500. Дубай. Финал. (6+)
17.30 Теннис. «ATP: за кадром». (6+)
18.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
20.00, 22.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 11.35, 22.25 10 самых горячих клипов дня. (16+)
05.35, 08.35, 15.00, 18.35, 22.00 PRO-новости. (16+)
05.55 Каждое утро. (16+)
09.00 ТОР чарт Европы плюс. (16+)
10.00 Фан-клуб. (16+)
10.30, 23.05 Прогноз по году. (16+)
12.20 Русские хиты. Чемпионы среды. (16+)
14.00 Золотая дюжина. (16+)
15.25 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
16.35 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
17.35 Тимати: один по жизни или номер один? (16+)
19.00 Tiktok чарт. (16+) Новый модный музыкальный чарт с обзором самых востребованных треков в челленджах платформы ТикТок.
20.00 10 самых! (16+)
20.35 Лайкер. (16+)
00.05 Клипортация: 25 лет за 25 часов. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

09.30, 17.00 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Бобр добр». (0+)
11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
14.25, 19.00 «Лео и Тиг». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.15 «Тобот Атлон». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Хейрдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.20 «Малышарики». (0+)
19.10 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей», «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50, 11.05, 16.05, 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50, 11.00 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
13.40 «Финес и Ферб». (6+)
15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
17.30 «Гравити Фолз». (12+)
19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Русалочка». (6+)
23.00, 02.50 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
01.40 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)
03.35 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Малышарики», «Пег + Кот», «Домики». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
07.45 «Легенды Спарка». (0+)
08.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Союзмультфильм» представляет: «Ну, погоди!» (0+)
10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.45 «Игра с умом». (0+)
11.05 «Бурёнка Даша». (0+)
11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
12.40 «Дикие скричеры!» (6+)
13.05 «Металионы». (6+)
13.30 «Фиксики». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
14.55 «Лео и Тиг». (0+)
15.40 «Вкусняшки шоу». (0+)
15.55 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
16.35 «Хейрдораблз». (0+)
16.40 «Фееринки». (0+)
17.30 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
17.40 «Роботы-поезда». (0+)
18.10 «Зебра в клеточку». (0+)
19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Истории Сильваниан Фэмилис». (0+)
20.50 «Три кота». (0+)
22.00 «Бен 10». (12+)
22.30 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
22.50 «Гормити». (6+)
23.20 «Ералаш». (6+)
00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
00.50 «Китти не кошка». (6+)
02.15 «Паровозик Тишка». (0+)
03.25 «Команда Дино. Исследователи». (0+)

УНИКУМ

08.30 «Октонавты». (0+)
08.57, 09.27, 14.47, 15.26, 22.36 «Веселая карусель». (0+)
09.13, 09.40, 15.40, 22.48, 23.25 Мультфильмы. (0+)
09.48, 14.59, 23.01 Мультфильмы. (6+)
10.00, 11.12, 19.03 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
10.28, 11.39, 19.32 «Макс Стил». (12+)
10.51, 12.03, 13.35, 15.46, 17.16, 20.00 «Летающие звери». (6+)
12.33, 16.14, 17.59, 21.32 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
12.49, 16.30, 18.15, 21.48 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
13.04, 16.46, 18.31, 22.04 Проще простого! (6+)
13.20, 17.02, 18.47, 22.20 История великих изобретений. (6+)
13.50, 16.00, 17.30, 20.30 «Бобр добр». (0+)
14.05, 17.45, 20.45 «Богатырята». (6+)
14.18, 21.00 «Смешарики». (0+)
19.54 Do you speak? (6+)

О!

05.00 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
07.00 «Чик-зарядка». (0+)
07.05 О! Музыка! (0+)
07.30 «Смешарики». (0+)
08.55 «Доктор Малышкина». (0+)
09.00 «В мире малышей». (0+)
09.55 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
10.00 «Ангел Бэби». (0+)
12.00 «Спроси у ТриО!» (0+)
12.05 «Фиксики». (0+)
14.00, 00.30 «Царевны». (0+)
14.45 «Весёлый алфавит». (0+)
14.50 «Ляпик едет в Окидо». (0+)
16.30 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
17.00 «Оранжевая корова». (0+)
18.45 «Малыши дикой природы». (0+)
19.00 «ТриО!» (0+)
19.20 «Эмми и Гуру». (0+)
20.15 «Три кота». (0+)
22.15 «Как устроен город». (0+)
22.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)
01.00 «Зебра в клеточку». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Лествица. (6+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
12.30 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
13.05 Простые чудеса. (12+)
15.00, 00.35 Re:акция. (12+)
15.45 Опыт любви. Опыт единства. Митрополит Иосиф (Семашко). 1 часть. (0+)
17.25 Новый Иерусалим. Цикл: Специальный корреспондент с Аркадием Мамонтовым. (0+)
18.15 «ЗВЕЗДОЧЕТ». (12+)
19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
21.30, 03.45 Лествица. (6+)
22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». (12+)
23.30 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2. На чужбине. (0+)
00.20, 04.45 День Патриарха. (0+)
01.10 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
02.00 В поисках Бога. (6+)
02.25 Лица Церкви. (6+)
02.40 Надеющиеся на Тя, да не погибнем. (0+)
04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

24 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Свт. Софрония, патриарха Иерусалимского.

Свт. Евфимия, архиеп. Новгородского, чудотворца. Сщмч. Пиония, пресвитера Смирнского, и иже с ним. Прп. Софрония, затворника Печерского. Свт. Софрония, еп. Врачанского (Болг.). Перенесение мощей мч. Епимаха. Прп. Алексия Голосеевского, Киевского. Прп. Патрикия исп. Св. Василия исп., пресвитера.

Постный день.

«...От здравствующих Бог требует посильного дела. И будем делать, одного того всячески стараясь избегать, чтобы не окрадать самих себя тщеславием перед другими и самомнением перед собою, якобы делающие нечто великое...»

Прп. Феодор Студит

СУДОКУ

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3х3 цифры не повторялись.

1

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

2

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

3

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

4

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

5

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

6

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

Ответы

1

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

2

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

3

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

4

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

5

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

6

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

ПЕРВЫЙ

19.45 Пусть говорят. (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 «УГРЮМ-РЕКА». (16+)
Умирает отец Нины - Яков Назарович Куприянов. Нина становится богатой наследницей.
22.30 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Пары. Произвольная программа. Прямой эфир из Стокгольма
23.55 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Мужчины. Короткая программа. (0+)
00.55 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)
03.15 Мужское / Женское. (16+)

РОССИЯ

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

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)
В суде Насибову, убийце Ларисы, выносят приговор - пять лет заключения. Зименская в бешенстве, она ожидала более сурового решения.
17.00 Вести
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ. НОВЫЙ СЕЗОН». (16+)
Немченко звонит среди ночи Москвиной. Он уверен, что знает, кто похитил Олю и где её держат, и просит немедленно прислать спецназ. Светлана Немченко, мать Оли, находит спрятанный планшет дочери. В папке с фотографиями она обнаруживает несколько снимков из оперы.
23.35 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
02.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
04.05 «ЧЕРЧИЛЛЬ». (12+)

ТВЦ

08.45 «ТРЕМБИТА». (0+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «ТРЕМБИТА». (0+)
10.40 «Инна Макарова. Предсказание судьбы». (12+)
11.30 События
11.50 «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.55 Город новостей
15.10 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
16.55 «Прощание». (16+)
17.50 События
18.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
Жених Марфы Муромовой найден задушенным в доме ее родителей, а сама девушка исчезла.
22.00 События
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Шальные браки». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.35 Петровка, 38. (16+)
00.55 90-е. «Пудель» с мандатом. (16+)
01.35 «Прощание». (16+)
02.20 «Андропов против Щёлокова. Смертельная схватка». (12+)
03.00 «Осторожно, мошенники!» (16+)
03.30 «ТАКАЯ РАБОТА». (16+)
04.45 «Екатерина Савинова. Шаг в бездну». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

НТВ

17.15 ДНК. (16+)

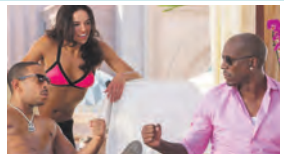
05.05 «ЛИТЕЙНЫЙ». (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)
17.15 ДНК. (16+)
18.15 «ПЁС». (16+)
В лаборатории профессора Ковальчука появляется человек в противогазе.
19.00 Сегодня
19.40 «ПЁС». (16+)
21.15 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ». (16+)
Угар, тренер детской спортивной секции и подельник Якушева, подключает своих подопечных к «игре» - они должны следить за инспекторами и докладывать обо всем ему.
23.20 Сегодня
23.35 ЧП. Расследование. (16+)
00.10 «Крутая история» с Татьяной Митковой. (12+)
01.00 Место встречи. (16+)
02.40 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

РОССИЯ К Культура

08.40 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Правила жизни»
07.35 18.35 23.50 «Величайшие изобретения человечества»
08.35 Цвет времени
08.40 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
СССР, 1984 г.
Драма.
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.40 XX век
12.10 02.35 «Красивая планета»
12.25 22.15 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»
13.15 «Первые в мире»
13.30 Абсолютный слух
14.15 «Картины жизни Игоря Грабаря»
15.05 Новости. Подробно
15.20 «Пряничный домик»
15.45 «2 Верник 2»
16.30 01.45 История искусства
17.25 II Московский международный фестиваль искусств Юрия Башмета. Концерт в Концертном зале им. П.И. Чайковского
19.45 Главная роль
20.05 Открытая книга
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Михаил Мещеряков»
21.30 «Энигма»
23.00 «Завтра не умрет никогда»
03.00 Перерыв в вещании

СТС



20.00 «ФОРСАЖ-7». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.35 «Том и Джерри». (0+)
07.00 «Галилео». (12+)
07.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
08.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
09.00 Уральские пельмени. (16+)
09.40 «СКУБИ-ДУ-2. МОНСТРЫ НА СВОБОДЕ». (0+)
11.25 «NEED FOR SPEED. ЖАЖДА СКОРОСТИ». (16+)
14.00 Премьера! «Галилео». (12+)
14.30 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
15.00 Уральские пельмени. (16+)
15.10 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
16.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
19.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
20.00 «ФОРСАЖ-7». (16+)
США, 2015 г. Боевик.
В ролях: Вин Дизель, Пол Уокер, Джейсон Стэйтем.
Старая банда вновь собирается вместе. Казалось, после последнего приключения они получили шанс зажить обычной жизнью...
22.45 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+)
01.20 Стендап Андеграунд. (18+)
02.20 «АНЖЕЛИКА». (16+)
04.40 «Лесная история». (0+)
04.50 «Маугли». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
08.35 День ангела. (0+)
09.00 «Известия»
09.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
13.00 «Известия»
13.25 «ПАСЕЧНИК». (16+)
17.30 «Известия»
17.45 «ПАСЕЧНИК». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
В лесу найден труп безработного Влада Охрина. Его автомобиль и деньги убийцу почему-то не заинтересовали.
23.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.30 «СЛЕД». (16+)
01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
03.20 «Известия»
03.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

ЗВЕЗДА

06.10 18.50 «Стрелковое вооружение русской армии». (12+)
07.00 «Сегодня утром»
09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
09.20 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
09.40 10.05 «Оружие Первой мировой войны». (12+)
10.00 14.00 Военные новости
10.40 13.15 14.05 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (16+)
15.35 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (16+)
19.40 Легенды телевидения. (12+)
20.25 «Код доступа». (12+)
21.25 «Открытый эфир». (12+)
23.05 «Между тем». (12+)
23.40 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ». (6+)
02.50 «Тамерлан. Архитектор степей». (12+)

ОТР

06.00 00.30 «Фигура речи». (12+)
06.35 17.05 18.05 «МАША В ЗАКОНЕ!» (16+)
08.15 15.15 «Календарь». (12+)
09.10 16.30 03.40 «Врачи». (12+)
09.35 16.10 «Среда обитания». (12+)
10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости
10.10 22.05 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)
12.10 13.20 20.05 01.00 «ОТРажение»
19.20 23.50 03.00 «Прав!Да?» (12+)
02.45 «Гора самоцветов». (0+)
04.05 «Домашние животные»

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
12.45 13.45 15.45 16.35 01.30 04.30 «ГОСТ». (12+)
12.50 14.45 16.40 «Историс». (12+)
13.50 15.50 17.35 01.45 04.45 «Доктор 24». (12+)
14.40 17.30 «The City». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.02 «Москва сегодня». (16+)
19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
20.30 00.30 «Рейд». (16+)
21.15 23.45 02.35 «Московский патруль». (16+)
21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
00.05 «The City. Говорим»
02.45 «Сеть». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 «Мультфильмы». (6+)
07.50 «ГРОМОВЫ». (12+)
Россия, 2006 г. Драма.
В ролях: Сергей Маховиков, Игорь Савочкин.
В конце 70-х в шахтерском поселке Каменка живет дружная семья...
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.30 «Самое вкусное». (12+)
12.00 «Новости 360»
12.30 «ПЯТЬ ШАГОВ ПО ОБЛАКАМ». (16+)
13.20 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
14.55 «ПУТЕЙЦЫ-2». (16+)
16.35 «ГРОМОВЫ». (12+)
19.00 «Губернатор 360»
20.00 «Новости 360»
20.30 «Самое яркое». (16+)
22.30 «ПУТЕЙЦЫ-2». (16+)
23.55 «Губернатор 360»
00.55 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.30 11.35 00.40 03.30 05.00 «Тайны кино». (12+)
07.15 04.15 05.45 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
08.00 «Песни нашего кино»
08.30 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
11.05 Это было смешно. (12+)
12.25 20.00 «ОГАРЁВА, 6». (12+)
14.10 «НОЧНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ». (12+)
15.55 23.10 «ДРУГ МОЙ, КОЛЬКА!..» (6+)
17.30 Звёзды советского экрана. (12+)
18.05 01.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
21.35 «МАЛИНОВОЕ ВИНО». (12+)
01.25 «Москва на все времена». (12+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

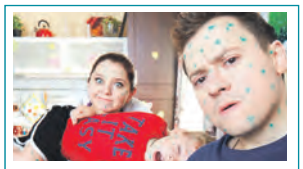
Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества,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

РЕН

20.00 «ШИРОКО ШАГАЯ». (16+)

05.00 06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (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 «Знаете ли вы, что?» (16+)
17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «ШИРОКО ШАГАЯ». (16+)
21.25 «ПРИСТРЕЛИ ИХ». (16+)
00.30 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (16+)

ТНТ



16.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «Перезагрузка». (16+)
08.30 «САШАТАНЯ». (16+)
11.00 «ББ шоу». (16+)
12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
16.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
21.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
Гриша и Алиса сидят в засаде в квартире преступника, и Гриша ударяется в воспоминания - он думает о времени, когда только перевелся в Барвиху.
22.05 «Студия «Союз». (16+)
23.05 «Новый Мартиросян». (16+)
00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
01.10 «Импровизация». (16+)
03.00 «ТНТ-Club». (16+)
03.05 «Comedy Баттл». (16+)
04.00 «Открытый микрофон». (16+)
05.35 «ТНТ. Best». (16+)

ТВ-3

01.00 «ВИКИНГИ». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Вернувшиеся. (16+)
12.25 Гадалка. (16+)
14.40 Врачи. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
16.55 «Старец». (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
20.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
В клинику Святого Бонавентуры поступает vip-пациент. Бобби Ато - известный геймер и чемпион. Поскольку все интерны не могут ассистировать на операции - решено тянуть жребий. Браун, вытянувшая короткую соломинку, становится ассистентом на операции в соседнем отделении. Выясняется, что травма Бобби - следствие смертельной болезни...
23.00 «ПОЕЗД СМЕРТИ». (16+)
01.00 «ВИКИНГИ». (16+)
04.30 «Месть бриллианта Санси». (16+)
05.15 «Тайные знаки». (16+)

ЧЕ

15.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.35 Каламбур. (16+)
07.30 КВН Best. (16+)
09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
10.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
11.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
13.00 Дизель шоу. (16+)
15.00 «СОЛДАТЫ-8». (12+)
19.00 Дизель шоу. (16+)
21.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто! Поэтому на телеканале «ЧЕ!» появилась программа о защите честных отношений. Её ведущие помогают заявителям опровергнуть или установить факт измены и разоблачить обманщиков.
02.00 Улётное видео. (16+)

МАТЧ ТВ

14.10 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)

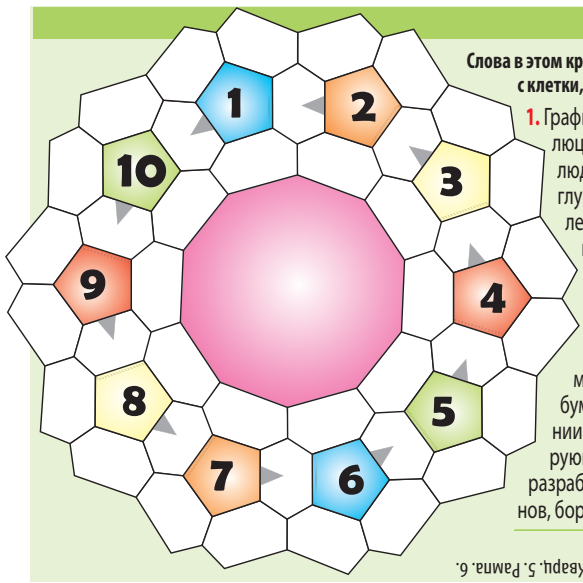
06.00, 08.55, 12.00, 14.05, 16.10, 17.55 Новости
06.05, 12.05, 16.15, 22.00, 00.45 Все на Матч!
09.00, 12.45, 03.40 Специальный репортаж. (12+)
09.20 Профессиональный бокс. (16+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.30 «Большой хоккей». (12+)
13.05 Еврофутбол. Обзор. (0+)
14.10, 04.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
16.50, 18.00 «РОККИ». (16+)
19.20 Все на футбол!
19.50 Футбол. Россия - Исландия. Молодёжный чемпионат Европы. Пр.тр.
22.15 «Точная ставка». (16+)
22.35 Футбол. Германия - Исландия. Чемпионат мира-2022. Пр.тр.
01.40 Волейбол. «Зенит» - «Динамо» (Москва). Кубок ЕКВ. (0+)

ДОМАШНИЙ

14.20 «Знахарка». (16+)

06.15 «6 кадров». (16+)
06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.20 Давай разведёмся! (16+)
09.25 Тест на отцовство. (16+)
11.35 «Реальная мистика». (16+)
12.40 «Понять. Простить». (16+)
13.50 «Порча». (16+)
14.20 «Знахарка». (16+)
14.55 «ПЛАТЬЕ ИЗ МАРГАРИТОК». (16+)
19.00 «СЕ ЛЯ ВИ». (16+)
23.05 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР». (16+)
01.05 «ПРОВОДНИЦА». (16+)
02.55 «Порча». (16+)
03.20 «Знахарка». (16+)
03.45 «Понять. Простить». (16+)
04.35 «Реальная мистика». (16+)
05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)
06.15 «6 кадров». (16+)

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»



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

1. Графиня, против которой сражался луковый революционер Чиполлино. **2.** Причина, вынуждающая людей идти на паперть. **3.** С этой удочкой ищут, где глубже. **4.** Лампа с обеззараживающим ультрафиолетом (разговорное название). **5.** Низкий бортик вдоль авансцены, скрывающий от зрителей осветительные приборы. **6.** Целина, где мужик с плугом прошелся. **7.** Упор на ручку при письме - малозначимое обстоятельство, если пользуетесь шариковой ручкой, и строго выдерживаемое при письме перьевой, иначе просто порвете бумагу. **8.** Образ марки товара или услуги в сознании покупателя, выделяющий его в ряду конкурирующих марок. **9.** Землечерпалка, применяемая при разработке россыпей золота. **10.** Она есть у гну, павианов, бородавочников и, конечно же, у львов с конями.

Ответы на кроссворд: 1. Вишня. 2. Нужда. 3. Донка. 4. Кварц. 5. Рампа. 6. Пашня. 7. Нажим. 8. Имидж. 9. Драга. 10. Грива.

БЕСПЛАТНЫЙ ВОПРОС ЮРИСТУ

8 (499) 322-05-19

Согласно Федеральному закону РФ от 11 сентября 2011 года №324 ФЗ «О бесплатной юридической консультации в Российской Федерации»

Реклама

ОТВЕТИМ НА ВСЕ ВАШИ ВОПРОСЫ

МедФарм
WWW.PKMEDFARM.RU

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

Акция до 31 марта 2021 г*

Сумма от 50 тыс. до 5 млн. руб.
Срок от 4 до 24 мес.

8,5% ГОДОВЫХ

- Сбережения застрахованы*
- «Ставка 8,5% по всем программам»*
- Особые условия для пенсионеров*
- Зарегистрирован в реестре ЦБ, СРО
- Ежемесячные выплаты или капитализация процентов
- Такси до офиса и обратно, дистанционное заключение договоров на время противоковидных мер

Сумма сбережений, руб	Срок, мес.	Ставка, % годовых	Ваш доход
50 000	12	~~5,5%~~ 8,5%	~~2 750~~ 4 250
500 000	12	~~7,0%~~ 8,5%	~~35 000~~ 42 500
1 000 000	12	~~8,0%~~ 8,5%	~~80 000~~ 85 000
2 000 000	24	8,5%	340 000

8 (499) 444-24-73

Адрес: г. Москва, ул. Раевского., д. 3.
Режим работы: будни – с 10:00 до 20:00; сб, вс – с 11:00 до 17:00

Кредитный потребительский кооператив «Медфарм». ОГРН 1205000094441. Член Ассоциации СРО «НСКК"Содействие"» (регистрационный номер № ЮФ-0134 от 25.11.2020 г.). Сбережения застрахованы в НКО ПОВС «ВЗАИМОПОМОЩЬ». Предложение действительно только для членов КПК. Единовременный вступительный взнос 50 рублей. *Подробности условий договора, страхования и информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте на сайте, либо по тел.: 8 (499) 444-24-73. Денежные средства принимаются на основании договора передачи личных сбережений от 50 000 рублей. Сбережения принимаются у граждан РФ с 18 лет без верхнего возрастного предела. Срок сбережения 4–24 мес., доход 8,5 %. При досрочном расторжении договора проценты выплачиваются по ставке 0,1 %. РЕКЛАМА

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

05.10, 05.50 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
07.10 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)
09.50 «ОБЛИВИОН». (16+)
12.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
14.40 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
19.00, 03.10 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
20.55 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». (16+)
23.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)
01.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ II». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.30 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
06.50, 16.05 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
08.20 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
10.15 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
12.10 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)
13.55, 14.45, 19.00, 19.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
17.20 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
20.40 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)
22.25 «СПАРТА». (16+)
00.00 «РУССКИЙ РЕЙД». (18+)
01.50 «МАМА НЕ ГОРЮЙ!» (18+)
03.30 «МАМА НЕ ГОРЮЙ-2». (16+)

ДОМ КИНО

05.15 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+)
07.40 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
09.10 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
10.30 «СВАТЫ». (16+)
14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «ЁЛКИ-2». (12+)
Россия, 2011 г. В ролях: Сергей Светлаков, Иван Ургант, Вера Брежнева, Сергей Безруков, Владимир Меньшов
00.50 «СТРАНА ЧУДЕС». (12+)
02.25 Золотая коллекция киностудии Горького. «О ЛЮБВИ». (12+)
03.40 Золото «Мосфильма». «ПАЛАТА № 6». (16+)

SONY CHANNEL

06.00 Голливуд за кадром. (16+)
06.30, 14.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
07.25 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
08.45, 12.45, 18.05 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
09.35, 13.35, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
10.40, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
11.45, 21.30, 03.15 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
15.35, 16.20, 20.00, 20.45, 00.10, 00.55 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
22.30, 02.25 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
23.25, 01.40 «АМНЕЗИЯ». (16+)
04.10 «ОТ СЕМЬИ НЕ УБЕЖИШЬ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.00 «ОНА». (16+)
02.55 «ЧТЕЦ». (16+)
04.50 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
06.40 «ЦИМБЕЛИН». (16+)
08.15 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
10.00 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
11.30 «ЖЕНА». (16+)
13.00 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)
14.45 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)
16.35 «ДОРЗ». (16+)
18.45 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
20.30 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)
Драма, мелодрама, боевик, приключения, Гонконг, Китай, 2004 г.
22.25 «ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
23.50 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

02.40 «ПИКОВАЯ ДАМА: ЧЁРНЫЙ ОБРЯД». (16+)
04.05 «ТРУША». (16+)
04.35 «МОТЫЛЁК». (16+)
06.00 «НОВОГОДНИЙ ПАПА». (16+)
07.35 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)
09.20 «ДОМИНИКА». (12+)
10.50 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+)
12.20 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+)
14.10 «С ЧЁРНОГО ХОДА». (16+)
15.40 «ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВИЕ НЕБЕСНОЕ». (16+)
17.30 «НАПАРНИК». (12+)
19.10 «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ». (16+)
21.00 «ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА!» (16+)
22.40 «РИОРИТА». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.50 «(НЕ)ЖДАННЫЙ ПРИНЦ». (16+)
02.20 «ЛЮБИТ НЕЛЮБИТ». (16+)
03.50 «SUPERЗЯТЬ». (16+)
05.30 «УДАЧИ, ЧАК». (16+)
07.20 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН». (12+)
08.55 «БЕЗ ЧУВСТВ». (16+)
10.40 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
12.35 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)
14.10 «ВАСАБИ». (16+)
15.55 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
17.35 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)
19.30 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
21.55 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СЛИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+)
23.40 «ПРЕКРАСНАЯ ЭПОХА». (18+)

РОДНОЕ КИНО

01.20 «МЕНЯЛЫ». (12+)
03.15 «НЕУДАЧНИК АЛЬФРЕД ИЛИ ПОСЛЕ ДОЖДЯ…ПЛОХАЯ ПОГОДА». (12+)
04.55 «СНЕГУРОЧКА». (12+)
06.45 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (16+)
08.35 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+)
10.55 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (12+)
12.50 «ДОНСКАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)
14.40 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
16.20, 17.40 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)
19.00 «БУМЕР: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
21.10 «ЦАРЬ». (18+)
Драма, история, Россия, 2009 г.
23.25 «ДАУН ХАУС». (16+)
Комедия, Россия, 2001 г.

СУББОТА!

05.00, 04.35 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.00, 11.50, 12.45, 13.40, 14.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
15.25, 16.15, 17.05, 18.45, 19.35 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
18.00 Скажи платью «Да!» (16+)
20.25, 21.15, 22.00, 22.55 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.50 Суббота! News. (16+)
00.00, 01.05 Аферисты в сетях. (16+)
02.10, 03.00, 03.50 Барышня-крестьянка. (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+)
Сериал. Драма, мелодрама, Россия, 2008 г. В ролях: Анна Миклош, Дмитрий Щербина, Ада Роговцева
14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)

CTC LOVE

06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
Сериал. Молодёжная драма, Россия, 2013 г. В ролях: Денис Никифоров, Михаил Жигалов, Фёдор Бондарчук, Сергей Габриэлян, Владимир Зайцев
23.05 Даёшь молодёжь! (16+)
00.55 «РАНЕТКИ». (16+)
04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ПЛОХИЕ БАНКИ». (16+)
11.00, 19.00, 03.00 «ДЕНЬ КОГДА ЗЕМЛЯ ЗАМЕРЗЛА». (12+)
12.35, 20.35, 04.35 «ЦЕПНОЙ ПЕС». (18+)
Триллер, криминальная драма, Канада, 2020 г.
14.10, 22.10, 06.10 «НЕВИДИМАЯ ЖИЗНЬ ЭВРИДИКИ». (18+)
Мелодрама, Бразилия, Германия, 2019 г.
16.30, 00.30, 08.30 «ПАЦИФИСТКА». (16+)
Драма, Италия, Франция, Германия, 1970 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

09.30 Дачные хитрости. (12+)
09.50, 11.30 Огород круглый год. (12+)
10.10 Высший сорт. (12+)
10.25 Сравнительный анализ. (12+)
11.00 История усадеб. (12+)
11.45 Сам себе дизайнер. (12+)
12.00 Инструменты. (12+)
12.20 Дачных дел мастер. (12+)
12.50, 18.00 Дачные радости. (12+)
13.20 Крымские дачи. (12+)
13.55 Да здравствует мыло душистое! (12+)
14.15 Ваш агроном. (12+)
14.30 Идите в баню. (12+)
14.45 Букварь дачника. (12+)
15.05 Я - фермер. (12+)
15.35 Правила огородника. (12+)
15.50 Прогулка по саду. (12+)
16.25 Дело в отделке. (12+)
16.55 Мастер-садовод. (12+)
17.15 Приглашайте в гости. (12+)
17.30 Искатели приключений. (12+)
18.30 Ландшафтные эксперименты. (12+)
19.00 Народные умельцы. (12+)
19.35 Как построить дом. (12+)
20.05 Проект мечты. (12+)
20.35 Секреты садоводства. (12+)
20.50 Частный сектор. (12+)
21.25 Как поживаете? (12+)
21.55 Календарь дачника. (12+)
22.15 Сад своими руками. (12+)
22.45 Сельский туризм. (12+)
23.15 Дачная энциклопедия. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

09.05 Безграничная рыбалка. (16+)
09.35 Территория льда. (16+)
10.05 На охотничьей тропе. (16+)
10.35 Охотничьи собаки. (16+)
11.05 Рыболовная Россия. (16+)
11.35, 15.25, 19.35, 23.35 Морская охота. (16+)
12.05 Охотничье оружие. Вопросы эксперту. (16+)
12.25 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
12.55 Мир рыболова. (12+)
13.25 Сезон охоты. (16+)
13.55 Мой мир - рыбалка. (12+)
14.25 Рыбалка сегодня XL. (16+)
14.55 Рыбалка с Нормундом Грабовскисом. (12+)
16.00, 20.05, 00.05 Охота с луком. (16+)
16.30 Технология зимнего клева. (12+)
17.00 Охота в Удмуртии. (16+)
17.30 Рождение клинка. (16+)
18.00 На рыбалку с охотой. (12+)
18.35 Планета охотника. (16+)
19.05 Андрей Старков и его команда. (16+)
20.35 «Радзишевский и К» в поисках рыбацкого счастья. (12+)
21.05 Охота без оружия. (16+)
21.30 Давай зарубимся! (12+)
21.50 Стрелковый спорт. (16+)
22.05 Поймай и сними. (16+)
22.35 Охота в Приволжье. (16+)
23.05 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.30 Меня спасла натуропатия. (12+)
00.30, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
Специальный силовой курс, направленный на проработку всех групп мышц одновременно. Минимум амплитуды - максимум ощущений.
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 3D фитнес. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Street Fight. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 YogaУтро. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.00 Кардиоблондинки. (12+)
10.30 Боди-балет. (12+)
11.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
11.30 Бодитоник. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 18.00 Фитнес-мама. (16+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Дыхание стретчинга. (12+)
16.30 Кундалини-йога с Алексеем Меркуловым. (12+)
17.30, 22.00 «16+». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
08.25 «КУЛИНАР». (16+)
10.00 Новости
10.10 «КУЛИНАР». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05, 03.00 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Мировое соглашение. (16+)
17.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.55 «КУЛИНАР-2». (16+)
19.00 Новости
19.25 «КУЛИНАР-2». (16+)
21.40 Телеигра «Игра в кино». (12+)
22.25 Шоу «Назад в будущее». (12+)
23.25 Всемирные игры разума. (12+)
00.00 Новости
00.15 «ЗАТЕРЯННЫЕ В ЛЕСАХ». (16+)
02.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
03.50 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА». (12+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и решка. По морям. (16+)
07.30 Утро Пятницы. (16+)
08.30 Орел и решка. Россия-2. (16+)
09.40 Орел и Решка. Чудеса света-2. (16+)
10.30 Четыре свадьбы. (16+)
12.00 Любовь на выживание. (16+)
14.00 Четыре свадьбы. (16+)
В романтическое соревнование вступают... невесты! Каждая из девушек попытается доказать своим соперницам, что ее свадьба - самая лучшая.
19.00 ТикТок талант. (16+)
20.30 Мир наизнанку. Китай. (16+)
22.00 «АЛЬ-КАПОТНЯ». (16+)
Сериал. Россия, 2020 г.
23.00 «МЫЛОДРАМА-2». (16+)
Сериал. Россия, 2019 г.
00.00 Инсайдеры. (16+)
01.00 Пятница News. (16+)
01.30 Битва ресторанов. (16+)
03.30 Орел и решка. Шопинг. (16+)
04.10 Орел и решка. Америка. (16+)

Ю

05.20 Папа попал. (12+)
08.55 Барышня - Крестьянка. (16+)
12.30 Супермама. (16+)
14.35 Взвешенные и Счастливые. (16+)
Участники проекта получают уникальную возможность похудеть без приема вредных таблеток и дорогостоящих операций. А победитель - крупное денежное вознаграждение. В проекте примут участие шестнадцать человек с избыточным весом.
17.30 Обмен домами. (16+)
Реалити, в котором семьи меняются своими жилищами. Круглый дом, небоскреб, особняк на берегу моря, яхта, деревенская изба или лофт - никто из участников заранее не знает, где им предстоит провести целых три дня. И все это, чтобы выяснить, «хорошо ли там, где нас нет».
20.45 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.00 Обмен жёнами. (16+)

ПОБЕДА

06.00 «Путь к Победе». (16+)
07.00 «СМЕЛОГО ПУЛЯ БОИТСЯ». (12+)
08.30 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
10.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ВОЙНА ПОСЛЕ ВОЙНЫ». (16+)
12.30 «ФРОНТ». (16+)
Сериал. Историческая драма, Россия, 2019 г. В ролях: Магдалена Гурска, Павел Харланчук, Роман Агеев, Митя Лабуш
16.00 «БОЕВАЯ ЕДИНИЧКА». (16+)
19.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: КРЫМ». (16+)
Сериал. Детектив, Украина, Россия, 2008 г. В ролях: Денис Никифоров, Владимир Гостюхин, Анна Астраханцева, Альберт Филозов
Военно-шпионский детектив о событиях осени 1944 года.
23.00 «Путь к Победе». (16+)
00.10 «СВОИ». (16+)
02.00 «ДЕНЬ КОМАНДИРА ДИВИЗИИ». (12+)
03.30 «В ДАЛЁКОМ СОРОК ПЯТОМ… ВСТРЕЧИ НА ЭЛЬБЕ». (18+)
05.10 Неизвестная война. «Война в воздухе». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Сражения с Наполеоном. (12+)
01.45 Обыкновенная История. (6+)
02.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
03.05 На пути к Великой Победе. (12+)
03.40 Тайное становится явным. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
06.55 Кронштадт-1921. (12+)
08.00 Великие живописцы. (12+)
09.05 Личность в истории. (12+)
10.15 На пути к Великой Победе. (12+)
10.55 Личность в истории. (12+)
12.00, 13.00 Расшифрованные сокровища. (12+)
14.00 Забытый полководец. (12+)
14.35 Хроники общественного быта. (12+)
15.00 Подземная Италия. (12+)
16.20, 17.25 «ВЕЛИКАЯ». (12+)
18.25 «ГРИГОРИЙ Р». (12+)
19.25 Жил-был Дом. (6+)
20.00 Историада: Интеграционная политика Наполеона Бонапарта в Европе. (12+)
21.05 Священные чудеса Земли. (12+)
22.10 Мифы Древней Греции. (12+)
22.45 Тайны великих картин: «Астроном». 1668 год. Ян Вермеер. (12+)
23.20 Тайны великих картин: «Вид Варшавы с террасы королевского замка». 1773 год. Бернардо Беллотто. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00 Невероятные изобретения. (12+)
06.25, 07.10 Расшифровка тайн. (12+)
07.55, 08.40, 09.25, 10.15 Тайны музеев. (12+)
11.00 Военные заводы. (12+)
11.50 Неукротимая Румыния. (6+)
12.35 Последний поход викингов. (12+)
13.30 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
14.35 Древние суперстроения. (12+)
15.30 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
16.35 Боевые корабли. (12+)
17.25 Вторая мировая - битвы за Европу. (12+)
18.20 Тайны музеев. (12+)
19.05 Тайная война. (12+)
20.05 Последний поход викингов. (12+)
21.00 Тайны военной машины нацистов. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
21.50 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
Сезон: 1. Чешская Республика, 2019 г.
22.45 Запретная история. (12+)
23.35 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
00.40 Древние суперстроения. (12+)
01.35 Забытые королевства Центральной Америки. (12+)
02.40 Боевые корабли. (12+)
03.30, 04.20 Карты убийства. (16+)
05.05 Запретная история. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Сделать за один день. (16+)
06.25 Научные глупости. (16+)
06.45, 07.10 Игры разума. (16+)
07.35 Машины: Разобрать и продать. (16+)
08.25 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
09.20 Настоящий суперкар. (16+)
10.05, 11.00 Авто-SOS. (16+)
11.50 Дикий тунец. (16+)
12.40 Аляска: Новое Поколение. (16+)
13.30 Авто-SOS. (16+)
14.25 Злоключения за границей. (16+)
15.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.00 Служба безопасности аэропорта: Бразилия. (16+)
16.50 Аляска: Новое Поколение. (16+)
17.45 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
18.35, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.20, 00.20 Расследования авиакатастроф. (16+)
20.10 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
21.00 Хранители сокровищ Египта. (16+)
21.50 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+)
22.40, 01.10, 01.55 Авто-SOS. (16+)
23.30 Злоключения за границей. (16+)
02.40 Хранители сокровищ Египта. (16+)
03.30, 04.15 Осушить океан. (16+)
05.05 Чудеса инженерии. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Адская кошка. (12+)
06.45 Снимите кошку с дерева. (12+)
07.10 Легенды дикой природы. (12+)
08.02 На свободу с питбулем. (16+)
08.54 Правосудие Техаса. (16+)
09.46 Планета мутантов. (12+)
10.38, 11.30, 12.22 Герои среди нас. (12+)
13.14 Сафари-парк Крюгер. (12+)
14.06 Правосудие Техаса. (16+)
14.58 На свободу с питбулем. (16+)
15.50 Зоопарк Сан-Диего. (12+)
16.42 Смертельные острова. (16+)
17.34 В логово драконов. (12+)
18.26 Невиданные Аппалачи. (12+)
19.18 Неизведанная Европа. (12+)
20.10 Кто убил большую белую? (16+)
21.03 Центр реабилитации Аманды. (12+)
21.56 Сафари-парк Крюгер. (12+)
22.49 Вторжение. (16+)
23.42 Я живой. (12+)
00.35 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
01.28 Неизведанная Европа. (12+)
02.15 Сафари-парк Крюгер. (12+)
03.00 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30 Я живой. (12+)
05.15 Вторжение. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Битвы за контейнеры. (16+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39 Охотники за старьем. (12+)
08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)
09.25 Махинаторы. (12+)
10.18 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
11.12, 11.39, 12.06, 12.33 Убитые тачки. (12+)
13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)
13.54 Махинаторы. (12+)
14.48, 15.15 Битвы за контейнеры. (12+)
15.42 Смертельный улов. (16+)
17.30 Мятежный гараж. (16+)
18.24 Охотники за старьем. (12+)
19.18, 19.45 Как это сделано? (16+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Стальные парни. (12+)
22.00 Золотая лихорадка. (16+)
22.54 Голые и напуганные XL. (16+)
23.47 Музейные загадки: Человек-мотылек. (16+)
00.40 Реальные дальнобойщики. (12+)
01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
02.15 Мятежный гараж. (16+)
03.00, 03.23 Как это устроено? (12+)
03.45 Охотники за старьем. (12+)
04.30, 05.15 Голые и напуганные XL. (16+)

TLC

06.00, 06.25, 06.50 Оденься к свадьбе: Атланта. (12+)
07.15, 07.40 Оденься к свадьбе. (12+)
08.05, 08.31 Жизнь на острове. (12+)
08.57 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
09.49 Помешанные на чистоте. (16+)
10.41 Большие сестры. (16+)
11.33 7 маленьких Джонстонов. (12+)
12.25 Дарси и Стейси. (16+)
13.18 Помешанные на чистоте. (16+)
14.11, 14.37 Оденься к свадьбе. (12+)
15.04 Я вешу 300 кг. (16+)
16.50 Дарси и Стейси. (16+)
17.43 Помешанные на чистоте. (16+)
18.36 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
19.30 Звездный ремонт. (12+)
20.24, 20.51 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
21.18 Королева маникюра. (12+)
22.11 Амиши: возвращение. (16+)
23.04 Многоженец. (18+)
23.56 Здесь живет зло. (16+)
00.48 Королева маникюра. (12+)
01.37 Амиши: возвращение. (16+)
02.25 Многоженец. (18+)
03.12 Здесь живет зло. (16+)
04.00 Жуткие свидания. (16+)
04.24, 04.48 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
05.12 Дарси и Стейси. (16+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 16.30 Волейбол. Лига чемпионов. Мужчины. (0+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска
09.30, 21.45 Вид сверху. (12+)
10.05, 22.15 Мини-футбол в России. (0+)
10.15 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. (0+)
12.10 Лучшая игра с мячом. Легенды прошлого. (12+)
13.05 Первые леди. (12+)
13.30 МатчБол. (12+)
14.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
16.00 Большой хоккей. (12+)
18.20 Эра Буре. (12+)
19.10, 03.40 Без денег. (12+)
19.25 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. Прямая трансляция
21.30 Страна. Live. (12+)
22.25 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)
00.00 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)
01.50 Баскетбол. (0+)

EUROSPORT 1

00.00, 04.00, 20.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
02.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
06.00 Теннис. АТР 1000. Майами. 1-й круг. (6+)
07.00, 10.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. (12+)
07.30, 08.45 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Женщины. (12+)
10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 3-й этап. (12+)
11.15, 12.30 Велоспорт. Брюгге - Де Панне. (12+)
12.00 Гольф. PGA-тур. Обзор. (6+)
13.25, 13.55 Олимпийские игры. «Олимпийский момент» (субтитры). (12+)
14.25 Олимпийские игры. «Живые легенды» (субтитры). (12+)
14.55, 15.45, 16.45 Теннис. WTA 1000. Майами. 1-й круг. (6+)
18.00, 22.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 10.00, 12.00, 16.00, 20.00, 23.00 Клипортация: 25 лет за 25 часов. (16+)
01.10 10 sexy. (18+) Самый откровенный рейтинг на МУЗ-ТВ.
02.05 Караокинг. (18+) Настоящий караоке-клуб у вас дома! Самые популярные песни всех любителей караоке! Любишь петь всегда и везде? В машине, в душе и по дороге домой? Тогда наш новый музкальный нон-стоп точно для тебя! Настоящий караоке-клуб в твоём телевизоре, и только самые популярные песни всех любителей караоке!
04.00 Наше. (16+) Made in Russia! Нон-стоп клипов топовых российских артистов. Самые свежие, самые модные и самые зажигательные клипы российских исполнителей.

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

09.30, 17.00 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Бобр добр». (0+)
11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
14.25 «Лео и Тиг». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.15 «Тобот Атлон». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Хейрдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.20 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей», «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50, 11.05, 16.05, 21.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50, 11.00 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
12.40 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
13.40 «Финес и Ферб». (6+)
15.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
17.30 «Гравити Фолз». (12+)
19.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
19.30 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
23.00, 02.50 «Человек-Паук». (12+)
00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+)
01.40 «СОБАКА ТОЧКА КОМ». (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Малышарики», «Пег + Кот», «Домики». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
07.45 «Легенды Спарка». (0+)
08.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Союзмультфильм» представляет: «Ну, погоди!» (0+)
10.05 «Ночная сказка». (0+)
10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.45 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
12.40 «Дикие скричеры!» (6+)
13.05 «Металионы». (6+)
13.30 «Фиксики». (0+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
14.55 «Лео и Тиг». (0+)
15.40 «Трам-пам-пам». (0+)
16.10 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
16.35 «Хейрдораблз». (0+)
16.40 «Фееринки». (0+)
17.30 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
17.40 «Роботы-поезда». (0+)
18.10 «Турбозавры». (0+)
19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Истории Сильваниан Фэмилис». (0+)
20.50 «Оранжевая корова». (0+)
22.00 «Бен 10». (12+)
22.30 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
22.50 «Гормити». (6+)
23.20 «Ералаш». (6+)
00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
00.50 «Китти не кошка». (6+)
02.15 «Котики, вперёд!» (0+)

УНИКУМ

08.30 «Октонавты». (0+)
08.57, 15.03, 15.31 Мультфильмы. (0+)
09.26, 15.39, 22.48 Мультфильмы. (6+)
10.00, 11.12, 19.03 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
10.28, 11.39, 19.32 «Макс Стил». (12+)
10.51, 12.02, 13.35, 15.46, 17.16, 20.00 «Летающие звери». (6+)
12.33, 16.14, 17.59, 21.32 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
12.49, 16.30, 18.15, 21.48 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
13.02, 16.46, 18.31, 22.04 Проще простого! (6+)
13.19, 17.02, 22.20 История великих изобретений. (6+)
13.50, 16.00, 17.30, 20.30 «Бобр добр». (0+)
14.05, 17.45, 20.45 «Богатырята». (6+)
14.18, 21.00 «Смешарики». (0+)
14.47, 15.17, 22.36, 23.15 «Веселая карусель». (0+)
18.47 Я сегодня нарисую. (6+)
19.54 Do you speak? (6+)

О!

05.00 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
07.00 «Чик-зарядка». (0+)
07.05 О! Музыка! (0+)
07.30 «Смешарики». (0+)
08.55 «Доктор Малышкина». (0+)
09.00 «В мире малышей». (0+)
09.55 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
10.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
12.00 «Спроси у ТриО!» (0+)
12.05 «Фиксики». (0+)
14.00, 00.30 «Царевны». (0+)
14.45 «Весёлый алфавит». (0+)
14.50 «Ляпик едет в Окидо». (0+)
16.30 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
17.00 «Ангел Бэби». (0+)
18.45 «Малыши дикой природы». (0+)
19.00 «ТриО!» (0+)
19.20 «Эмми и Гуру». (0+)
20.15 «Три кота». (0+)
22.15 «Как устроен город». (0+)
22.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00, 21.30, 03.45 Лествица. (6+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
12.30 Лица Церкви. (6+)
12.45 Знак равенства. (16+)
12.55 Завет. (6+)
15.00, 00.35 Re:акция. (12+)
15.45 Опыт любви. Опыт единства. Митрополит Иосиф (Семашко). 2 часть. (0+)
16.50 Надеющиеся на Тя, да не погибнем. (0+)
18.10 «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ». (0+)
19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
22.00 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 4 серия. (12+)
23.30 Одесса. Герои подземной крепости. (0+)
00.20, 04.45 День Патриарха. (0+)
01.10 Прямая линия жизни. (16+)
02.05 И будут двое… (12+)
03.00 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1. На Родине. (0+)
04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

25 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8.
Свт. Григория Двоеслова, папы Римского.

Прп. Феофана исп., Сигрианского. Прав. Финееса. Прп. Симеона Нового Богослова. Св. Александра исп., пресвитера. Сщмчч. Иоанна, Константина пресвитеров, прмч. Владимира. Сщмч. Сергия пресвитера. Лидской нерукотворной (на столпе) иконы Божией Матери.

Постный день.

«...Тому, кто творит свою волю, – пусть будет это даже в малом чем – невозможно последовать Господу нашему и соблюсти Его заповеди».
Прп. Симеон Новый Богослов

ПОХУДЕЙКА

Лето уже не за горами, а вы всё ещё никак не возьмётесь за похудение?

Весна – время танцевать!

Есть способ сбросить лишние килограммы приятно и весело. Танцы не только помогут обрести красивую фигуру, но еще и сделают вас изящнее и грациознее.

Зумба

Это настоящая зажигательная смесь разных танцев. Здесь собрались сальса, мамба, румба, фламенко, кумбия, калипсо. Во время тренировки будут задействованы все мышцы, но особенно ноги и ягодицы. Зумба не требует специальной физической подготовки. Достаточно выучить несколько движений, и можно импровизировать во время танца и совсем необязательно досконально повторять все за тренером.

Расход калорий за час: 400-500.

Научиться исполнять индийские танцы совсем просто: одной рукой как будто вкручиваешь лампочку, другой гладишь собаку.

Танец живота

Это сочетание танцевальных элементов Ближнего Востока и Северной Африки. Представляет собой мягкие, плавные движения животом и бедрами.

Таким образом здесь максимально задействованы такие проблемные женские зоны, как живот, талия, бедра и ягодицы.

К тому же танец живота имеет одно весьма неоспоримое преимущество: полностью отсутствуют ударные тренировки, дающие нагрузки на суставы.

Расход калорий за час: 350-400.

Ирландский степ

Суть этого танца заключается в четких и быстрых движениях ногами при сохранении неподвижности корпуса. Степ поможет развить чувство ритма, развить концентрацию и внимание, так как придется запоминать определенные движения и выполнять их в очень быстром темпе. Этот танец поможет подтянуть мышцы ног и ягодиц.

Расход калорий за час: 500-600.

ДЕТАЛИ

Обувь вам в помощь

Выбирайте для занятий танцами подходящую обувь. Она должна прежде всего комфортно сидеть на ноге, поддерживать стопу, отвечать требованиям танца. Не забывайте про стельки. Они добавят комфорта и в зависимости от назначения и вида помогут снять дополнительную нагрузку со стопы и суставов.

Татьяна МИХАЛЁВА

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

Тренировки с удовольствием

На наши вопросы отвечает тренер Алёна Климова.

– Если во время танцев появилась одышка, нужно снизить темп или лучше совсем прекратить танцевать?

– Сначала нужно определиться с понятием одышки. Если темнеет в глазах и кружится голова, нужно прекращать. Если же вы просто начинаете чаще дышать из-за активных движений – следите за своими ощущениями: можно снизить интенсивность, походить маршевыми шагами по залу, но не стоять на месте. Обязательно выбирайте группу в соответствии с вашим уровнем подготовки. Если вы новичок, выбирайте такую же группу, чтобы нагрузка была более комфортной и вы получали удовольствие от тренировок.

– Нужно ли пить воду во время танцев?

– Воду нужно пить постоянно. Если организму не хватает воды, то вы быстро начнете чувствовать усталость и дискомфорт. Во время активных занятий, на кардиотренировках вы начинаете потеть, поэтому обязательно нужно восполнять потерю воды. И пить нужно только воду, а не чай, соки, газированную воду и т.д.

Фото Натальи Неклюдовой и www.shutterstock.com

ПЕРВЫЙ

00.50 «ИСЧЕЗАЮЩАЯ ТОЧКА». (18+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 Телеканал «Доброе утро»
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор. (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.05 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Танцы. Ритм-танец. Пр.тр.
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
19.45 Поле чудес. (16+)
21.00 Время
21.30 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Женщины. Произвольная программа. Прямой эфир из Стокгольма
23.55 Вечерний Ургант. (16+)
00.50 **«ИСЧЕЗАЮЩАЯ ТОЧКА».** (18+)
США, 1971. Приключенческий фильм.
02.25 Модный приговор. (6+)
03.15 Давай поженимся! (16+)

РОССИЯ

05.00 Утро России

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Близкие люди». (12+)
17.00 Вести
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 **«ПРЕСТУПЛЕНИЕ. НОВЫЙ СЕЗОН».** (16+)
Ферналиев требует у начальника порта Киреева обеспечить его судну приоритетную разгрузку и мгновенное оформление документов, но неожиданно получает категорический отказ. Следователи задерживают уголовника Шурупа. Его обвиняют в заказном убийстве Ольги.
00.35 **«В ЧАС БЕДЫ».** (12+)
Россия, 2015 г. Мелодрама. В ролях: Виктория Кобленко, Антон Денисенко. Маша молода и счастлива. У неё есть всё для этого: любящий муж, сын, карьера.
04.05 **«ЧЕРЧИЛЛЬ».** (12+)

ТВЦ

12.30 «НЕМАЯ». (12+)

06.00 «Настроение»
08.15 **«ОДНА ЛОЖЬ НА ДВОИХ».** (12+)
11.30 События
11.50 **«ОДНА ЛОЖЬ НА ДВОИХ».** (12+)
12.30 **«НЕМАЯ».** (12+)
14.30 События
14.55 Город новостей
15.10 **«НЕМАЯ».** (12+)
16.55 «Актёрские судьбы. Мировые мамы». (12+)
17.50 События
18.10 **«КРАСАВИЦА И ВОРЫ».** (12+)
20.00 **«АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА».** (12+)
Россия, 2020 г. Детектив. В ролях: Мария Куликова, Ярослав Бойко.
Во время поездки в Стокгольм частный детектив Вера Бережная встречает своего знакомого, владельца театра «ТеТриС» Бориса Софьина.
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.10 «Семён Альтов. Женщин волнует, мужчин успокаивает». (12+)
00.20 **«БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ».** (12+)
02.20 Петровка, 38. (16+)
02.35 **«ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...».** (12+)
03.50 «Разлучённые властью». (12+)
04.40 «На двух стульях». Юмористический концерт. (12+)

НТВ

18.15 «ПЁС». (16+)

05.05 **«ЛИТЕЙНЫЙ».** (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ».** (16+)
10.00 Сегодня
10.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ».** (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 **«КРАСНАЯ ЗОНА».** (12+)
17.15 Жди меня. (12+)
18.15 **«ПЁС».** (16+)
В городе происходит дерзкое нападение на инкассаторов. Гнездилов быстро находит подозреваемого, раскрывает преступление и хвастает тем, что он лучше Макса.
19.00 Сегодня
19.40 **«ПЁС».** (16+)
21.15 **«ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ».** (16+)
В Байкальский национальный парк приезжают бизнесмен Плешак и заместитель губернатора Фокичев...
23.20 «Своя правда» с Романом Бабаяном. (16+)
01.05 Квартирный вопрос. (0+)
02.00 **«БЕГЛЕЦЫ».** (16+)
03.30 **«ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ».** (16+)

РОССИЯ К Культура

19.45 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ»

06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 19.30 23.10 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Правила жизни»
07.35 Черные дыры. Белые пятна
08.20 Легенды мирового кино
08.50 **«ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»**
10.15 Шедевры старого кино
12.10 Открытая книга
12.35 **22.20 «ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО»**
13.25 «Аркадий Аверченко. Человек, который смеялся»
14.05 16.15 «Красивая планета»
14.20 «Михаил Мещеряков»
15.05 Письма из провинции
15.35 «Энигма»
16.30 02.00 История искусства
17.25 II Московский международный фестиваль искусств Юрия Башмета. Закрытие фестиваля. Гала-концерт в Большом зале Московской консерватории
18.45 «Билет в Большой»
19.45 **«СЕМЕН ДЕЖНЕВ»**
СССР, 1984 г. Приключения.
21.05 Линия жизни
23.30 **«ПО ТУ СТОРОНУ НАДЕЖДЫ»**
01.15 «Искатели»
03.00 Перерыв в вещании

СТС

12.05 «ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (0+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.35 «Том и Джерри». (0+)
07.00 «Галилео». (12+)
07.30 **«МИША ПОРТИТ ВСЁ».** (16+)
08.00 **«ДЫЛДЫ».** (16+)
09.00 Русские не смеются. (16+)
10.00 **«ВКУС ЖИЗНИ».** (12+)
12.05 **«ВРАГ ГОСУДАРСТВА».** (0+)
14.45 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
19.30 Премьера! Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 **ПРЕМЬЕРА! «КРАСОТКА В УДАРЕ».** (12+)
Россия, 2020 г. Комедия. В ролях: Юлия Александрова, Лариса Кокоева.
Полина не очень довольна своей жизнью. Она считает себя непривлекательной, пока однажды не ударяется головой. Очнувшись, Полина видит в зеркале эффектную красотку, и ее поведение круто меняется.
23.05 **ПРЕМЬЕРА! «ДНЮХА!»** (16+)
00.55 Колледж. (16+)
02.20 **«АНЖЕЛИКА».** (16+)
04.45 «Путешествие муравья». (0+)
04.55 «Приключения Хомы». (0+)
05.05 «Раз - горох, два - горох...» (0+)
05.10 «Маугли». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия»
05.30 **«ПАСЕЧНИК».** (16+)
Россия, 2012 г. Детектив. В ролях: Леонид Окунёв, Анатолий Журавлев, Анастасия Панина.
Бывший следователь МУРа после серьезного ранения вынужден в 38 лет оставить успешную службу и выйти на пенсию. Отправившись в деревню к родственникам, главный герой надеется на спокойную жизнь.
09.00 «Известия»
09.25 **«ПАСЕЧНИК».** (16+)
13.00 «Известия»
13.25 **«ПАСЕЧНИК».** (16+)
17.05 **«СЛЕД».** (16+)
23.45 Светская хроника. (16+)
00.45 **«СЛЕД».** (16+)
01.30 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

ЗВЕЗДА

05.30 **«ЧЕРНЫЙ ПЕС».** (16+)
07.40 **09.20 10.05 13.20 14.05 «ОФИЦЕРЫ. ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ».** (16+)
Россия, 2009 г. Боевик. В ролях: А. Макаров, С. Горобченко, И. Савочкин, Д. Спиваковский.
09.00 13.00 18.00 Новости дня
10.00 14.00 Военные новости
18.40 **21.15 «МАРШБРОСОК-2».** (16+)
22.55 «Сделано в СССР». (6+)
23.10 «Десять фотографий». (6+)
00.00 **«В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ».** (0+)
01.40 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ ТРИДЦАТОГО».** (0+)
04.40 «Москва фронту». (12+)

ОТР

06.00 «Потомки». (12+)
06.35 **«МАША В ЗАКОНЕ!»** (16+)
08.15 15.15 «Календарь». (12+)
09.10 16.30 «Домашние животные». (12+)
09.35 16.10 «Среда обитания». (12+)
10.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 Новости
10.10 «INTO_нация большой Одессы». (16+)
11.40 «То, что задело». (12+)
12.10 13.20 20.05 «ОТРажение»
17.05 «Моменты судьбы». (6+)
17.25 **18.05 «МАНДАРИН».** (16+)
19.20 «За дело!» (12+)
22.05 «Имею право!» (12+)
22.35 **«ПРЕДСКАЗАНИЕ».** (16+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
12.45 13.45 15.45 16.35 01.30 04.30 «ГОСТ». (12+)
12.50 14.45 16.40 «Историс»
13.50 15.50 17.45 01.45 04.45 «Доктор 24». (12+)
14.40 17.15 «The City». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.02 «Москва сегодня». (16+)
19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
20.30 00.30 «Рейд». (16+)
21.15 23.45 02.35 «Московский патруль». (16+)
21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
00.05 «The City. Говорим». (16+)
02.45 «Сеть». (12+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 «Мультфильмы». (6+)
07.50 **«ГРОМОВЫ».** (12+)
09.30 «Вкусно 360». (12+)
10.30 «Самое вкусное». (12+)
11.00 «Губернатор 360»
12.00 «Новости 360»
12.30 **«ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ».** (12+)
14.10 **«ТАКСИ ДЛЯ АНГЕЛА».** (16+)
Россия, 2007 г. Детектив. В ролях: Марина Голуб, Иван Стебунов, Алла Юганова.
15.15 **«ПУТЕЙЦЫ-2».** (16+)
17.00 «Самое яркое». (16+)
18.25 **«ГРОМОВЫ».** (12+)
20.00 «Новости 360»
20.30 «Самое яркое». (16+)
22.00 «Взрослые люди». (16+)
22.30 **«ПУТЕЙЦЫ-2».** (16+)
23.55 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.35 11.40 03.30 05.00 «Тайны кино». (12+)
07.20 04.15 05.45 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
08.05 «Песни нашего кино». (12+)
08.35 **«ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА».** (12+)
11.10 Это было смешно. (12+)
12.30 **20.00 «ПИРАТЫ XX ВЕКА».** (12+)
14.10 **21.30 «ШАХ КОРОЛЕВЕ БРИЛЛИАНТОВ».** (12+)
15.50 **23.05 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ».** (12+)
17.30 «Золотая рыбка». (16+)
18.05 **01.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА».** (16+)
00.40 «Мистические тайны кино». (12+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены 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

РЕН

20.00 «ЛЮСИ». (16+)

04.45 «Военная тайна». (16+)
06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 03.35 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 Засекреченные списки. (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 **«ЛЮСИ».** (16+)
21.40 **«ВОЙНА МИРОВ».** (16+)
00.00 **«ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК».** (16+)
02.00 **«НЕСНОСНЫЕ БОССЫ-2».** (18+)

ТНТ

00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
11.00 «ББ шоу». (16+)
Премьера! Ежедневное ток-шоу с Ксенией Бородиной и Ольгой Бузовой. В «ББ шоу» темы будут обсуждаться в откровенном дружеском ключе без излишнего драматизма и наигранности.
12.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
13.00 **«ИНТЕРНЫ».** (16+)
16.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
20.00 «Однажды в России». (16+)
21.00 «Комеди Клаб». (16+)
22.00 «Comedy Баттл». (16+)
23.00 «Импровизация. Команды». (16+)
00.05 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
01.10 «Такое кино!» (16+)
01.40 «Импровизация». (16+)
03.25 «Comedy Баттл». (16+)
04.15 «Открытый микрофон». (16+)
06.00 «ТНТ. Best». (16+)

ТВ-3

19.30 «ПЕЩЕРА». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Новый день. (12+)
11.50 Гадалка. (16+)
14.40 Вернувшиеся. (16+)
15.45 Гадалка. (16+)
16.55 «Старец». (16+)
17.25 «Слепая». (16+)
19.30 **«ПЕЩЕРА».** (16+)
США, Германия, Румыния, 2005 г. Ужасы. В ролях: Коул Хаузер, Эдди Сибриан, Моррис Честнат, Лина Хиди.
Много лет назад в Карпатских горах Румынии бесследно исчезла группа исследователей, изучавших пещеры. Все поиски оказались напрасны...
21.30 **«СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА».** (16+)
23.15 **«АНАКОНДА».** (16+)
01.00 **«ТАЙНЫ БЕРМУДСКОГО ТРЕУГОЛЬНИКА».** (16+)
05.00 «Символ пиратского счастья». (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ЧЕ

23.00 «ПЕКЛО». (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.35 Каламбур. (16+)
07.30 КВН Best. (16+)
09.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
10.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
11.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
13.00 **«ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЛЬМЕНОВ».** (12+)
США, 2003 г. Фантастический боевик. В ролях: Шон Коннери, Насируддин Шах, Пета Уилсон.
Прославленный авантюрист Аллан Куотермейн вступает в борьбу с международным террористом по прозвищу Фантом.
15.15 **«ТЕЛЕПОРТ».** (16+)
17.00 **«ЭКВИЛИБРИУМ».** (16+)
19.10 +100500. (16+)
23.00 **«ПЕКЛО».** (16+)
01.10 Фейк такси. (18+)
02.00 Утилизатор. (12+)
03.45 Улётное видео. (16+)

МАТЧ ТВ

16.50 «РОККИ-2». (16+)

06.00, 08.55, 12.00, 14.05, 16.10, 17.55 Новости
06.05, 12.05, 16.15, 00.30 Все на Матч!
09.00, 12.45 Специальный репортаж. (12+)
09.20 Профессиональный бокс. (16+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.30 Хоккей. НХЛ. Обзор. (0+)
13.05 Еврофутбол. Обзор. (0+)
14.10, 04.00 **«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ».** (12+)
16.50, 18.00 **«РОККИ-2».** (16+)
19.20 Хоккей. КХЛ. Пр.тр.
21.50 Смешанные единоборства. М. Бибулатов - Д. Де Альмейда. АСА. Пр.тр.
01.00 Баскетбол. «Химки» (Россия) - «Зенит» (Россия). (0+)
02.30 Баскетбол. ЦСКА (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия). Евролига. Мужчины. (0+)

ДОМАШНИЙ

23.00 Про здоровье. (16+)

06.30 «6 кадров». (16+)
06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.20 Давай разведёмся! (16+)
09.25 Тест на отцовство. (16+)
11.35 «Реальная мистика». (16+)
12.40 «Понять. Простить». (16+)
13.50 «Порча». (16+)
14.20 «Знахарка». (16+)
14.55 **«ПОСЛЕ ЗИМЫ».** (16+)
19.00 **«РЫСЬ».** (16+)
23.00 Про здоровье. (16+)
23.15 **«ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА».** (16+)
03.05 «Порча». (16+)
03.30 «Знахарка». (16+)
03.55 «Понять. Простить». (16+)
04.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
05.35 Давай разведёмся! (16+)
06.25 «6 кадров». (16+)

НА ДОСУГЕ

Найди 10 отличий

Служенье муз не терпит суеты

Творчество и творения невозможны без посещения муз. И когда они приходят, появляются новые шедевры.

Ответы: Чашка с ложкой, надпись на листе бумаги в центре стола, карандаш в стакане-чике, бумаги под книгой, значок на ноутбуке, карманы у писателя, спинка у стула, вязаь у музы на голове, сандалии у нее же, узор справа вверху.

СВЕЖИЙ НОМЕР УЖЕ В ПРОДАЖЕ!

Пост ограничивает человека в пище, но призван наполнить его духовно. Приблизить к молитвенному подвигу, таинствам Покаяния и Причащения. Наш журнал поможет не думать о том, что приготовить семье в это время. Мы подобрали простые, доступные и легкие в приготовлении рецепты питательных блюд. Вам останется лишь выбрать то, что по душе, и с любовью и молитвой приготовить для любимых завтрак, обед или ужин.

В ВЫПУСКЕ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- рецепты легких закусок и салатов;
- описание процесса приготовления постных супов и похлебок;
- рецепты горячих вторых блюд;
- многообразие постных десертов к чаю;
- рецепты согревающих и питательных напитков.
- Также узнаете рецепты блюд, разрешенных на Благовещение и Вербное воскресенье, и о правилах сухоядения.

ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ 1 РАЗ В МЕСЯЦ
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» **П5927**
Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях и на сайте Почты России https://podpiska.pochta.ru

12+ Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

05.00, 05.40, 17.15, 18.05 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
06.25 «БЛИЗКИЕ КОНТАКТЫ ТРЕТЬЕЙ СТЕПЕНИ». (6+)
08.50 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». (16+)
10.55 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
12.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (16+)
14.55 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ II». (16+)
19.00 «СУМЕРКИ». (16+)
21.10 «СУМЕРКИ. САГА. НОВОЛУНИЕ». (12+)
23.30 «СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ». (16+)
01.45 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
07.00 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
08.40, 02.25 «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)
10.20, 04.00 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)
11.55 «СПАРТА». (16+)
13.30, 14.15 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
15.10 «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». Мультфильм. (6+)
16.50 «Урфин Джюс возвращается». Мультфильм. (6+)
18.05 «ГОРЬКО!» (16+)
20.00 «ГОРЬКО!-2». (16+)
21.40 «НА КРЮЧКЕ!» (16+)
Россия, 2010 г.
23.25 «НЕВЕСТА». (16+)
01.00 «ТРОИЦА». (18+)

ДОМ КИНО

05.10 Золото «Ленфильма». «ДОН СЕЗАР ДЕ БАЗАН». (12+)
07.40 «Синдбад. Пираты семи штормов». Мультфильм. (6+)
09.10 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
10.30 «СВАТЫ». (16+)
14.20 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 «Я ХУДЕЮ». (16+)
Россия, 2018 г. В ролях: Александра Бортич, Ирина Горбачёва, Сергей Шнуров, Евгений Кулик, Роман Курцын
01.00 «ГОРЬКО!-2». (16+)
02.40 «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ!» (16+)
03.50 Золото «Ленфильма». «ГОНЩИКИ». (12+)

SONY CHANNEL

06.00, 14.15 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
06.55 «ЦЕНА ЛЖИ». (16+)
08.15, 12.15 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
09.05, 13.10, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
10.10, 17.05 Правила моей пекарни. (16+)
11.15 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
15.35, 16.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
18.10 Проект Подиум. (16+)
20.00 «БЛОНДИНКА В ЗАКОНЕ-2». (16+)
21.35 «БОЛЬШОЙ ПАПА». (16+)
23.05 «ГОЛУБАЯ ЛАГУНА». (16+)
00.55 «КОНЕЦ РОМАНА». (16+)
02.40 «ЛИЦО ЛЮБВИ». (16+)
04.10 «КОШКИ-МЫШКИ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.40 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)
03.05 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)
04.55 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)
06.45 «ДОРЗ». (16+)
09.00 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
10.45 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)
12.40 «ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
14.10 «ЦИМБЕЛИН». (16+)
15.40 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
Триллер, США, 2014 г.
17.30 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
18.55 «ЖЕНА». (16+)
20.30 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ». (16+)
21.55 «УЦЕЛЕВШАЯ». (16+)
23.20 «ПРЕИСПОДНЯЯ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

04.05 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)
05.35 «ТЫ ЗАБЫЛ, ВО ЧТО МЫ ИГРАЛИ». (16+)
06.10 «ДОМИНИКА». (12+)
07.30 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+)
08.55 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+)
10.45 «С ЧЁРНОГО ХОДА». (16+)
12.15 «ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВИЕ НЕБЕСНОЕ». (16+)
14.00 «НАПАРНИК». (12+)
15.40 «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ». (16+)
17.30 «ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА!» (16+)
19.10 «РИОРИТА». (16+)
21.00 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
22.40 «СУДЬБА НА ЗАМЕНУ». (16+)
23.00 «СЕРДЦЕ МИРА». (18+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.50 «ЭТОТ НЕЛОВКИЙ МОМЕНТ». (16+)
04.30 «Я ХУДЕЮ». (16+)
06.25 «НАЧАЛО ВРЕМЁН». (16+)
08.15 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
10.00 «УДАЧИ, ЧАК». (16+)
11.50 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
14.15 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
16.10 «СМЕРТЬ НА ПОХОРОНАХ». (16+)
17.50 «СЕМЕЙНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
19.30 «АНАЛИЗИРУЙ ЭТО». (16+)
Криминал, комедия, США, Австралия, 1999 г.
21.25 «SUPERАЛИБИ». (16+)
Комедия, Франция, 2017 г.
23.10 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН». (12+)

РОДНОЕ КИНО

01.00 «ПОВТОРНЫЙ БРАК». (16+)
02.50 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (16+)
05.15 «БИНГО БОНГО». (16+)
07.15 «МИО, МОЙ МИО». (12+)
09.10, 10.25 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (6+)
11.45 «КЛАССИК». (16+)
13.45 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (6+)
Мюзикл, мелодрама, комедия, фантастика, СССР, 1982 г.
16.20, 17.40 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)
19.00, 20.25 «ЧАРОДЕИ». (6+)
22.00 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+)
Драма, СССР, 1979 г.
23.35 «СНЕГУРОЧКА». (12+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.00, 11.50, 12.45, 13.40, 14.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
Сериал. Фантастика, США, 1998-2006 гг.
15.30, 16.15, 17.00, 17.55, 18.50, 19.35 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
20.30, 21.15, 22.05, 22.55 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
23.50 Суббота! News. (16+)
00.00, 01.00 Аферисты в сетях. (16+)
01.55, 02.40, 03.25, 04.10 Барышня-крестьянка. (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2012-2013 гг. В ролях: Анна Антонелли, Дмитрий Брусникин, Елена Костина
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)

СТС LOVE

06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
10.20 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
14.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
23.05 Даёшь молодёжь! (16+)
00.55 «РАНЕТКИ». (16+)
Сериал. Драмеди, Россия, 2008-2010 гг. В ролях: Аня Руднева, Лена Третьякова, Женя Огурцова, Лера Козлова, Наташа Щелкова, Артур Сопельник
04.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «МНЕ ПО КАЙФУ». (16+)
Драма, комедия, Франция, 2018 г.
11.50, 19.50, 03.50 «РАЗВОД В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (18+)
13.30, 21.30, 05.30 «НАЛЕТ». (16+)
Сериал. Криминальный триллер, Франция, 2007 г.
14.25, 22.25, 06.25 «ЗАЛОЖНИК». (16+)
Боевик, триллер, США, 2005 г.
16.20, 00.20, 08.20 «ДАР». (12+)
Комедия, Россия, 2018 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

08.50, 14.00, 20.55 Дачные радости. (12+)
09.20 Крымские дачи. (12+)
09.55 Да здравствует мыло душистое! (12+)
10.15 Ваш агроном. (12+)
10.30 Идите в баню. (12+)
10.45 Букварь дачника. (12+)
11.05 Я - фермер. (12+)
11.35 Правила огородника. (12+)
11.50 Прогулка по саду. (12+)
12.25 Дело в отделке. (12+)
12.55 Мастер-садовод. (12+)
13.10 Секреты садоводства. (12+)
13.30, 16.40 Огород круглый год. (12+)
14.30 Ландшафтные эксперименты. (12+)
15.00 Народные умельцы. (12+)
15.35 Как построить дом. (12+)
16.05 Проект мечты. (12+)
16.55 Частный сектор. (12+)
17.30 Как поживаете? (12+)
18.00 Календарь дачника. (12+)
18.15 Сад своими руками. (12+)
18.45 Моя крепость. (12+)
19.20 Дачная энциклопедия. (12+)
19.50 Готовим на Майорке. (12+)
20.10 Ремонт без правил. (12+)
20.35 Садовый доктор. (12+)
21.30 Безопасность. (12+)
22.00 Хозяин. (12+)
22.30 Гордость России. (6+)
23.00 Школа дизайна. (12+)
23.30 Постное меню. (12+)
23.50 Свечной заводик. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

08.20 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
08.50 Мир рыболова. (12+)
09.15 Сезон охоты. (16+)
09.50 Мой мир - рыбалка. (12+)
10.15 Рыбалка сегодня XL. (16+)
10.45, 23.05 Рыбалка с Нормундом Грабовскисом. (12+)
11.20, 15.35, 19.30, 23.40 Морская охота. (16+)
11.50, 16.05, 20.00 Охота с луком. (16+)
12.20 Технология зимнего клева. (12+)
12.55 Охота в Удмуртии. (16+)
13.25 Рождение клинка. (16+)
13.55 Андрей Старков и его команда. (16+)
14.30 Планета охотника. (16+)
15.00 На рыбалку с охотой. (12+)
16.35 «Радзишевский и К» в поисках рыбацкого счастья. (12+)
17.00 Охота без оружия. (16+)
17.30 Давай зарубимся! (12+)
17.45 Стрелковый спорт. (16+)
18.00 Поймай и сними. (16+)
18.30 Охота в Приволжье. (16+)
19.00 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
20.30 Весенняя рыбалка. (16+)
21.00 Спиннинг сегодня. (16+)
21.30 На зарубежных водоемах. (12+)
22.05 Рыболовное путешествие с чемпионом. (12+)
22.35 Крылатые охотники. (16+)
22.50 Нож-помощник. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.30 Меня спасла натуропатия. (12+)
00.30, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
Сертифицированные тренеры высшей категории научат вас снимать стресс, заряжаться позитивом и терять вес под зажигательные ритмы Zumba.
03.00, 13.00, 21.00 3D фитнес. (12+)
03.30, 14.00, 21.30 Street Fight. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 YogaУтро. (6+)
05.00, 07.00, 09.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
10.00 Кардиоблондинки. (12+)
10.30 Боди-балет. (12+)
11.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
11.30 Бодитоник. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 18.00 Фитнес-мама. (16+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Дыхание стретчинга. (12+)
16.30 Кундалини-йога с Алексеем Меркуловым. (12+)
17.30, 22.00 «16+». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА». (12+)
05.55 «ЧЕТЫРЕ ТАКСИСТА И СОБАКА-2». (6+)
08.20 «КУЛИНАР-2». (16+)
10.00 Новости
10.10 В гостях у цифры. (12+)
10.20 «КУЛИНАР-2». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
16.50 «КУЛИНАР-2». (16+)
19.00 Новости
19.15 Ток-шоу «Слабое звено». (12+)
20.15 Телеигра «Игра в кино». (12+)
21.00 Всемирные игры разума. (12+)
21.40 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)
01.15 Ночной экспресс. БИ-2. (12+)
02.05 «ЗАТЕРЯННЫЕ В ЛЕСАХ». (16+)
03.40 «ПОДКИДЫШ». (6+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и решка. По морям. (16+)
08.00 Орел и решка. Россия-2. (16+)
09.00 Орел и Решка. Чудеса света-2. (16+)
12.00 Умный дом. (16+)
13.10 Мир наизнанку. Китай. (16+)
Дмитрий Комаров не ходит по избитым и скучным маршрутам с гидами, «олинклюзивом» и заезженными достопримечательностями. Он показывает самые необычные места глазами коренного населения, становясь свидетелем таинственных ритуалов и полноправным участником жизни местных.
17.00 «АЛЬ-КАПОТНЯ». (16+)
Сериал. Россия, 2020 г.
19.00 «СУМЕРКИ». (16+)
США, 2008 г.
21.10 «ВАН ХЕЛЬСИНГ». (16+)
США, Чехия, 2004 г.
23.30 «КИНГ КОНГ». (16+)
Германия, 2005 г.
02.50 Пятница News. (16+)
03.20 «ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ-I». (18+)
Сериал. США, 2016 г.

Ю

05.05 Папа попал. (12+)
Каждая программа - это история одной семьи, где есть отец, мама и дети. В нашем проекте не будет актеров, фальши и обмана. Все настоящее: герои, чувства, эмоции. Хватит ли сил у папы справиться с детьми и домашними обязанностями, пока мама пребывает в обществе стилистов, косметологов, психологов и фитнес-тренеров?
09.30 Беременна в 16. (16+)
14.35 Взвешенные и Счастливые. (16+)
17.30 Немножко разведены. (16+)
Пары, переживающие кризис, решатся на уникальный эксперимент: супруги дают друг другу полный карт-бланш и разъезжаются жить со своими, как им кажется, идеальными «половинками».
21.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.35 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.05 Обмен жёнами. (16+)

ПОБЕДА

06.00 «Путь к Победе». (16+)
07.00 «ХЛЕБ ДЕТСТВА МОЕГО». (12+)
08.40 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)
10.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ВОЙНА ПОСЛЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2008 г. В ролях: Борис Щербаков, Максим Заусалин, Александр Суворов
12.30 «ФРОНТ». (16+)
16.00 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
Сериал. Боевик, Россия, 2007 г. В ролях: Татьяна Арнтгольц, Владимир Стержаков, Борис Щербаков, Андрей Фролов, Никита Зверев
19.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: КРЫМ». (16+)
23.00 «Путь к Победе». (16+)
00.10 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
Детектив, Россия, 2017 г. В ролях: Кирилл Плетнев, Елена Лотова
01.50 «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВНУЧКОЙ». (12+)
04.00 «И ТЫ УВИДИШЬ НЕБО». (12+)
05.10 Неизвестная война. «Битва на море». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Сражения с Наполеоном. (12+)
01.45 Обыкновенная История. (6+)
02.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
03.05 На пути к Великой Победе. (12+)
03.40 Тайное становится явным. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
06.55 Кронштадт-1921. (12+)
08.00 Наследие цивилизаций. Древняя Азия: Ангкор. Камбоджа. (12+)
09.00, 10.00 Расшифрованные сокровища. (12+)
10.55 Кронштадт-1921. (12+)
12.00 Забытый полководец. (12+)
12.35 Хроники общественного быта. (12+)
13.00 Подземная Италия. (12+)
14.15 Антагонисты. Соперники в искусстве. (12+)
15.20 Тайны великих картин. (12+)
16.00 Историада. (12+)
17.05 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
17.25, 18.25 «ГРИГОРИЙ Р». (12+)
19.25 Жил-был Дом. (12+)
20.00 «КРОМОВЪ». (16+)
История, биография, военная драма, Россия, 2009 г.
22.15 Достояние России. (12+)
22.50 Освенцимский процесс. Конец молчания. (16+)

VIASAT HISTORY

06.10 Расшифровка тайн. (12+)
06.55 Тайны мертвых. (12+)
07.55, 08.40, 09.25, 10.15 Тайны музеев. (12+)
11.00 Военные заводы. (12+)
11.50 Неукротимая Румыния. (6+)
12.40 Последний поход викингов. (12+)
13.35 Сканирование Нила. (12+)
14.30 Древние небеса. (6+)
15.30 Забытые королевства Южной Америки. (12+)
16.35 Боевые корабли. (12+)
17.25 Вторая мировая - битвы за Европу. (12+)
18.20 Тайны музеев. (12+)
19.10 Тайная война. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2011 г.
20.05 Последний поход викингов. (12+)
Сезон: 1. Дания, 2019 г.
21.00 Тайны военной машины нацистов. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
21.50 Реформация: священная война в Европе. (12+)
Великобритания, 2017 г.
22.45 Запретная история. (12+)
23.35 Сканирование Нила. (12+)
00.30 Древние небеса. (6+)
01.30 Забытые королевства Южной Америки. (12+)
02.30 Боевые корабли. (12+)
03.25, 04.10 Карты убийства. (16+)
05.00 Запретная история. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Сделать за один день. (16+)
06.20 Научные глупости. (16+)
06.45, 07.10 Игры разума. (16+)
07.35 Машины: Разобрать и продать. (16+)
08.25 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
09.20 Настоящий суперкар. (16+)
10.05, 10.55 Авто-SOS. (16+)
11.50 Дикий тунец. (16+)
12.40 Хранители сокровищ Египта. (16+)
13.30 Авто-SOS. (16+)
14.20 Злоключения за границей. (16+)
15.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.00 Служба безопасности аэропорта: Бразилия. (16+)
16.50 Хранители сокровищ Египта. (16+)
17.40 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+)
19.20, 00.25 Расследования авиакатастроф. (16+)
20.10 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
21.00 Остров Пасхи в опасности. (16+)
21.50 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (16+)
22.45, 01.15, 02.00 Авто-SOS. (16+)
23.35 Злоключения за границей. (16+)
02.45 Остров Пасхи в опасности. (16+)
03.30, 04.20 Осушить океан. (16+)
05.10 Чудеса инженерии. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Адская кошка. (12+)
06.45 Снимите кошку с дерева. (12+)
07.10 Зоопарк Сан-Диего. (12+)
08.02 На свободу с питбулем. (16+)
08.54 Правосудие Техаса. (16+)
09.46 Неизведанная Европа. (12+)
10.38 Смертельные острова. (16+)
11.30 В логово драконов. (12+)
12.22 Невиданные Аппалачи. (12+)
13.14 Сафари-парк Крюгер. (12+)
14.06 Правосудие Техаса. (16+)
14.58 На свободу с питбулем. (16+)
15.50 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
16.42, 17.08, 17.34, 18.00, 18.26, 18.52 Койот Петерсон представляет. (12+)
19.18 Неизведанная Европа. (12+)
20.10 Суровая справедливость. (16+)
21.03 Центр реабилитации Аманды. (12+)
21.56 Сафари-парк Крюгер. (12+)
22.49 Вторжение. (16+)
23.42 Я живой. (12+)
00.35 Кто убил большую белую? (16+)
01.28 Неизведанная Европа. (12+)
02.15 Сафари-парк Крюгер. (12+)
03.00 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30 Я живой. (12+)
05.15 Вторжение. (16+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00, 06.23 Битвы за контейнеры. (16+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39 Охотники за старьем. (12+)
08.32, 08.59 Как это сделано? (12+)
09.25 Махинаторы: машина мечты. (12+)
10.18, 01.30 НАСА: необъяснимые материалы. (12+)
11.12, 05.15 Золотая лихорадка. (16+)
12.06 Операция «Спасение дома»: ранчо Рейни. (12+)
13.00, 13.27 Как это сделано? (12+)
13.54 Музейные загадки. (16+)
14.48 Махинаторы. (12+)
15.42, 16.09 Битвы за контейнеры. (12+)
16.36 Смертельный улов. (16+)
17.30 Мятежный гараж. (16+)
18.24, 03.45 Охотники за старьем. (12+)
19.18, 19.45 Как это сделано? (16+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Стальные парни. (12+)
22.00 Операция «Спасение дома»: ранчо Рейни. (12+)
22.54 Голые и напуганные XL. (16+)
23.47 Музейные загадки. (16+)
00.40 Реальные дальнобойщики. (12+)
02.15 Мятежный гараж. (16+)
03.00 Как это устроено? (12+)
03.23 Как это устроено: автомобили мечты. (12+)
04.30 Голые и напуганные XL. (16+)

TLC

06.00 Оденься к свадьбе: Атланта. (12+)
06.25, 06.50 Оденься к свадьбе: Атланта. (16+)
07.15, 07.40 Оденься к свадьбе. (12+)
08.05, 08.31 Жизнь на острове. (12+)
08.57 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
09.49 Помешанные на чистоте. (16+)
10.41 Я вешу 300 кг. (16+)
12.25 Дарси и Стейси. (16+)
13.18 Помешанные на чистоте. (16+)
14.11, 14.37 Оденься к свадьбе. (12+)
15.04, 15.30 Мамы-монстры. (16+)
15.57 Свадебный салон XXL. (12+)
16.50 Дарси и Стейси. (16+)
17.43 Помешанные на чистоте. (16+)
18.36 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
19.30 Парни из Бойсе. (12+)
20.24, 20.51 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
21.18 Заложники ДНК. (12+)
22.11 Доктор «Прыщик». (16+)
23.04, 23.30 Мамы-монстры. (16+)
23.56, 03.12 Здесь живет зло. (16+)
00.48 Семейка Шемвелл. (12+)
01.37 Доктор «Прыщик». (16+)
02.25, 02.48 Мамы-монстры. (16+)
04.00 Жуткие свидания. (16+)
04.24, 04.48 Охотники за международной недвижимостью. (12+)
05.12 Дарси и Стейси. (16+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 18.00 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)
07.50, 10.00, 13.00 Новости
07.55, 13.05 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска
09.30 Большой хоккей. (12+)
10.05, 02.00 Десятка! (12+)
10.20, 00.00 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. (0+)
12.20 Без денег. (12+)
12.40 Игры королей. (12+)
14.10, 21.55 Страна смотрит спорт. (12+)
14.35 Домашний коридор. (12+)
14.55 Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Тур «Синяя птица». Прямая трансляция из Чайковского
16.40 Тот самый бой. Александр Поветкин. (12+)
17.05 Профессиональный бокс. Лучшие бои Александра Поветкина. (16+)
19.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. Прямая трансляция
22.25 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)

EUROSPORT 1

00.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
02.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. Прямая трансляция. (6+)
04.00, 20.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
06.00, 16.45 Теннис. ATP 1000. Майами. 1-й круг. (6+)
07.00, 08.15 Горные лыжи. Кубок мира. Ленцерхайде. Мужчины. (12+)
09.30, 11.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. (12+)
10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 4-й этап. (12+)
12.45 Олимпийские игры. «Бег в КНДР» (субтитры). (12+)
13.45, 14.15, 14.45 Олимпийские игры. Foul Play (субтитры). (12+)
15.15 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
18.00, 22.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 16.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)
05.35, 08.35, 15.00, 18.35 PRO-новости. (16+)
05.55 Каждое утро. (16+) Свежие бойкие треки и полезные лайфхаки.
09.00 Золотая дюжина. (16+)
10.00 10 самых! (16+)
10.35 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
12.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
12.55 Отпуск без путёвки: Новая Зеландия. Южный Остров. (16+)
14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
15.25 Шоу-дружба в шоубизе. (16+)
17.00, 04.00 Золотая лихорадка. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 Новая волна 2018. Лучшие выступления. (16+)
22.20 DFM - Dance chart. (16+)
23.15 Неспиннер. (18+)
02.00 Золотая лихорадка. (18+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

09.30, 17.00 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00 «Бобр добр». (0+)
11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
14.25 «Лео и Тиг». (0+)
15.00 «Буба». (6+)
15.15 «Тобот Атлон». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Хейрдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.20 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей», «Машкины страшилки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40, 03.35 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50, 16.25 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50, 11.00 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.05, 02.20 «Алиса в стране чудес». (0+)
13.00 «Гравити Фолз». (12+)
16.00 После школы. (6+)
17.55 «Хранитель Луны». (6+)
19.30 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
21.05 «РАССКАЗЫ РУСАЛОЧКИ». (6+)
23.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ НА ОСТРОВ НИМ». (6+)
00.55 «СЫН РУСАЛКИ». (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Малышарики», «Пег + Кот», «Домики». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.40 «ЛЕГО. Дупло». (0+)
07.45 «Легенды Спарка». (0+)
08.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Союзмультфильм» представляет: «Ну, погоди!» (0+)
10.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.45 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
11.15 «Тру и Радужное королевство». (0+)
11.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
12.15 «ЛЕГО Сити. Приключения». (0+)
12.40 «Дикие скричеры!» (6+)
13.05 «Металионы». (6+)
13.30 «Фиксики». (0+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
14.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
14.55 «Лео и Тиг». (0+)
15.40 «Букабу». (0+)
15.55 «Буба». (6+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.35 «Хейрдораблз». (0+)
16.40 «Энчантималс. Солнечная саванна». (0+)
16.45 «Дядя Стёпа и друзья». (0+)
17.30 «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
17.40 «Роботы-поезда». (0+)
18.10 «Турбозавры». (0+)
19.00 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Кошечки-собачки». (0+)
19.50 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
20.15 «Май Литтл Пони: Пони Лайф». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Истории Сильваниан Фэмилис». (0+)
20.50 «Лунтик и его друзья». (0+)
22.30 «Пауэр Плэйерс». (0+)
22.55 «Инфинити Надо». (6+)
23.20 «Ералаш». (6+)
00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
00.50 «Смешарики». (0+)
01.45 «Куми-Куми». (12+)
02.40 «Волшебный фонарь». (0+)
03.35 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)

УНИКУМ

08.57, 09.21, 22.36, 23.06 «Веселая карусель». (0+)
09.11, 09.36, 14.47, 22.52, 23.19 Мультфильмы. (0+)
10.00, 11.12, 19.03 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
10.28, 11.39, 19.32 «Макс Стил». (12+)
10.51, 12.02, 13.35, 15.46, 17.16, 20.00 «Летающие звери». (6+)
12.33, 16.14, 17.59, 21.32 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
12.49, 16.30, 18.15, 21.49 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
13.04, 16.44, 18.31, 22.04 Проще простого! (6+)
13.20 История великих изобретений. (6+)
13.50, 16.00, 17.30, 20.30 «Бобр добр». (0+)
14.05, 17.45, 20.45 «Богатырята». (6+)
14.18, 21.00 «Смешарики». (0+)
15.16, 23.27 Мультфильмы. (6+)
17.01, 18.47, 22.20 Я сегодня нарисую. (6+)
19.54 Do you speak? (6+)

О!

05.00 «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
07.00 «Чик-зарядка». (0+)
07.05 О! Музыка! (0+)
07.30 «Смешарики». (0+)
08.55 «Доктор Малышкина». (0+)
09.00 «В мире малышей». (0+)
09.55 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
10.00 «Турбозавры». (0+)
12.00 «Спроси у ТриО!» (0+)
12.05 «Фиксики». (0+)
14.00, 00.30 «Царевны». (0+)
14.45 «Весёлый алфавит». (0+)
14.50 «Ляпик едет в Окидо». (0+)
16.30 «Лапы, морды и хвосты. О собаках». (0+)
17.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
18.45 «Малыши дикой природы». (0+)
19.00 «ТриО!» (0+)
19.20 «Эмми и Гуру». (0+)
20.15 «Три кота». (0+)
22.15 «Как устроен город». (0+)
22.20 «Смешарики. Пинкод». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
06.00, 06.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00, 21.30, 03.45 Лествица. (6+)
11.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (6+)
12.30 Дорога. (0+)
13.30 В поисках Бога. (6+)
15.00 Ре:акция. (12+)
15.45 Путь. (0+)
16.50 Одесса. Герои подземной крепости. (0+)
17.50 «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ». (0+)
19.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
20.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
22.00, 23.45 «ВОЙНА (НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ)». 5 и 6 серии. (12+) Сериал. СССР, 1990 г.
23.30, 04.45 День Патриарха. (0+)
01.05 Икона Феодоровской Божией Матери. Цикл: Царица Небесная. (0+)
01.30 «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
02.20 Новый Иерусалим. Цикл: Специальный корреспондент с Аркадием Мамонтовым. (0+)
03.00 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2. На чужбине. (0+)
04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

26 марта
Седмица 2-я Великого поста. Глас 8. Перенесение мощей свт. Никифора, патриарха Константинопольского.

Мч. Савина. Мчч. Африкана, Публия и Терентия. Мч. Александра. Мц. Христины Персидской. Прп. Анина пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера. Сщмч. Григория пресвитера. Сщмч. Михаила пресвитера.

Постный день.

«...Кто признает полезным, что ему угодно, тот ненадежный судия справедливого, походит же на слепцов, которых водят слепцы».

Св. Василий Великий

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 22 ПО 28 МАРТА

ОВЕН (21.03 – 20.04)

Неделя Овнов обещает быть суетной, но плодотворной. Удастся завершить прежние рабочие проекты и замахнуться на новые; совершить крупную, давно желаемую покупку. Душевную гармонию обещают подарить вечера в кругу семьи и общение с любимым человеком.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Тельцов правильнее будет сейчас назвать мартовскими котами – во главу угла они в ближайшее время будут ставить чувства и отношения. Но чтобы не разбираться потом с ворохом накопившихся проблем, все же не забывайте о работе и домашних обязанностях.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

Близнецы истосковались по смене обстановки, путешествиям, новым знакомствам. И время вернуть все это в свою жизнь самое что ни на есть подходящее. Близкие люди будут рады небольшим подарочкам, а любимый человек благодарен за заботу и нежность.

РАК (22.06 – 22.07)

Чтобы не оказаться в эпицентре конфликта, Ракам стоит избегать острых углов в общении с начальством и коллегами. Не отказывайте в поддержке близким, если они вас об этом попросят. А свою половинку старайтесь чаще приглашать на романтические свидания.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)

Львы жаждут внимания и восхищения. Звезды будут на стороне людей творческих и поспособствуют им в достижении целей. Но в погоне за славой и признанием не забывайте про текущие рабочие проекты, помощь близким и домашние обязанности.

ДЕВА (23.08 – 23.09)

Девам на предстоящей неделе будет сложно находить общий язык с окружающими. Ну и занимайтесь индивидуальными проектами, решайте личные вопросы. Неплохое время для ремонта и дачных забот. А для души – прогулки за городом, экскурсия и любимое хобби.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

В жизни Весов намечаются глобальные перемены. А вот какими они будут, зависит от вашего к ним отношения. Если не испугаетесь и примете ситуацию, велик шанс не только добиться желаемого, но и заложить фундамент для будущих серьезных свершений.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Звезды обещают Скорпионам долгожданные новости и приятные встречи с людьми из прошлого. Если подвернется возможность улучшить свое материальное положение – не упустите. И не жадничайте. Радуйте близких и свою половинку приятными мелочами.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

У Стрельцов появится желание, а главное, возможность поучиться чему-то новому, привнести в свою жизнь разнообразие. Вас начнут больше ценить коллеги, не упустите свой шанс на лидерство, если давно этого жаждали. Любимого человека окружите заботой.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Козероги будут успешны во многих сферах жизни, период для этого благодатный. Но звезды предупреждают: если начнете задирать нос, можете споткнуться. Будьте скромнее. Хорошее время для семейных путешествий, дружеских встреч и романтических свиданий.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

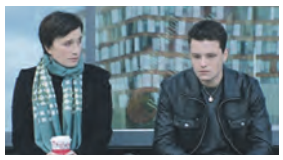
Меланхоличное настроение может подтолкнуть Водолеев к диванному образу жизни. Боритесь, сейчас не время хандрить. Чуть-чуть напрягшись, вы сумеете продвинуться по карьерной лестнице, улучшить отношения с близкими и обаять понравившегося человека.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)

В жизни Рыб наступает период, когда любые новшества будут в радость и на пользу. Вам давно и отчаянно хотелось что-то поменять в своей жизни. Близкие поддержат вас во всех начинаниях, а любимый человек станет соратником в любых авантюрах.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 22 ПО 28 МАРТА

ПЕРВЫЙ



00.35 «ВСЕ В ТВОИХ РУКАХ». (16+)

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 Умницы и умники. (12+)
09.45 Слово пастыря. (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Премьера. «Мороз и солнце». (12+)
11.15 Видели видео? (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Видели видео? (6+)
13.55 «Фабрика чемпионов Алексея Мишина». (12+)
15.00 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Пр.тр.
17.00 Футбол. Сборная России - сборная Словении. Отборочный матч чемпионата мира-2022. Пр.тр.
19.00 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. (0+)
19.25 «Голос. Дети». Новый сезон. (0+)
21.00 Время
21.20 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Пр.тр.
22.20 Земфира. Концерт в «Олимпийском». (16+)
00.35 «ВСЕ В ТВОИХ РУКАХ». (16+)
02.20 Модный приговор. (6+)
03.10 Давай поженимся! (16+)

РОССИЯ

13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)

05.00 «Утро России. Суббота»
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
12.35 «Доктор Мясников». (12+)
13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)
Юля - юная балерина, её мать - хореограф - готовит свою девочку к отбору на зарубежные гастроли. В прошлом мама оставила карьеру танцовщицы в надежде, что дочь станет её триумфом.
18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести в субботу
21.00 «ВОСПИТАТЕЛЬНИЦА». (12+)
Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Алёна Коломина, Павел Трубинер. Майя Ракитина, воспитательница в детском саду, счастлива и полна надежд. Она обожает свою работу, вместе с любимым мужчиной Игорем они переехали в новую квартиру, оформив ипотеку.
01.30 «ПРАВО НА ЛЮБОВЬ». (12+)

ТВЦ

08.40 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)

05.30 «ПАССАЖИРКА». (16+)
07.25 Православная энциклопедия. (6+)
07.55 «Ирина Печерникова. От первой до последней любви...» (12+)
08.40 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
11.30 События
11.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
14.30 События
14.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
17.00 «НЕФРИТОВАЯ ЧЕРЕПАХА». (12+)
Россия, 2020 г. Детектив. В ролях: Артём Крылов, Алексей Варущенко. Старая дама приносит в антикварный салон фамильную реликвию - нефритовую черепашку, которая, по её словам, оберегала от зла. Теперь её жизнь закончена, и черепашка должна найти нового хозяина...
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.15 «Право знать!». (16+)
23.45 События
00.00 «Блудный сын президента». (16+)
00.50 «Дикие деньги». (16+)
01.35 Специальный репортаж. (16+)
02.00 Линия защиты. (16+)
02.30 «Прощание». (16+)
05.20 «Осторожно, мошенники!» (16+)

НТВ

10.20 Главная дорога. (16+)

05.00 ЧП. Расследование. (16+)
05.30 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
07.20 Смотр. (0+)
08.00 Сегодня
08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)
08.50 Поедем, поедим! (0+)
09.25 Едим дома. (0+)
10.00 Сегодня
10.20 Главная дорога. (16+)
Крепкий алкоголь, но немного, или лёгкий, но в неограниченном количестве: что выбрать на праздничном банкете и можно ли на следующий день после торжества садиться за руль?
11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
12.00 Квартирный вопрос. (0+)
13.10 Основано на реальных событиях. (16+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.00 Сегодня
16.20 Следствие вели... (16+)
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
20.00 Ты не поверишь! (16+)
21.10 Секрет на миллион. (16+)
23.15 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (18+)
00.00 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
01.15 Дачный ответ. (0+)
02.10 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
03.40 «ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ». (16+)

РОССИЯ К Культура

19.40 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»

06.30 «Библейский сюжет»
07.05 «Мультфильмы»
08.30 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ»
09.50 «Передвижники»
10.20 «УСПЕХ»
11.50 «Феликс Петуваш. Художник из Майкопа»
12.20 «Земля людей»
12.50 01.40 «Несейка. Младшая дочь»
13.35 «Любимые песни»
14.25 «Даты, определившие ход истории»
14.55 Больше, чем любовь
15.35 Легендарные спектакли Большого
17.20 «Великие мифы. Илиада»
17.50 «30 лет и один не-Традиционный сбор». Международный театральный фестиваль «Балтийский дом»
18.35 Линия жизни
19.40 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО»
СССР, 1978 г. Мюзикл. В ролях: Олег Янковский, Ирина Купченко, Евгений Леонов. Пришло время – волшебник женился, остепенился, занялся хозяйством. Но однажды, встретив в лесу медведя, все-таки не вытерпел: взял и превратил его в прекрасного юношу...
22.00 «Агора»
23.00 «ЗОЛОТАЯ КАСКА»
00.35 Клуб 37
02.25 «Аргонавты». «Дождливая история»
03.00 Перерыв в вещании

СТС

18.25 «ГОДЗИЛЛА». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.15 «Охотники на троллей». (6+)
07.00 «Три кота». (0+)
07.30 «Том и Джерри». (0+)
08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
08.25 Уральские пельмени. (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
11.00 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)
13.40 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВДАЛИ ОТ ДОМА». (12+)
16.05 «КОНГ. ОСТРОВ ЧЕРЕПА». (16+)
18.25 «ГОДЗИЛЛА». (16+)
США - Япония, 2014 г. Фантастический боевик.
21.00 ПРЕМЬЕРА! «ГОДЗИЛЛА-2. КОРОЛЬ МОНСТРОВ». (16+)
23.35 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ХИЩНИКИ». (18+)
01.40 «ПРОРЫВ». (12+)
03.30 «АНЖЕЛИКА». (16+)
04.20 «6 кадров». (16+)
04.30 «Фока - на все руки дока». (0+)
04.50 «Фунтик и огурцы». (0+)
05.05 «Трое на острове». (0+)
05.25 «Слонёнок». (0+)
05.35 «Слонёнок и письмо». (0+)
05.40 «Шапка-невидимка». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

5-Й КАНАЛ

05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
09.00 Светская хроника. (16+)
10.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
15.05 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное»
00.55 «НЕ МОГУ СКАЗАТЬ «ПРОЩАЙ». (12+)
СССР, 1982 г. Драма. В ролях: Сергей Варчук, Анастасия Иванова, Татьяна Паркина, Александр Коршунов, Александр Савченко. О дружбе, верности долгу, предательстве и самоотверженной любви. На танцах Лида знакомится с красавцем Сергеем.
02.30 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)
04.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.00 08.15 «МАРШБРОСОК-2». (16+)
08.00 13.00 18.00 Новости
08.40 «Морской бой». (6+)
09.45 «Легенды музыки». (6+)
10.10 «Легенды кино». (6+)
11.00 «Загадки века». (12+)
11.55 «Не факт!» (6+)
12.30 «Круиз-контроль». (6+)
13.15 «СССР. Знак качества». (12+)
14.05 «Улика из прошлого». (16+)
14.55 18.25 «МАРШБРОСОК. ОХОТА НА «ОХОТНИКА». (16+)
18.10 «Задело!»
19.30 «Легендарные матчи». (12+)
19.50 «Отборочный матч ЕВРО-2000». (12+)
23.05 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» (12+)

ОТР

06.00 16.05 «Большая страна». (12+)
06.50 18.30 «Домашние животные». (12+)
07.20 «Хит-микс RU.TV». (12+)
08.15 14.45 «Календарь»
09.10 «За дело!» (12+)
10.10 «Дом «Э». (12+)
10.40 «МАНДАРИН». (16+)
12.10 «Пешком в историю»
12.40 13.05 «ПРЕДСКАЗАНИЕ». (16+)
15.45 «Среда обитания»
17.00 04.05 «Путешествие в классику». (12+)
18.00 «Гамбургский счёт». (12+)
19.05 «ОТРажение». (12+)
20.00 «КАПИТАН АЛАТРИСТЕ». (16+)
22.25 «Культурный обмен»
23.05 «ПОЛЕТТА: ВО ВСЕ ТЯЖКИЕ». (16+)

МОСКВА 24

06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
06.15 10.30 16.35 22.25 23.15 00.30 02.10 «Специальный репортаж». (12+)
06.35 08.45 09.40 17.15 20.45 23.45 01.45 04.45 «Сеть». (12+)
07.15 11.15 13.15 «Куки-внуки». (12+)
07.35 11.30 13.30 03.15 «Тест». (12+)
08.15 15.35 03.40 «ГОСТ». (12+)
09.25 20.15 «Идеальное предложение». (12+)
12.30 17.25 04.15 «The City»
14.30 19.15 01.15 «Фанимани». (12+)
16.15 «Историс. На гребне волны». (16+)
18.35 05.10 «Спорная территория». (12+)
21.25 «Откройте, Давид». (16+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Самое яркое». (16+)
06.30 «Взрослые люди». (16+)
07.00 «Мультфильмы». (6+)
08.00 «Будни»
09.00 «Губернатор 360»
10.00 «Вкусно 360». (12+)
11.00 «Самое яркое». (16+)
12.00 «Новости 360»
12.30 «Чудо-Люда». (12+)
13.00 «Мультфильмы». (6+)
14.20 «БИТВЫ БОЖЬИХ КОРОВОК». (16+)
Украина, 2007 г. Мелодрама. В ролях: Анастасия Походенко, Петр Томашевский, Любомирас Лауцявичюс.
18.00 «НЕПРИДУМАННОЕ УБИЙСТВО». (16+)
20.00 «Новости 360»
20.30 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
23.05 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.45 «Тайны кино». (12+)
07.30 12.05 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
08.15 05.35 «Песни нашего кино». (12+)
08.50 «Тайны души». (6+)
09.15 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (12+)
10.50 «КАРУСЕЛЬ». (12+)
13.00 01.40 «СИНДРОМ ДРАКОНА». (16+)
17.15 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (6+)
19.10 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)
Россия, 1993 г. Драма.
20.55 «ОТЦЫ И ДЕДЫ». (12+)
22.30 «СОЛДАТ ИВАН БРОВКИН». (12+)
00.05 «ИВАН БРОВКИН НА ЦЕЛИНЕ». (12+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены 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

РЕН

19.35 «ТОР: ЦАРСТВО ТЬМЫ». (12+)

05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
06.35 **«ЗЕЛЁНЫЙ ФОНАРЬ».** (12+)
08.30 «О вкусной и здоровой пище». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.05 «Самая полезная программа». (16+)
11.20 «Военная тайна». (16+)
13.20 **«СОВБЕЗ».** (16+)
14.20 Документальный спецпроект. (16+)
15.20 Засекреченные списки. (16+)
17.25 **«ТОР».** (12+)
19.35 **«ТОР: ЦАРСТВО ТЬМЫ».** (12+)
21.45 **«ТОР: РАГНАРЁК».** (16+)
00.15 Бокс. Д. Уайт - А. Поветкин. Бой-реванш за звание чемпиона в тяжёлом весе. Прямой эфир. (16+)
01.45 **«ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК: ДУХ МЩЕНИЯ».** (16+)
03.15 **«КЛЕТКА».** (16+)

ТНТ

00.00 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (12+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
09.00 «Мама Life». (16+)
09.30 «Битва дизайнеров». (16+)
10.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
12.00 «Ты как я». (16+)
13.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
16.25 **«ОКЕЙ, ЛЕКСИ!»** (18+) США, 2019 г. Комедийная мелодрама. В ролях: Адам Дивайн, Александра Шипп, Роуз Бирн, Рон Фанчес, Шарлин Йи.
18.00 «Танцы. Последний сезон». (16+)
20.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
22.00 «Секрет». (16+)
23.00 «Женский стендап». (16+)
00.00 **«СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ».** (12+)
01.55 «Импровизация». (16+)
03.40 «Comedy Баттл». (16+)
04.30 «Открытый микрофон». (16+)
06.05 «ТНТ. Best». (16+)

ТВ-3

16.15 «ГОДЗИЛЛА». (12+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
10.30 **«АСТРАЛ: ГЛАВА 3».** (16+)
12.30 **«СИНЯЯ БЕЗДНА: НОВАЯ ГЛАВА».** (16+)
14.15 **«ПЕЩЕРА».** (16+)
16.15 **«ГОДЗИЛЛА».** (12+) США, Япония, 1998 г. Фантастика. В ролях: Мэттью Бродерик, Жан Рено, Мария Питилло, Хэнк Азария. Неподалеку от островов Французской Полинезии рыбацкое судно подвергается нападению загадочного существа.
19.00 Последний герой. Чемпионы против новичков. (16+)
20.30 **«КИНГ КОНГ».** (12+)
00.15 **«ПОЕЗД СМЕРТИ».** (16+)
01.45 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
02.30 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)
04.15 «Тайные знаки». (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ЧЕ

01.00 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)

06.00 Улётное видео. (16+)
06.20 Каламбур. (16+)
07.35 КВН Best. (16+)
09.00 Дизель шоу. (16+)
11.00 **«СОЛДАТЫ-7».** (12+)
19.00 **«СОЛДАТЫ-8».** (12+)
20.00 +100500. (16+)
00.00 Фейк такси. (18+) Интеллектуально-эротическое шоу-викторина, в котором участнице необходимо ответить на ряд вопросов в формате «правда или фейк». За каждый неправильный ответ героиня снимает с себя элемент одежды, а в конце выпуска каждая оставшаяся на ней вещь оценивается в 10 000 руб.
01.00 **«ТЕЛЕПОРТ».** (16+) США - Канада, 2008 г. Фантастический триллер. В ролях: Хейден Кристенсен, Джейми Белл. Дэвид Райс считал себя обычным парнем, пока однажды не узнал, что может телепортироваться с места на место.
02.40 Улётное видео. (16+)

МАТЧ ТВ

07.00 Новости

06.00 Смешанные единоборства. (16+)
07.00, 08.50, 15.50, 19.05 Новости
07.05, 15.15, 22.00, 00.45 Все на Матч!
08.55 «Баба Яга против». (0+)
09.05 «Ну, погоди!» (0+)
09.15 «Как утёнок-музыкант стал футболистом». (0+)
09.25 Лыжный спорт. Марафонская серия Ski Classics. 100 км. Пр.тр.
15.55 Лыжный спорт. Лучшее. (0+)
17.55 Формула-1. Гран-при Бахрейна. Пр.тр.
19.10 Все на футбол!
19.50 Футбол. Нидерланды - Латвия.ЧМ-2022. Пр.тр.
22.35 Футбол. Сербия - Португалия. ЧМ-2022. Пр.тр.
01.30 Футбол. Россия - Словения. ЧМ-2022. (0+)
03.30 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)

ДОМАШНИЙ

06.35 «Предсказания: 2021». (16+)

06.30 «6 кадров». (16+)
06.35 «Предсказания: 2021». (16+)
07.30 **«ЛАБИРИНТ ИЛЛЮЗИЙ».** (16+)
11.35 **«ПРОВИНЦИАЛКА».** (16+) Россия, 2008 г. Мелодрама. В ролях: Анна Арланова, Ирина Розанова. Лиза приезжает в Москву из провинциального городка в надежде добиться освобождения из тюрьмы своей сестры, несправедливо осуждённой за убийство бизнесмена Горина.
19.00 **«МОЯ МАМА».** (16+)
22.00 **«ТАИСИЯ».** (16+) Украина, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Евгения Нохрина, Дмитрий Беляков. Таисия живёт в посёлке, затерянном среди лесов. Она сирота, единственный близкий человек - пожилая соседка.
02.30 «Ночная смена». (18+)
03.20 **«ПРОВОДНИЦА».** (16+)

***

Мечтательный астроном даёт объявление:
«В границах своей жизненной системы ищу спутницу жизни, без повышенной гравитации, которая будет всегда вращаться вокруг меня на постоянной орбите».

***

Если ваша жена неожиданно спрашивает вас: «Дорогой, ты меня любишь?», значит, скорее всего, она что-то сломала, что-то купила или за что-то на вас обиделась. Не гадайте, лучше готовьте кошелёк.

***

Две подружки:
– Интересно, а что такого находили женщины в мужчинах раньше?
– Когда раньше?
– Ну, когда денег не было.

***

– Представляешь, она всё-таки увела у меня мужа.
– А ты?
– Конечно, поменяла замки, поставила решётки на окна. Вдруг решит вернуть.

***

– Сынок, запомни этот день. Он для тебя будет одним из самых счастливых.
– Папа, но ведь моя свадьба только завтра.
– Отец знает, что говорит.

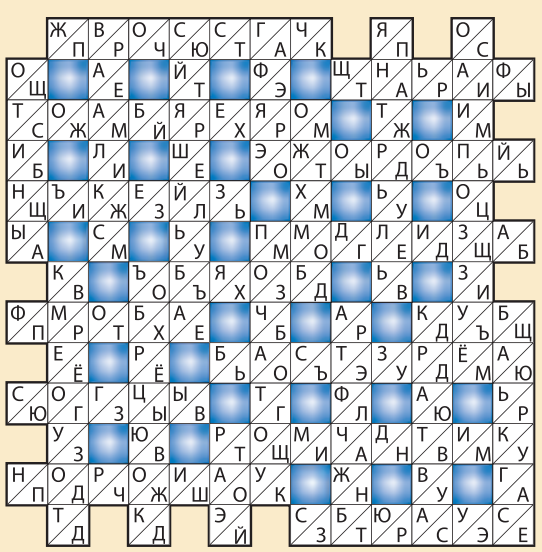
***

– Почему теперь ты так часто желаешь здоровья своим врагам?
– Потому что мне недавно нагадали, что я не на много их переживу.

ДУАЛЬ

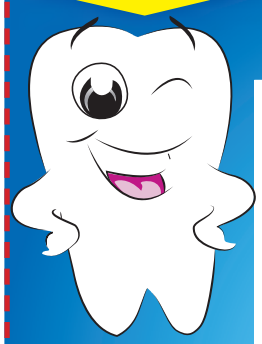
Из каждой пары букв вычеркните одну так, чтобы оставшиеся образовывали кроссворд.

По горизонтали: Простак. Тариф. Сомбреро. Оторопь. Никель. Подлиза. Обход. Проба. Дуб. Бастурма. Созыв. Романтик. Порошок. Страус.
По вертикали: Ремикс. Стрельба. Афро. Патруль. Симпозиум. Осина. Отход. Початок. Креозот. Обрывок. Атлант. Дратва. Баркас. Рой.



Нам 16 лет

СТОМАТОЛОГИЯ
www.dento-lux.ru «ДЕНТО-ЛЮКС»



ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ

Лечение зубов под микроскопом
Лазерная стоматология
Лечение ультразвуковым аппаратом Вектор

Рег. уд. №ФСЗ 2010/06682 от 14.08.2018 г.

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

- Консультация, диагностика, составление комплексного плана лечения ..... бесплатно
- Пломба (светоотверждаемая, пр-ва США) ..... 600 р.
- Съемный протез (отеч.) ..... 7 990 р.
- Установка импланта ..... 18 000 р.
- Металлокерамическая коронка (ед.) ..... ~~3 500~~ 2 900 р.
- Безметалловая коронка, ВИНИР ..... ~~10 800~~ 7 900 р.
- Панорамный рентген ..... ~~470~~ 400 р.
- Компьютерная томография зубов 3D ..... ~~2500~~ 1500 р.

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ СКИДКА*
25% на лечение
11% на протезирование

*Акция действительна до 31.03.21. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

При высоком качестве — низкие цены!

Звоните, приходите и убедитесь!

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!

м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27

ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

05.25 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
08.00 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
10.10 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
12.10 «СУМЕРКИ». (16+)
США, 2008 г.
14.25 «СУМЕРКИ. САГА. НОВОЛУНИЕ». (12+)
16.45 «СУМЕРКИ. САГА. ЗАТМЕНИЕ». (16+)
19.00 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 1». (12+)
21.00 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (12+)
23.00 «ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ». (12+)
00.40 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
02.50 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

07.15 «Урфин Джюс возвращается». Мультфильм. (6+)
08.55 «ГОРЬКО!» (16+)
10.40 «ГОРЬКО!-2». (16+)
12.25 «8 ЛУЧШИХ СВИДАНИЙ». (12+)
14.10 «8 НОВЫХ СВИДАНИЙ». (12+)
15.40 «НА КРЮЧКЕ!» (16+)
17.15 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
19.00 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
20.15 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
21.50 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
23.20 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)
01.00 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
02.45 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)

ДОМ КИНО

05.10 «КРЕПОСТНАЯ АКТРИСА». (12+)
07.00 «ФИНИСТ - ЯСНЫЙ СОКОЛ». (6+)
08.30 «СВАТЫ». (16+)
15.00 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
16.25 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
17.55 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
19.15 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
20.35 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
22.00 «КАРНАВАЛ». (12+)
00.55 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ…» (12+)
02.45 «ДУБРОВСКИЙ». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 04.55, 05.25 Голливуд за кадром. (16+)
06.30, 07.25, 08.20, 09.15 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
10.10, 11.00 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
11.50, 12.55 Правила моей кухни. (16+)
14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45, 18.30, 19.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
20.00 «УЛИЧНЫЙ КОТ ПО КЛИЧКЕ БОБ». (16+)
21.45 «ЧЕРЕЗ ВСЕЛЕННУЮ». (16+)
США, Великобритания, 2007 г.
23.55 «28 ДНЕЙ». (16+)
01.45, 02.30, 03.15, 04.05 «АМНЕЗИЯ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.40 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (16+)
03.30, 23.30 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)
05.20 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
07.10 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
08.40 «ЖЕНА». (16+)
10.15 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ». (16+)
11.40 «УЦЕЛЕВШАЯ». (16+)
13.10 «ДОРЗ». (16+)
15.20 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
17.10 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)
19.05 «ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
20.30 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
22.05 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
Комедия, США, 2011 г.

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

01.15 «ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)
02.50 «ДОМИНИКА». (12+)
04.05 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+)
05.25 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+)
07.00 «С ЧЁРНОГО ХОДА». (16+)
08.15 «ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВИЕ НЕБЕСНОЕ». (16+)
10.05 «НАПАРНИК». (12+)
11.45 «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ». (16+)
13.30 «ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА!» (16+)
15.15 «РИОРИТА». (16+)
17.05 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
18.45 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)
21.00 «КИСЛОРОД». (16+)
22.30 «СЛОНЫ МОГУТ ИГРАТЬ В ФУТБОЛ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.45 «ЛЕТО. ОДНОКЛАССНИКИ. ЛЮБОВЬ». (16+)
02.35 «МУЖЧИНЫ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2». (16+)
05.25 «ЗАЖГИ ЭТИМ ЛЕТОМ». (16+)
07.05 «SUPERЗЯТЬ». (16+)
08.55 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)
10.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
12.10 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СЛИШКОМ МАЛО ЗНАЛ». (16+)
13.55 «SUPERАЛИБИ». (16+)
15.40 «ПАПАШИ БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК». (16+)
17.35 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
19.30 «ГЕРОЙ СУПЕРМАРКЕТА». (12+)
21.10 «ТОЛСТЯК ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
22.55 «ПРЕКРАСНАЯ ЭПОХА». (18+)

РОДНОЕ КИНО

01.25 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (16+)
03.35 «СЛЕД СОКОЛА». (12+)
05.40 «ТАКСИ-БЛЮЗ». (18+)
07.45 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (12+)
10.05 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+)
11.45 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
13.25, 14.40 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (6+)
16.00, 17.25 «ЧАРОДЕИ». (6+)
19.00 «РАССЕЯННЫЙ». (6+)
Комедия, Франция, 1970 г.
20.35 «МАНИЯ ВЕЛИЧИЯ». (6+)
Комедия, Франция, Испания, 1971 г.
22.40 «СВАДЬБА». (16+)
Драма, комедия, Франция, Россия, 2000 г.

СУББОТА!

05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
06.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.00, 12.00 Скажи платью «Да!» (16+)
13.00 «ОТЕЛЬ БЕЛГРАД». (16+)
15.10 «ВЫКРУТАСЫ». (12+)
17.00 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
19.00 «НА КРЮЧКЕ!» (16+)
Комедийная мелодрама, Россия, 2010 г.
20.50 «БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)
22.45 «ВЫКРУТАСЫ». (12+)
00.40, 01.40, 02.30, 03.15, 04.05 Барышня-крестьянка. (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00
«ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
Сериал. Драма, комедия, мелодрама, Россия, 2002 г.
В ролях: Екатерина Семенова, Анжелика Вольская, Александр Мохов
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)

CTC LOVE

06.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
06.25 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Татьяна Разбежкина с мамой Верой Кирилловной приезжают в Москву. После победы в конкурсе студенческих проектов, Тане предложили перевестись в московский ВУЗ. У нее появляется новая подруга - Татьяна Баринова, в гостях у которой она знакомится с Сергеем…
18.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
23.10 Даёшь молодёжь! (16+)
00.55 Сердца за любовь. (16+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «КОМИССАР МЕГРЭ». (12+)
Сериал. Криминальная драма, детектив, Франция, 1991 г.
11.25, 19.25, 03.25 «КАТИСЬ!» (16+)
13.20, 21.20, 05.20 «НОЧНАЯ ЖИЗНЬ». (18+)
Мелодрама, комедия, Германия, 2020 г.
15.15, 23.15, 07.15 «БЛИЗНЕЦ». (12+)
Комедия, Франция, 1984 г.
17.05, 01.05, 09.05 «BELLA ГЕРМАНИЯ». (16+)
Сериал. Драма, Германия, 2019 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

06.00, 10.10, 14.05, 18.10, 22.10, 02.20 Альтернативный сад. (12+)
06.35, 22.40 Чай вдвоем. (12+)
Цикл мастер-классов по приготовлению всевозможных видов чая.
06.50, 11.00, 15.00, 19.00, 23.00, 03.05 Постное меню. (12+)
07.00, 11.15, 15.15, 19.15, 23.15, 03.25 Секреты стиля. (12+)
07.30, 10.45, 14.40, 16.50 Огород круглый год. (12+)
08.00, 12.20, 16.15, 20.15, 00.15, 04.20 Лучки-пучки. (12+)
08.20, 12.35, 16.35, 00.35, 04.35 Дом, милый дом! (12+)
08.35, 12.50, 20.50, 00.50, 04.50 50 оттенков желе. (12+)
08.50, 13.05, 17.05, 01.10, 05.05 Дети на даче. (12+)
09.20 Травовед. (12+)
09.40, 13.35, 17.35, 21.40, 01.35, 05.35 Хозяин. (12+)
11.45, 15.45, 19.45, 23.45, 03.50 Школа ландшафтного дизайна. (12+)
18.40, 02.50 Доктор Смузи. (12+)
20.30 Сельсовет. (12+)
В этой программе Вы узнаете, что такое «дюк» и как его можно вырастить на своем участке.
21.05 Умный дом. Новейшие технологии. (12+)
02.05 Кисельные берега. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 07.00, 09.05, 10.05, 11.05, 12.05, 13.05, 14.05, 15.05, 16.05, 17.05, 18.05, 19.05, 20.05, 21.05, 22.10, 23.10, 00.10, 01.10, 02.10, 03.10, 04.10, 05.05 Трофеи. (16+)
06.30, 08.35, 10.35, 12.35, 14.35, 16.35, 18.35, 20.35, 22.40, 00.45, 02.40, 04.35 Вкусные рецепты охотника. (12+)
07.30, 09.35, 11.35, 13.35, 15.35, 17.35, 19.35, 21.35, 23.40, 01.40, 03.40, 05.30 Вкусные рецепты рыболова. (12+)
Цикл передач, рассказывающий о разнообразнейших рецептах и способах приготовления рыбных блюд на открытом воздухе.
08.00 На рыбалку с охотой. (12+)
По разным оценкам, в России увлекаются охотой около 3 миллионов человек, а рыбалкой - более 25 миллионов. Темы, волнующие зрителя канала «Охота и рыбалка», можно перечислять бесконечно: нормативные документы, открытия и закрытия сезонов, новинки рынка, рейды против браконьерства, вести с водоемов и охотхозяйств, соревнования по рыболовному спорту, анонсы и репортажи о выставках, фестивалях и мастер-классах… Об этом и многом другом охотники и рыболовы узнают из программы «На рыбалку с охотой!»

ЖИВИ!

00.00, 13.30 Меня спасла натуропатия. (12+)
00.30, 18.30 Фитнес-бикини. (12+)
01.30, 19.30 Табата-Хард. (12+)
02.00, 20.00 Пилатес Intensive. (12+)
02.30, 12.30, 20.30 Zumba. (12+)
03.00, 13.00, 21.00 3D фитнес. (12+)
Последний американский тренд для тех, кто мечтает о красивых формах.
03.30, 14.00, 21.30 Street Fight. (12+)
04.00, 06.00, 08.00 Мистер Драйв. (12+)
04.15, 06.15, 08.15 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)
04.30 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
05.00, 07.00, 09.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 08.30 YogaУтро. (6+)
10.00 Кардиоблондинки. (12+)
10.30 Боди-балет. (12+)
11.00 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
11.30 Бодитоник. (12+)
12.00, 23.30 Первоклассный фитнес. (6+)
14.30, 18.00 Фитнес-мама. (16+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
16.00 Дыхание стретчинга. (12+)
16.30 Кундалини-йога с Алексеем Меркуловым. (12+)
17.30, 22.00 «16+». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 Мультфильмы. (0+)
06.00 Всё, как у людей. (6+)
06.15 Мультфильмы. (0+)
06.45 Секретные материалы. Нэпман поневоле. (12+)
07.10 «Игра в слова» с Антоном Комоловым. (6+)
08.05 Мультфильмы. (0+)
08.25 Наше кино. Неувядающие. К 95-летию Арчила Гомиашвили. (12+)
09.00 Ток-шоу «Слабое звено». (12+)
10.00 Погода в Мире
10.10 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (6+)
Комедия, СССР, 1971 г. В ролях: Арчил Гомиашвили, Сергей Филиппов, Михаил Пуговкин, Гликерия Богданова-Чеснокова
13.35 «ОДНОЛЮБЫ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2012 г. В ролях: Александр Робак, Татьяна Черкасова, Фёдор Лавров, Александра Урсуляк
16.00 Новости
16.15 «ОДНОЛЮБЫ». (16+)
19.00 Новости
19.15 «ОДНОЛЮБЫ». (16+)
03.20 «БЛИЗНЕЦЫ». (6+)
04.40 Мультфильмы. (0+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)
06.30 Орел и решка. Мегаполисы. (16+)
07.30 Ревизорро. (16+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Орел и Решка. 10 лет. (16+)
10.00 Планета Земля: часть 1. (16+)
11.00 Животные в движении. (16+)
12.00 Планета Земля: часть 2. (16+)
13.00 Орел и Решка. Чудеса света-4. (16+)
Самые удивительные места нашей планеты встречают «Орел и решка».
14.00 Орел и Решка. 10 лет. (16+)
15.00 Орел и Решка. Чудеса света-4. (16+)
18.00 Большой выпуск. (16+)
19.00 Мир наизнанку. Бразилия. (16+)
23.00 ТикТок талант. (16+)
00.30 «ДУБЛЁР». (16+)
Россия, 2012 г.
02.20 «ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ-I». (12+)
Сериал. США, 2016 г.
04.10 Еда, я люблю тебя! (16+)

Ю

05.10 Папа попал. (12+)
09.15, 14.25 Беременна в 16. (16+)
15.55, 18.00 Битва за тело. (16+)
Для людей, чей вес достиг 150 килограммов и более, похудение - вопрос жизни. Герои «Битвы за тело» готовы кардинально измениться и сбросить 50, 80 и даже 100 кг ради собственного здоровья. Участников проекта ждет год серьезной работы над собой. Сражаться придется не только с лишним весом, но и с вредными привычками, зависимостью от еды и образом жизни. Похудение будет происходить под пристальным вниманием команды проекта: врачей, диетологов, фитнес-тренеров.
20.05 Беременна в 16. (16+)
23.45 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
Знаменитый американский телесериал о работе команды лучших следователей ФБР.
03.05 Папа попал. (12+)

ПОБЕДА

06.00 «Путь к Победе». (16+)
07.00 «РИОРИТА». (16+)
08.50 «ЯЛТА-45». (16+)
12.10 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
Сериал. Драма, Россия, Украина, 2017 г.
Июль 1941 года. Фашисты рвутся к Киеву. Обстановка в городе накаляется с каждым днем, что добавляет работы лучшему следователю киевской военной прокуратуры Ивану Рокотову.
23.00 «Путь к Победе». (16+)
00.10 «ДУМА О КОВПАКЕ. НАБАТ». (16+)
Трилогия «Дума о Ковпаке» посвящена С. А. Ковпаку и партизанскому соединению, которым он руководил во время Великой Отечественной войны…
01.45 «НЕТ НЕИЗВЕСТНЫХ СОЛДАТ». (12+)
03.15 «РАКЕТЫ НЕ ДОЛЖНЫ ВЗЛЕТЕТЬ». (12+)
04.40 «Обратный отсчёт». (16+)
05.10 Неизвестная война. «Освобождение Белоруссии». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Сражения с Наполеоном. (12+)
01.45 Обыкновенная История. (6+)
02.00 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
03.05 На пути к Великой Победе. (12+)
03.40 Тайное становится явным. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 «ИСАЕВ». (16+)
06.55 Битва за Москву. Неизвестные герои. (12+)
08.00 Забытый полководец. (12+)
08.35 Хроники общественного быта. (12+)
09.00 Подземная Италия. (12+)
10.15 Тайны великих картин. (12+)
10.55 Кронштадт-1921. (12+)
12.00 Историада. (12+)
13.05 Священные чудеса Земли. (12+)
14.10 «КРОМОВЪ». (16+)
История, биография, военная драма, Россия, 2009 г.
16.25, 17.25, 18.25 «ГРИГОРИЙ Р». (12+)
Сериал. Драма, история, биография, Россия, 2014 г.
19.25 Достояние России: Смольный. (12+)
20.00, 20.55 «БАУХАУС - НОВАЯ ЭРА». (16+)
Сериал. Драма, история, мелодрама, Германия, 2019 г.
21.45 Муссолини. Последняя правда. (16+)

VIASAT HISTORY

06.00 Родовые проклятья. (12+)
06.20 Невероятные изобретения. (12+)
06.45 Расшифрованные сокровища. (12+)
07.35 Лондон: 2000 лет истории. (12+)
08.25, 09.20 Древние суперстроения. (12+)
10.15 Древние небеса. (6+)
11.15 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
12.15 Реформация: священная война в Европе. (12+)
13.10, 14.00, 14.45 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)
15.35, 16.25 Вулканы: разрушение и сотворение. (6+)
Сезон: 1. Новая Зеландия, 2017 г.
17.15, 18.10 Сканирование Нила. (12+)
Сезон: 1. Франция, 2020 г.
19.05, 20.05 Хит-парад военной техники. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2015 г.
21.00 Патагонские захоронения. (12+)
США, 2015 г.
22.00 Тайны военной машины нацистов. (12+)
Сезон: 1. Великобритания, 2019 г.
22.50 Война во Вьетнаме. (12+)
23.40, 00.25 Музейные тайны. (12+)
01.10, 01.55 Вулканы: разрушение и сотворение. (6+)
02.45, 03.30 Карты убийства. (16+)
04.20, 05.10 Запретная история. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Машины: Разобрать и продать. (16+)
06.50 Научные глупости. (16+)
07.15, 07.35 Игры разума. (16+)
08.00, 08.50 Техасский улов. (16+)
09.40, 10.30 Дикий тунец. (16+)
11.25, 12.15 Вторая мировая война: Ад под водой. (16+)
13.05, 13.55 Нераскрытые тайны второй мировой войны. (16+)
14.45, 15.40, 16.40 «ДЕРЕВЯННАЯ КОЖА». (16+)
17.35, 18.30 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+)
19.20 Величайшие сокровища древнего мира: Раскопки фараона Тутанхамона. (16+)
20.10 Величайшие сокровища древнего мира: Мумии Египта. (16+)
21.00 Затерянные сокровища Египта: Погоня за царицей Нефертити. (16+)
21.50 Затерянные сокровища Египта: Пропавшая гробница Клеопатры. (16+)
22.40 Царство мумий: Пустой саркофаг. (16+)
23.30, 00.20, 01.05 Космос: Пространство и время. (16+)
01.45, 02.35 Настольная книга диктатора. (16+)
03.25, 04.10 Авто-SOS. (16+)
04.55 Международный аэропорт Дубай. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Адская кошка. (12+)
06.45 Снимите кошку с дерева. (12+)
07.10 Герои среди нас. (12+)
08.02 На свободу с питбулем. (16+)
08.54 Правосудие Техаса. (16+)
09.46, 10.38, 11.30 Планета мутантов. (12+)
12.22, 13.14 Неизведанная Европа. (12+)
14.06 Правосудие Техаса. (16+)
14.58 На свободу с питбулем. (16+)
15.50, 16.42 Смертельные острова. (16+)
17.34 Смертельные острова: Чёртов остров. (12+)
18.26 Легенды дикой природы. (12+)
19.18 Зоопарк Сан-Диего. (12+)
20.10 Кто убил большую белую? (16+)
Отмечая 30-летие «Недели акул», мы погрузимся в океанские глубины и познакомимся ближе с одними из самых опасных хищников на планете.
21.03 Сафари-парк Крюгер. (16+)
21.56, 22.49, 23.42 Сафари-парк Крюгер. (12+)
00.35, 01.28, 02.15 Я живой. (12+)
03.00 Хищники крупным планом с Джоэлом Ламбертом. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30, 05.15 Аквариумный бизнес. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Как это сделано? (12+)
06.23 Потерянное фото Линкольна. (16+)
08.06 Голые и напуганные XL. (16+)
08.59 Автомир Майка Брюера. (12+)
09.25 Супермеханик Энт Энстед. (12+)
09.52, 10.18 Женская автомастерская. (12+)
10.45, 11.12 Придорожное золото. (12+)
11.39 Миллиардер под прикрытием. (12+)
13.27 Стальные парни: распаковка. (12+)
14.21, 15.15, 16.09, 17.03 Стальные парни. (12+)
17.57 Золотая лихорадка. (16+)
18.51 Как это сделано? (12+)
19.18 Голые и напуганные XL. (16+)
20.12 Автомир Майка Брюера. (12+)
20.39 Супермеханик Энт Энстед. (12+)
21.06, 21.33 Женская автомастерская. (12+)
22.00 Калифорния в огне. (12+)
22.54, 23.21, 23.47, 00.14 Убитые тачки. (12+)
00.40, 01.05 Странные связи. (12+)
01.30 Пятерка лучших. (12+)
02.15, 02.38 Как это сделано? (16+)
03.00 Самогонщики. (18+)
03.45, 04.08 Придорожное золото. (12+)
04.30 Миллиардер под прикрытием. (12+)

TLC

06.00, 06.25, 06.50 Оденься к свадьбе: Атланта. (12+)
07.15, 08.05 Дом с подвохом. (12+)
Чип и Джоанна Гейнсы превращают ветхие дома в достопримечательности, помогая восстанавливать целые районы.
08.57, 09.23, 09.49, 10.15, 10.41, 11.07, 11.33, 11.59, 12.25, 12.51 Джек-пот: мы покупаем дом! (12+)
13.18 Паутина лжи. (16+)
14.11 7 маленьких Джонстонов. (12+)
15.04 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
16.50 Амиши: возвращение. (16+)
Старые знакомые и новые участники шоу ищут свой путь в жизни, стараясь соблюсти равновесие между ценностями амишей и свободой «нового мира».
17.43, 18.36, 19.30, 20.24, 21.18 Паутина лжи. (16+)
22.11 Я вешу 300 кг. (16+)
23.56 Доктор «Прыщик». (16+)
Хирург-дерматолог из Лос-Анджелеса Сандра Ли рассказывает о любимых операциях.
00.48, 01.37, 02.25 Здесь живет зло. (16+)
03.12 Жуткие свидания. (16+)
03.36 Королева маникюра. (12+)
04.24 Амиши: возвращение. (16+)
05.12 Семейка Шемвелл. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 10.20 Фристайл и сноубординг. Чемпионат мира среди юниоров. Прямая трансляция из Красноярска
06.35 На словах с Елизаветой Кожевниковой. (12+)
07.05, 13.05 1 + 1. (12+)
07.50, 10.00, 13.00 Новости
07.55 Страна смотрит спорт. (12+)
08.20 Жена баскетболиста. (12+)
08.40 Лучшая игра с мячом. Легенды прошлого. (12+)
09.30 Жизнь после спорта. (12+)
10.05 Домашний коридор. (12+)
11.10 Баскетбол. (0+)
13.50 Десятка! (12+)
14.05, 00.50 Мир бильярда. (12+)
14.35, 00.30 Страна. Live. (12+)
14.55, 18.55 Прыжки с трамплина. Прямая трансляция
16.40 Игры королей. (12+)
16.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
20.45 Самбо. Кубок мира. «Мемориал Харлампиева». (0+)
22.55, 01.20 Фристайл и сноубординг. (0+)

EUROSPORT 1

00.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
02.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
04.00, 20.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
06.00, 14.55, 17.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
07.00 Фристайл. Кубок мира. Вейзонна. Ски-кросс. (12+)
08.00, 09.00, 11.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. (12+)
10.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 5-й этап. (12+)
11.50 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Команды. Прямая трансляция. (12+)
13.55 Олимпийские игры. Footsteps (субтитры). (12+)
16.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
18.00, 22.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 07.10 PRO-новости. (16+)
05.20, 12.05 ТОР 30 - Русский крутяк недели. (16+)
07.30 Сделано в 90-х. (16+)
09.00 Ждите ответа. (16+)
10.00 Мир в одной тарелке. (16+)
10.35 ТОР чарт Европы плюс. (16+)
11.35 PRO-обзор. (16+)
14.20 Отпуск без путёвки. (16+)
15.25 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
16.25 Миллионеры поколения Z. (16+)
17.25 Сольное шоу Полины Гагариной «Смотри» в День Рождения певицы. (16+)
19.20 Live в кайф. (16+)
20.40 Юбилейный вечер Виктора Дробыша. (16+)
23.15 Танцпол. (16+)
Делай громче и слушай отборные танцевальные хиты.
00.30 Неспиннер. (18+)
04.00 Неспиннер. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00 «Смешарики». (0+)
06.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Солнечные зайчики». (0+)
08.15 «Роботы-поезда». (0+)
08.35, 13.20, 20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
12.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
12.05 Друзья на все времена. «Крокодил Гена» (6+), «Чебурашка» (0+), «Шапокляк» (0+), «Чебурашка идёт в школу» (0+)
14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
18.00 «Хейрдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
19.00 МУЛЬТпремьера! «Маша и Медведь», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Джинглики». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «София Прекрасная. Загадочные острова». (0+)
12.25 «Турнир Долины Фей». (0+)
12.55 «Русалочка». (6+)
14.35 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
16.00 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
17.30 «Ральф». (6+)
19.30 «Моана». (6+)
21.40 «ЗОЛУШКА». (6+)
23.50 «СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ». (12+)
01.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ НА ОСТРОВ НИМ». (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Псэмми. Пять детей и волшебство». (6+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.35 «Бурёнка Даша». (0+)
07.40 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+)
08.20 «Грузовичок Лёва». (0+)
09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
09.20 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
10.45 «Зелёный проект». (0+)
11.10 «Семья Трефликов». (0+)
11.30 «Малыши и Медведь». (0+)
11.40 «Легенды Спарка». (0+)
12.10 «Три кота». (0+)
12.30 «Три О!» (0+)
12.50 «Вперёд, Астробой!» (0+)
13.30 «Тайны Медовой долины». (0+)
14.30 «Большие праздники». (0+)
15.00 «Ералаш». (6+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.40 «Энчантималс. Солнечная саванна». (0+)
16.45 «Поезд динозавров». (0+)
18.10 «Зебра в клеточку». (0+)
19.00 Семейное кино. «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)
У берегов острова Куба, на дне океана, ученые обнаружили признаки таинственной аномалии. Кого отправить в разведывательную миссию? Конечно же, храбрую команду Белки и Стрелки, которой не привыкать к важным и опасным заданиям.
20.15 «Пластилинки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Дракоша Тоша». (0+)
22.05 «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)
22.30 «Пауэр Плэйерс». (0+)
22.55 «Инфинити Надо». (6+)
23.20 «Ералаш». (6+)
00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
00.50 «Смешарики». (0+)
01.45 «Куми-Куми». (12+)
02.40 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
03.35 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)

УНИКУМ

06.13, 21.37 «Летающие звери». (6+)
07.55 «Иван Царевич и Серый Волк». (0+)
09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (0+)
10.33 «Барашек Шон». (6+)
11.57 «Смешарики». (0+)
13.00 «Волки и Овцы: безумное превращение». (6+)
14.27, 22.27 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
14.43, 22.42 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
14.56, 15.26, 22.55 Проще простого! (6+)
15.12, 15.42 История великих изобретений. (6+)
15.56 «Макс Стил». (12+)
16.40 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
17.30 Вредные советы от полезных детей. (6+)
17.36 «Приключения пингвиненка Лоло». (0+)
19.00 «Хранитель луны». (0+)
20.21 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». (12+)
23.12 Я сегодня нарисую. (6+)

О!

05.00 «Облачный хлеб». (0+)
07.00 «Чик-зарядка». (0+)
07.05 «Боб-строитель». (0+)
08.00, 19.25 «Доктор Малышкина». (0+)
08.05, 03.20 «Тима и Тома». (0+)
09.40 «Еда на ура!» (0+)
10.00 О! Кино! «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». (0+)
11.30 «Турбозавры». (0+)
13.40 «Мой музей». (0+)
13.45, 22.00 «Йоко». (0+)
16.00 «Студия Каляки-Маляки». (0+)
16.25 «Роботы-поезда». (0+)
18.15 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
18.20 «Оранжевая корова». (0+)
19.30 «Пег + Кот». (0+)
20.25 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
23.55 «Простая арифметика». (0+)
00.00 «Ангел Бэби». (0+)
02.00 О! Кино! «Снежная Королева: Зазеркалье». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (12+)
06.00 Икона Феодоровской Божией Матери. Цикл: Царица Небесная. (0+)
06.30, 07.00, 07.30 Монастырская кухня. (0+)
08.00, 08.45, 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
09.00, 20.00, 01.15 Простые чудеса. (12+)
09.55 Русский обед. (6+)
10.55 В поисках Бога. (6+)
11.25, 11.55, 12.25, 12.55, 13.25 Лествица. (6+)
13.55 «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ». (0+)
СССР, 1986 г.
15.15 «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
16.15, 17.30, 18.45 «ЗВЕЗДОЧЕТ». 1-3 серии. (12+)
СССР, 1986 г. Режиссёр: Анатолий Тютюнник. В ролях: Альбина Матвеева, Игорь Ледогоров, Георгий Жжёнов, Викторас Шинкарюкас, Георгий Дрозд
20.50 Паломница. (0+)
22.00 Движение вверх. (6+)
23.05, 03.15 Украина, которую мы любим. (12+)
23.35, 03.45 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
00.10 День Патриарха. (0+)
00.25 Вера в большом городе. (16+)
02.00 Пилигрим. (6+)
02.30 «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

27 марта
Седмица 2-я Великого поста. Поминовение усопших. Глас 8. Прп. Венедикта Нурсийского.

Свт. Евсхимона исп., еп. Лампсакийского. Блгв. вел. кн. Ростислава-Михаила. Свт. Феогноста, митр. Киевского и всея России. Феодоровской иконы Божией Матери.

Постный день.

«...От деятельности по своей воле и по своему разуму немедленно явится попечительность о себе, предстанут уму различные соображения, предположение, опасения, мечты, уничтожат внимательную молитву».
Свт. Игнатий Брянчанинов

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

22 марта	Восход: 6 ч. 25 м. Заход: 18 ч. 47 м. Долгота дня: 12 ч. 22 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
23 марта	Восход: 6 ч. 23 м. Заход: 18 ч. 49 м. Долгота дня: 12 ч. 26 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
24 марта	Восход: 6 ч. 20 м. Заход: 18 ч. 51 м. Долгота дня: 12 ч. 31 мин.	Растущая Луна в знаке Льва
25 марта	Восход: 6 ч. 17 м. Заход: 18 ч. 53 м. Долгота дня: 12 ч. 36 мин.	Растущая Луна в знаке Льва
26 марта	Восход: 6 ч. 15 м. Заход: 18 ч. 55 м. Долгота дня: 12 ч. 40 мин.	Растущая Луна в знаке Девы
27 марта	Восход: 6 ч. 12 м. Заход: 18 ч. 57 м. Долгота дня: 12 ч. 45 мин.	Растущая Луна в знаке Девы
28 марта	Восход: 6 ч. 09 м. Заход: 18 ч. 59 м. Долгота дня: 12 ч. 50 мин.	Полнолуние в знаке Весов

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 22 ПО 28 МАРТА

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

22 МАРТА
В 1895 году в Париже состоялась первая в истории демонстрация кинофильма.
В 1951 году была создана первая в СССР Центральная студия телевидения.
23 МАРТА
В 1891 году впервые на футбольных воротах использована сетка.
В 1900 году археологи обнаружили на Крите остатки легендарного лабиринта – дворца Минотавра.
24 МАРТА
В 1882 году Роберт Кох выделил бактерию, вызывающую туберкулез.
25 МАРТА
В 1655 году был открыт Титан (самый крупный спутник Сатурна).
В 1938 году начато регулярное вещание Московского телецентра.
В 1997 году экспедиция Хермана Моро обнаружила легендарный галеон «La Capitana» с грузом золота инков.
26 МАРТА
В 1828 году состоялся единственный авторский концерт Ф. Шуберта.
В 2003 году на Марсе было найдено замерзшее море.
27 МАРТА
В 1841 году была опробована первая паровая пожарная машина.
В 1990 году в Лондоне открылся музей Шерлока Холмса.
28 МАРТА
В 1776 году в Москве основан Государственный Академический Большой театр.
В 1857 году в Петербурге открылась первая в России женская гимназия.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

22 МАРТА. Александра, Валерий, Кирилл, Наталья, Николай, Пётр, Сергей, Тарас.
23 МАРТА. Анастасия, Василиса, Виктор, Галина, Павел.
24 МАРТА. Георгий, Иван.
25 МАРТА. Владимир, Григорий, Дмитрий.
26 МАРТА. Кристина.
27 МАРТА. Венедикт, Михаил, Ростислав.
28 МАРТА. Алексей, Александр, Денис, Леонид.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

22 МАРТА ■ Всемирный день водных ресурсов ■ Международный день таксиста
23 МАРТА ■ День работников гидрометеорологической службы России
24 МАРТА ■ День штурманской службы ВВС России ■ Международный день борьбы с депрессией
25 МАРТА ■ День работника культуры России
27 МАРТА ■ Всемирный день театра ■ День войск национальной гвардии России ■ Час Земли
28 МАРТА ■ Всемирный день историка

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Венедиктов мороз ещё семь дней зимы принёс

22 марта отмечали день Сороки, или Сорока Сороков. Считалось, что если в этот день тепло, то следующие сорок дней (до Зосима пчельника – 30 апреля) будут теплыми, а если холодно – холодными.
На Василисин день, **23 марта**, было принято наблюдать за туманом: густой утренний туман сулил перемену погоды, дневной туман – дожди и ненастье.
На Ефимов день, **24 марта**, наши предки подмечали приметы на погоду. Если ночью появлялся иней, то снегопада не будет.
Если в Феофанов день, **25 марта**, подмечали другую примету – снег начал таять с южной стороны муравейника, то лето будет коротким и холодным.
В день Никифора Скотника, **26 марта**, наблюдали за птицами: если первым зяблик прилетел – к стуже, а если жаворонок – к теплу.
Про **27 марта** в народе говорили: «Венедиктов мороз еще семь дней зимы принес» – намекая на то, что если в этот день случаются заморозки, то будет холодно еще семь дней.
28 марта, в Александров день, ждали прилета первых чаек. Это сулило наступление теплых дней и скорое начало ледохода.

Замкнутый круг какой-то: у меня бессонница из-за стресса, а стресс – из-за недостатка сна.

ТЕЛЕК

Газета «ТЕЛЕК пресса.ру».
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 – 77734 от 29.01.2020 г.
Издается с февраля 2012 года

КАРДОС ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-937-41-31
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-933-95-77, доб. 220
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.
Тел. (495) 933-95-77, доб. 237,
e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущие менеджеры отдела рекламы: ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., ГУБАНОВА Т.В., КОВАЛЬЧУК Е.В., МОИСЕЕНКО Л.Н.
Тел. 8-495-933-95-77, доб. 142, 206
Ведущие менеджеры по работе с рекламными агентствами: ЖУЙКО О.В., ГРИГОРЬЕВА Л.А.
Тел. 8-495-933-95-77, доб. 147, 273
Ведущие дизайнеры НЕМЫКИН Н.Н., НАЙДЕНОВ А.А.
Телефон рекламной службы:
8-495-933-95-77, доб. 225, e-mail: reklama@kardos.ru

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

11 (476). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 16.03.2021 г., фактическое: 01.00 час. 16.03.2021 г. Дата производства: 16.03.2021 г. Дата выхода в свет 17.03.2021 г. Тираж 783 800.
Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В.
Заказ 748. Выходит во всех областях ЦФО.
Общий тираж 935 280. Сайт газеты **telek.kardos.media**
Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объём 5 п.л.
Рекомендованная розничная цена 26 рублей.
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО Сервис ТВ.

ПЕРВЫЙ

00.15 «ХОЛОДНАЯ ВОЙНА». (18+)

05.00 **«СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ».** (16+)
06.00 Новости
06.10 **«СВАДЬБЫ И РАЗВОДЫ».** (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 Часовой. (12+)
08.10 Здоровье. (16+)
09.20 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Жизнь других. (12+)
11.15 Видели видео? (6+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Видели видео? (6+)
14.00 «Ну вы, блин, даете!» К 70-летию Алексея Булдакова. (12+)
15.10 **«ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД».** (16+)
16.35 «Горячий лед». Чемпионат мира по фигурному катанию-2021. Показательные выступления. Пр.тр.
18.35 «Точь-в-точь». Новый сезон. (16+)
21.00 Время
22.00 «Что? Где? Когда?» Весенняя серия игр. (16+)
23.10 **«МЕТОД-2».** (18+)
00.15 **«ХОЛОДНАЯ ВОЙНА».** (18+)
01.45 Модный приговор. (6+)
02.35 Давай поженимся! (16+)

РОССИЯ

13.40 «ЧУЖИЕ РОДНЫЕ». (12+)

04.20 **«ЛЮБЛЮ, ПОТОМУ ЧТО ЛЮБЛЮ».** (12+)
06.00 **«ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ».** (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Устами младенца»
09.20 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Парад юмора». (16+)
13.40 **«ЧУЖИЕ РОДНЫЕ».** (12+)
Людмила пытается подружиться с Юлей и понять, кто её подослал. Она советует Роману, как себя вести в отношениях с Кариной, рекомендует не говорить об отмене свадьбы до её возвращения. Сергей вспоминает свою первую любовь. Мать Юли пытается найти дочь, она не может поверить в то, что Юлю увез сын Сергея Боровикова.
17.45 «Ну-ка, все вместе!» (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+)
01.30 **«ЛЮБЛЮ, ПОТОМУ ЧТО ЛЮБЛЮ».** (12+)
Россия, 2012 г. Мелодрама. В ролях: Даниил Спиваковский, Ирина Пегова.
03.10 **«ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ».** (12+)

ТВЦ

17.45 «ПРЕИМУЩЕСТВО ДВУХ СЛОНОВ». (12+)

05.50 **«ТРЕМБИТА».** (0+)
07.30 «Фактор жизни». (12+)
08.00 «10 самых...» (16+)
08.40 **«АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА».** (12+)
10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)
11.30 События
11.45 Петровка, 38. (16+)
11.55 **«БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ».** (12+)
14.30 Московская неделя
15.05 «Екатерина Фурцева. Жертва любви». (16+)
16.00 «Прощание». (16+)
16.50 «90-е. Звёздное достоинство». (16+)
17.45 **«ПРЕИМУЩЕСТВО ДВУХ СЛОНОВ».** (12+)
Россия, 2019 г. Детектив. В ролях: Наталья Высочанская, Юрий Батурин.
Лика - слабая женщина, жизнью которой управляют богатый отец и властный муж. Она привыкла подчиняться. Ведь ее мужчины лучше знают, как надо!
21.40 **«СЕЛФИ НА ПАМЯТЬ».** (12+)
00.35 События
00.55 **«СЕЛФИ НА ПАМЯТЬ».** (12+)
01.45 **«КРАСАВИЦА И ВОРЫ».** (12+)
03.15 **«ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ».** (0+)
04.45 «Шальные браки». (12+)
05.25 Московская неделя. (12+)

НТВ

11.00 Чудо техники. (12+)

05.15 **«БЕГЛЕЦЫ».** (16+)
07.00 Центральное телевидение. (16+)
08.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают! (12+)
10.00 Сегодня
10.20 Первая передача. (16+)
11.00 Чудо техники. (12+)
Чужого не надо! Правда ли, чужие зарядки могут навредить смартфону и привести к утечке личной информации, и не опасно ли заряжать гаджеты городскими пауэрбэнками и на остановках общественного транспорта - расскажут в новом выпуске «Чуда техники».
11.50 Дачный ответ. (0+)
13.00 НашПотребНадзор. (16+)
А полезно ли? Почему эксперты призывают людей быть предельно аккуратными с зеленью, которую можно найти на прилавках супермаркетов.
14.05 Однажды... (16+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.00 Сегодня
16.20 Следствие вели... (16+)
18.00 Новые русские сенсации. (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.10 Маска. (12+)
23.20 Звезды сошлись. (16+)
00.50 **«СКЕЛЕТ В ШКАФУ».** (16+)
03.10 Их нравы. (0+)
03.35 **«ДОРОЖНЫЙ ПАТРУЛЬ».** (16+)

РОССИЯ К Культура

18.00 «УСПЕХ»

06.30 «Палка-выручалка». «Волшебный магазин»
07.30 **«ВАШИ ПРАВА?»**
09.05 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым»
09.35 «Мы - грамотеи!»
10.15 **«НА ПОДМОСТКАХ СЦЕНЫ»**
11.40 Письма из провинции
12.10 Диалоги о животных
12.50 «Другие Романовы»
13.20 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
14.00 **«КАНИКУЛЫ ГОСПОДИНА ЮЛО»**
15.35 «Молога. Между огнем и водой»
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
17.15 «Роман в камне»
17.45 «Первые в мире»
18.00 **«УСПЕХ»**
СССР, 1984 г. Драма.
В ролях: Леонид Филатов, Алиса Фрейндлих.
Молодой режиссер покидает столицу, чтобы на сцене периферийного театра поставить «Чайку».
19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
20.10 «Монологи кинорежиссера»
21.00 **«МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ»**
22.10 Спектакль «Амадеус. Лаборатория оперы»
00.10 «Кинескоп» с Петром Шепотинником
00.50 **«СИРЕНА С «МИССИСИПИ»**
03.00 Перерыв в вещании

СТС

00.45 «ВКУС ЖИЗНИ». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.15 «Охотники на троллей». (6+)
07.00 «Три кота». (0+)
07.30 «Царевны». (0+)
07.55 Уральские пельмени. (16+)
09.00 Рогов в деле. (16+)
10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
10.55 **«КРАСОТКА В УДАРЕ».** (12+)
13.00 **«ФОРСАЖ-5».** (16+)
15.35 **«ФОРСАЖ-6».** (12+)
18.15 **«ФОРСАЖ-7».** (16+)
21.00 **«ФОРСАЖ-8».** (12+)
Китай - США - Япония, 2017 г. Боевик. В ролях: Вин Дизель, Дуэйн Джонсон, Джейсон Стэйтем, Мишель Родригес.
У Доминика и Летти медовый месяц. Брайан и Миа отошли от дел. С остальных членов команды были сняты обвинения, и они наконец-то смогли начать нормальную жизнь.
23.40 Стендап Андеграунд. (16+)

5-Й КАНАЛ

05.00 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
09.30 **«ПОДСУДИМЫЙ».** (16+)
Россия, 2018 г. Детектив. В ролях: Дмитрий Паламарчук, Петр Рыков, Алиса Горшкова, Владимир Литвинов, Андрей Терентьев.
Андрей Климов - следователь Следственного комитета - отказывается от выгодных предложений работы в частных компаниях или продвижения по карьерной лестнице, так как считает своей целью не рутинную «бумажную» работу в качестве коррумпированного чиновника, а служение высшим идеалам.
02.05 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)

ЗВЕЗДА

05.10 **«МАРШ-БРОСОК. ОХОТА НА «ОХОТНИКА».** (16+)
09.00 «Новости недели»
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (6+)
10.45 «Скрытые угрозы». (12+)
11.30 «Секретные материалы». (12+)
12.20 «Код доступа». (12+)
13.15 «Специальный репортаж». (12+)
14.00 **«ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ».** (16+)
18.00 Главное
19.25 «Незримый бой». (16+)
22.45 «Сделано в СССР». (6+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 Церемония вручения премии МО РФ. (0+)
00.55 **«ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...»** (12+)

ОТР

06.00 16.05 «Большая страна». (12+)
06.50 18.30 00.30 «Домашние животные». (12+)
07.20 01.45 «За дело!» (12+)
08.00 «От прав к возможностям». (12+)
08.15 14.45 «Календарь». (12+)
09.10 «Служу Отчизне!» (12+)
09.40 «Гамбургский счёт»
10.10 17.30 «Анатомия атома». (12+)
10.50 02.25 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (0+)
12.15 13.05 **«КАПИТАН АЛАТРИСТЕ».** (16+)
15.45 «Среда обитания». (12+)
17.00 «Имею право!» (12+)
18.00 «Активная среда». (12+)
19.00 «ОТРажение недели»
19.45 «Моя история». (12+)
20.25 **«СТРАНА ГЛУХИХ».** (16+)
22.20 «Вспомнить всё». (12+)
22.45 Концерт «Даниил Крамер и друзья». (12+)

МОСКВА 24

06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
06.15 10.30 12.30 16.35 19.15 20.15 21.30 23.15 01.15 02.10 04.10 «Специальный репортаж». (12+)
06.35 08.45 14.45 16.15 17.15 23.45 01.35 «Сеть». (12+)
07.15 11.15 13.15 «Куки-внуки». (12+)
07.35 11.30 13.30 03.15 «Тест». (12+)
08.15 15.35 03.40 «ГОСТ». (12+)
09.25 22.25 04.35 «Фанимани». (12+)
14.30 17.25 «Идеальное предложение». (12+)
17.40 «Доктор 24». (12+)
18.35 05.10 «Спорная территория». (12+)
00.15 «Историс. На гребне волны». (16+)
00.30 «Откройте, Давид». (16+)

ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Самое яркое». (16+)
07.00 «Мультфильмы». (6+)
09.00 «Вкусно 360». (12+)
11.00 «Всё просто!» (12+)
12.00 «Новости 360»
12.30 «Чудо-Люда». (12+)
13.00 «Мультфильмы». (6+)
14.20 **«НЕПРИДУМАННОЕ УБИЙСТВО».** (16+)
16.15 **«ПОБЕДНЫЙ ВЕТЕР, ЯСНЫЙ ДЕНЬ».** (16+)
Россия, 2009 г. Детектив. В ролях: Никита Зверев, Анастасия Цветаева, Лянка Грыу, Владимир Ташлыков.
20.00 «Новости 360»
20.30 «Взрослые люди». (16+)
21.00 **«НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ».** (12+)
22.35 **«МУЖЧИНА В ДОМЕ».** (16+)
00.00 «Самое яркое». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.05 07.35 12.05 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
06.50 «Тайны кино». (12+)
08.25 «Песни нашего кино». (12+)
08.55 **«ТЫ У МЕНЯ ОДНА».** (16+)
10.40 **«ОТЦЫ И ДЕДЫ».** (12+)
13.00 01.15 **«НЕУДАЧА ПУАРО».** (16+)
17.55 **«СОЛДАТ ИВАН БРОВКИН».** (12+)
СССР, 1955 г. Мюзикл.
В ролях: Леонид Харитонов, Татьяна Пельтцер, Сергей Блинников.
19.30 **«ИВАН БРОВКИН НА ЦЕЛИНЕ».** (12+)
21.15 **«БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ».** (6+)
23.10 **«КАРУСЕЛЬ».** (12+)
00.25 **«МЕДВЕДЬ».** (12+)

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

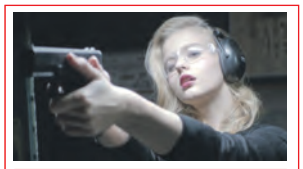
Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества,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

РЕН

18.15 «ТОР: РАГНАРЁК». (16+)

05.00 «Тайны Чапман». (16+)
08.05 **«ПОСЛЕДНИЙ БОЙСКАУТ».** (16+)
10.05 **«ШИРОКО ШАГАЯ».** (16+)
11.30 **«ВОЙНА МИРОВ».** (16+)
13.55 **«ТОР».** (12+)
16.00 **«ТОР: ЦАРСТВО ТЬМЫ».** (12+)
18.15 **«ТОР: РАГНАРЁК».** (16+)
США , 2017 г. Фантастика. В ролях: Крис Хемсворт, Том Хиддлстон.
После поисков Камней Бесконечности Тор возвращается в Асгард, где его брат Локи захватил трон...
20.45 **«ДОКТОР СТРЭНДЖ».** (16+)
23.00 Добров в эфире. (16+)
00.05 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
02.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
04.25 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)

ТНТ



00.00 «ЛЮБОВНИЦЫ». (18+)

07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
09.30 «Перезагрузка». (16+)
10.00 **«САШАТАНЯ».** (16+)
11.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
13.00 **«ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ».** (16+)
17.30 «Ты топ-модель на ТНТ». (16+)
Уникальный проект по-новому взглянет на профессию модели и разрушит стереотипы, мешающие двигаться к мечте!
19.00 «Холостяк». (16+)
20.30 «Однажды в России». (16+)
21.30 «Однажды в России. Спецдайджесты-2021». (16+)
22.00 «Stand up». (16+)
23.00 «Прожарка». (18+)
00.00 **«ЛЮБОВНИЦЫ».** (18+)
02.00 «Импровизация». (16+)
03.40 «Comedy Баттл». (16+)
04.30 «Открытый микрофон». (16+)
06.10 «ТНТ. Best». (16+)

ТВ-3

19.00 «ЧЕЛЮСТИ». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.00 Новый день. (12+)
09.30 «Мультфильмы». (0+)
10.15 **«АСТРАЛ: ПОСЛЕДНИЙ КЛЮЧ».** (16+)
12.30 **«ГОДЗИЛЛА».** (12+)
15.15 **«КИНГ КОНГ».** (12+)
19.00 **«ЧЕЛЮСТИ».** (16+)
США, 2011 г. Ужасы. В ролях: Сара Пэкстон, Дастин Миллиган.
Семеро студентов колледжа снимают на выходные уютный домик...
20.45 **«ПИРАНЬИ».** (16+)
22.30 Последний герой. Чемпионы против новичков. (16+)
00.00 **«АСТРАЛ: ГЛАВА 3».** (16+)
01.45 **«АНАКОНДА».** (16+)
03.15 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
04.00 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)
04.45 «Тайные знаки». (16+)
05.30 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)

ЧЕ

01.00 «ЭКВИЛИБРИУМ». (16+)

06.00 Каламбур. (16+)
07.30 КВН Best. (16+)
08.50 Утилизатор. (12+)
Самая неожиданная автомобильная викторина. Отвечай на вопросы правильно, иначе машину на твоих глазах раздавит бульдозер.
11.00 **«СОЛДАТЫ-8».** (12+)
20.00 +100500. (16+)
00.00 Фейк такси. (18+)
01.00 **«ЭКВИЛИБРИУМ».** (16+)
США, 2002 г. Фантастический боевик. В ролях: Кристиан Бэйл, Тэй Диггз, Энгус МакФадьен.
Мир лежит в руинах после третьей мировой войны. Эмоции воспринимаются как разрушительная сила, способная погубить человечество. Чтобы подавить их, начинается массовое производство препарата «Прозиум». Книги, искусство и музыка теперь вне закона...
02.55 Улётное видео. (16+)

МАТЧ ТВ

10.00 «РОККИ-3». (16+)

06.00 Хоккей. НХЛ. Пр.тр.
07.30, 09.20, 12.00, 15.45, 21.00 Новости
07.35, 12.05, 15.00, 21.10, 00.00 Все на Матч!
09.25 «Спортландия». (0+)
09.40 «Футбольные звёзды». (0+)
10.00 **«РОККИ-3».** (16+)
12.45, 20.00 Еврофутбол. Обзор. (0+)
13.45 Формула-2. Гран-при Бахрейна. Прямая трансляция
15.50 Футбол. Казахстан - Франция. ЧМ-2022. Отборочный турнир. Пр.тр.
18.00 Формула-1. Гран-при Бахрейна. Пр.тр.
21.50 Футбол. Россия - Франция. Молодёжный чемпионат Европы. Пр.тр.
01.00 Хоккей. «Даллас Старз» - «Флорида Пантерз». НХЛ. Пр.тр.
03.30 «Команда мечты». (12+)

ДОМАШНИЙ

22.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ЭДЕМ». (16+)

06.30 «6 кадров». (16+)
06.45 **«ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА».** (16+)
10.45 **«СЕ ЛЯ ВИ».** (16+)
14.45 Пять ужинов. (16+)
15.00 **«РЫСЬ».** (16+)
Украина, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Виктор Мирский, Виктория Корогод.
Две подруги - красотка Аня и скромница Марина Рысева по кличке Рысь - поехали в летний лагерь и встретили там Сашу.
19.00 **«МОЯ МАМА».** (16+)
21.55 Про здоровье. (16+)
22.10 **«ВОЗВРАЩЕНИЕ В ЭДЕМ».** (16+)
Австралия - США, 1983 г. Мелодрама. В ролях: Ребекка Джиллинг, Джеймс Райн, Вэнди Хьюз.
У Стефани было всё: красота, богатство, любимый муж, дети. А еще у неё было прекрасное родовое поместье...
03.30 **«ПРОВОДНИЦА».** (16+)
05.55 Домашняя кухня. (16+)
06.20 «6 кадров». (16+)

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

Загадка с морским уклоном

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.

Тесто получилось эластичным и тонким. Вера немного полюбовалась на дело рук своих и, вооружившись бокалом, с рвением начала вырезать ровные кружочки для вареников.

– Ого! – подскочивший к маме Юра искренне восхитился результатами ее труда. – Какие ровные солнышки у тебя получились.

– Точно, – кивнула Вера. – Ты, Юр, с чем, например, солнышко съел бы, с творогом, с вишней или с картошкой?

– Я бы со всем съел, я ужасно голодный, потому что я знаменитый флибустьер – гроза всех морей и океанов. А пираты, они знаешь, сколько едят? Целую бочку еды зараз могут умять! Да-да.

И Юра стал носиться по кухне, размахивая вырезанной из картона саблей.

– Значит, мне нужно поторопиться, – рассмеялась Вера, поймала своего любимого маленького пирата и от души чмокнула его в раскрасневшуюся щеку. – Скоро папа придет, будем ужинать. Главное, чтобы он сметану не забыл купить. А то папа он такой, какой-нибудь сундук мертвеца притащить не забудет, а вот про сметану вполне может.

– Ого! Папа принесет сундук? С сокровищами? – запрыгал на одной ножке Юра. – Здоровско! А я для него загадку придумал. Моряцкую.

Вера хмыкнула. Она знала, что Максим купил для сына набор конструктора, о котором тот давно мечтал. А значит, сегодня вечером мужчины будут заняты конструированием фрегата, и она сможет остаток выходного просто поваляться и почитать. Ее подруга написала очередной детективный роман и прислала ей свеженькую, еще даже с запахом типографской краски, книгу. И Вере не терпелось погрузиться в хитросплетения детективного сюжета.

– Папа, папа, – Юра бросился к отцу, как только тот переступил порог квартиры. – Ты принес сундук мертвеца?

Секундное замешательство на лице Максима сменилось понимающей улыбкой. Мужчина изобразил загадочность и медленно вытащил из огромного пакета коробку с изображением красивейшего фрегата. Юра вскрикнул от радости и восхищения.

– Пап, а отгадай загадку, – затараторил мальчик, не отрывая взгляда от коробки. – На японском круизном лайнере произошла кража. Пока туристы осматривали достопримечательности на берегу, а члены команды отдыхали в кафе, капитан решил принять душ в своей каюте. Когда он вышел, то обнаружил, что из каюты пропали деньги, золотые часы и обручальное кольцо. Он сразу же позвал к себе тех членов команды, которые оставались с ним на корабле. Кок на вопрос, чем он занимался в прошедшие полчаса, ответил, что готовил блюда для вечернего фуршета. Механик сообщил, что возился с валопроводами и редукторами, проверяя их исправность, и не покидал машинного отделения. Старший помощник капитана рассказал, что заметил свою оплошность – кверху ногами висящий флаг – и исправлял ее, перевешивая флаг на флагштоке как положено. Выслушав всех, капитан сразу же смог понять, кто же из членов его команды нечист на руку. А ты понял, пап?

Максим с тоской посмотрел на Веру.

– Ты научила?

Нет, – улыбнулась та и вилкой подцепила из тарелки самый красивый вареник. – Хочешь солнышко с вишней?

– Ох, а сметану-то я и забыл, – хлопнул себя по лбу Максим.

Вера с Юрой переглянулись и рассмеялись.

Любовь АНИНА

Каков же ответ на загадку Юры?

Ответ читайте в след. номере «Телека».

Ответ на загадку в № 10: настоящие шахматисты никогда не положили бы доску так, как она лежит у игроков на картинке. Шахматная доска, согласно правилам игры, располагается таким образом, чтобы ближайшее угловое поле справа от игрока было белым. А у подозреваемых в краже она лежит черной клеткой справа от игроков. А поскольку сейф взломан не был, судя по показаниям организатора турнира, то он мог передать ключ сообщникам, прикинувшимся будущими участниками чемпионата, пока организовывал алиби для себя.

Рис. Ирины Светловой

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

05.00 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
06.50 «ДЮНА». (12+)
09.15 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
11.25 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 1». (12+)
13.25 «СУМЕРКИ. САГА. РАССВЕТ: ЧАСТЬ 2». (12+)
15.20 «ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ». (12+)
17.05 «ИГРА В ПРЯТКИ». (16+)
19.00 «КЛЮЧ ОТ ВСЕХ ДВЕРЕЙ». (16+)
США, Германия, 2005 г. В ролях: Кейт Хадсон, Джина Роулендс, Джон Хёрт
20.50 «ДРУГИЕ». (16+)
22.45 «ТЁМНАЯ ВОДА». (16+)
00.35 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
02.40 «ДЮНА». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.30 «ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ!» (12+)
07.15 «МОЙ ПАРЕНЬ - АНГЕЛ». (16+)
09.05 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
10.40 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
12.00 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
13.35 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
15.00 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
16.55 «ЛЁД». (12+)
19.00 «ЛЁД-2». (6+)
21.30 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
23.25 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
01.00 «НА КРЮЧКЕ!» (16+)
02.30 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОБЕДУ». (6+)
04.00 «ГОРЬКО!» (16+)

ДОМ КИНО

05.15 Золото «Мосфильма». «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
07.00 «СВАТЫ». (16+)
13.20 «КАРНАВАЛ». (12+)
16.15 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
17.40 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
19.10 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
20.30 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
22.00 «ХОЛОП». (16+)
00.00 «ЗОЛУШКА». (16+)
01.40 «КАЗУС КУКОЦКОГО». (16+)

SONY CHANNEL

06.00, 06.50 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
08.10, 09.00 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
09.50, 10.55, 12.00 Правила моей кухни. (16+)
13.05, 14.00, 15.00, 16.00 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)
16.55 «БЛОНДИНКА В ЗАКОНЕ-2». (16+)
18.30 «БОЛЬШОЙ ПАПА». (16+)
20.00 «ОСЕНЬ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
21.50 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+)
23.40 «ЧЕРЕЗ ВСЕЛЕННУЮ». (16+)
01.55, 02.50, 03.45, 04.40 «РАЗВОД ПО-АНГЛИЙСКИ». (16+)
05.30 Голливуд за кадром. (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

02.45 «ОБИТЕЛЬ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
04.30 «ДОРЗ». (16+)
06.40 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
08.25 «ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ». (12+)
10.20 «ЭТИМ УТРОМ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)
11.45 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО». (16+)
13.20 «НЕТ МУЖЧИН - НЕТ ПРОБЛЕМ». (16+)
14.40 «ЗАРАЖЕННАЯ». (16+)
16.10 «ЖЕНА». (16+)
17.40 «ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ». (16+)
19.05 «УЦЕЛЕВШАЯ». (16+)
20.30 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
22.05 «ТАИНСТВЕННЫЙ АЛЬБЕРТ НОББС». (16+)
23.50 «ПРЕИСПОДНЯЯ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.30 «КОРОТКИЕ ВОЛНЫ». (16+)
01.50 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ». (16+)
03.25 «С ЧЁРНОГО ХОДА». (16+)
04.45 «СУДЬБА НА ЗАМЕНУ». (16+)
05.05 «ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВИЕ НЕБЕСНОЕ». (16+)
06.40 «НАПАРНИК». (12+)
08.05 «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ». (16+)
09.55 «ВСЕ В ПОРЯДКЕ, МАМА!» (16+)
11.35 «РИОРИТА». (16+)
13.25 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
15.05 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)
17.30 «КИСЛОРОД». (16+)
19.00 «СЛОНЫ МОГУТ ИГРАТЬ В ФУТБОЛ». (16+)
21.00 «КОНТРИБУЦИЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «(НЕ)ЖДАННЫЙ ПРИНЦ». (16+)
02.40 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
04.40 «СКАМЕЙКА ЗАПАСНЫХ». (16+)
06.10 «ЭТОТ НЕЛОВКИЙ МОМЕНТ». (16+)
08.05 «СМЕРТЬ НА ПОХОРОНАХ». (16+)
09.45 «Я ХУДЕЮ». (16+)
11.40 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
13.30 «СЕМЕЙНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)
15.05 «АНАЛИЗИРУЙ ЭТО». (16+)
17.00 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
19.30 «ВАСАБИ». (16+)
21.15 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
23.05 «ЗАЖГИ ЭТИМ ЛЕТОМ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.50 «ЦАРЬ». (18+)
03.05 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+)
04.45 «МЕНЯЛЫ». (12+)
06.30 «МИО, МОЙ МИО». (12+)
08.20 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (12+)
10.15, 11.35, 12.55 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)
14.10 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (6+)
16.50 «БУМЕР: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
Драма, криминал, Россия, 2006 г.
19.00 «КЛАССИК». (16+)
Боевик, криминал, Россия, 1998 г.
21.00 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (16+)
Драма, СССР, 1981 г.
22.45 «ДОНСКАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)

СУББОТА!

05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
06.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
11.00, 11.50, 12.40, 13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.55, 17.50, 18.40, 19.35, 20.25, 21.15, 22.00, 22.55 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Аргентина, 1998-1999 гг.
23.50 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
Комедия, Россия, 2018 г.
01.40, 02.30, 03.20, 04.10 Барышня-крестьянка. (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ДВЕ СУДЬБЫ». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЕРМОЛОВЫ». (16+)
14.00, 22.00 «ИНКВИЗИТОР». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)
00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
06.00 «НА ГЛУБИНЕ». (18+)
Сериал. Криминал, Россия, 2014 г.

CTC LOVE

06.00 «КОРОЛЬ-ЛЯГУШОНОК». (12+)
07.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
В семье Васнецовых событие: Веник попросил у Мамы руку и сердце одной из её дочерей. Илья, как бывалый жених, помогает Венику составить план торжественного мероприятия и заодно занимает у нового друга деньги…
17.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
23.05 Даёшь молодёжь! (16+)
00.50 Сердца за любовь. (16+)
05.00 «КОРОЛЬ-ЛЯГУШОНОК». (12+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «КОМИССАР МЕГРЭ». (12+)
11.35, 19.35, 03.35 «ЭТО ЧЕРТОВО СЕРДЦЕ». (16+)
Драма, комедия, Германия, 2017 г.
13.25, 21.25, 05.25 «ЖИВАЯ ПЛОТЬ». (18+)
Драма, Франция, Испания, 1997 г.
15.10, 23.10, 07.10 «ОСОБЕННЫЕ». (12+)
Драма, комедия, Франция, Бельгия, 2019 г.
17.05, 01.05, 09.05 «BELLA ГЕРМАНИЯ». (16+)
Сериал. Драма, Германия, 2019 г.

УВЛЕЧЕНИЯ

УСАДЬБА

06.00, 10.10, 14.10, 18.10, 22.10, 02.20 Альтернативный сад. (12+)
06.35, 18.40, 22.40, 02.50 Доктор Смузи. (12+)
06.50, 11.00, 15.00, 19.00, 23.00, 03.05 Постное меню. (12+)
07.00, 11.15, 15.15, 19.15, 23.15, 03.25 Секреты стиля. (12+)
07.30, 11.45, 15.45, 19.45, 23.45, 03.50 Школа ландшафтного дизайна. (12+)
08.00, 16.15, 20.15, 00.15, 04.20 Лучки-пучки. (12+)
08.20, 12.35, 00.35 Дом, милый дом! (12+)
08.35, 12.50, 20.50, 00.50, 04.50 50 оттенков желе. (12+)
08.50, 12.15, 14.40, 16.50 Огород круглый год. (12+)
09.20 Травовед. (12+)
09.40, 13.40, 17.35, 01.35, 05.35 Хозяин. (12+)
10.40 Чай вдвоем. (12+)
13.05, 01.10 Дети на даче. (12+)
16.35, 20.30, 04.35 Сельсовет. (12+)
17.05, 21.05, 05.05 Умный дом. Новейшие технологии. (12+)
21.35 Мегабанщики. (12+)
Ведущий программы и мастер банного пара Сергей Беляев сегодня едет в гости к своему другу, пармейстеру Геннадию Бартухину.
02.05 Кисельные берега. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 14.00, 22.05, 02.00 Рыболовная Россия. (16+)
06.30, 08.40, 10.35, 12.30, 14.30, 22.35, 00.35, 02.30, 04.40 Охота в Новом Свете. (16+)
06.50 Давай зарубимся! (12+)
07.10, 11.00, 14.55, 19.00, 23.00, 03.15 Безграничная рыбалка. (16+)
07.35, 23.35, 03.45 Один день из жизни. (16+)
08.10, 15.55, 04.10 Рыбалка 360. (6+)
09.05, 12.55, 16.55, 01.00, 05.00 Сомы Европы. (12+)
09.35, 13.30, 17.30, 21.35, 01.35, 05.35 Зима. Удочка. Поклевка. (16+)
10.05, 18.00 Рыбалка в России. (16+)
11.30, 15.25, 19.30 Мир рыболова. (12+)
Цикл программ «Мир рыболова» - о рыбалке спиннингом летом и зимой, о рыбалке со льда и сплавом, о дальних экспедициях, о мастер-классах по технике и тактике рыбной ловли. География - вся Россия: Кольский полуостров, Волга и ее притоки, сибирские реки, Чукотка.
12.00, 20.00 Рыбалка сегодня XL. (16+)
16.25, 20.30 Рыбалка с Нормундом Грабовскисом. (12+)
18.30 Охота в Удмуртии. (16+)
21.00 На рыбалку с охотой. (12+)
00.05 Охота и рыбалка в… (12+)
02.55 Нож-помощник. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 12.30, 13.00, 23.30 Велнес-меню. (12+)
Весело и непринужденно Вы узнаете всё о главных тенденциях в мире медицины, здоровья и красоты. В ходе увлекательного путешествия Вы окажетесь в самых популярных фитнес классах, СПА салонах, в лучших медицинских заведениях, модных кафе. У Вас появится настоящий путеводитель для здорового образа жизни.
00.30, 01.30, 16.00, 17.00 Здоровые и знаменитые: русская версия. (12+)
02.30, 03.00, 11.30, 12.00, 20.00, 20.30 Территория фитнеса. Красота и сила. (12+)
03.30, 11.00 Проснись со Стасом. (12+)
04.00, 06.00, 08.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
04.30, 06.30, 08.30 Аэробика в стиле ретро. (12+)
05.00, 07.00, 09.00 Витамин-зарядка. (12+)
05.15, 07.15, 09.15 Витамин-йога. (12+)
05.30, 07.30, 09.30 Фитнес для лица. (12+)
10.00, 10.30, 18.30, 19.00 Латинский квартал. (6+)
13.30, 21.00 Фитнес-коллекция. (12+)
15.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
19.30 Фитнес по-взрослому с Еленой Санжаровской. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 Мультфильмы. (0+)
05.55 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+)
07.15 Секретные материалы. Песни под пулями. (12+)
07.50 «ВИЙ». (12+)
Мистика, фильм ужасов, СССР, 1967 г. В ролях: Леонид Куравлёв, Наталья Варлей, Алексей Глазырин
09.25 ФазендаЛайф. (12+)
10.00 Новости
10.10 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Маруся Зыкова, Антон Макарский, Юлия Такшина, Дмитрий Исаев, Вячеслав Гришечкин
16.00 Новости
16.15 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+)
18.30 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+)
00.00 Итоговая программа «Вместе»
01.00 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+)
03.40 Наше кино. История большой любви. (12+)
04.05 «ЦИРК». (6+)

ПЯТНИЦА

05.00 Орел и решка. Перезагрузка. (16+)
07.30 Ревизорро. (16+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Планета Земля: часть 1. (16+)
10.00 Планета Земля: часть 2. (16+)
11.00 Животные в движении. (16+)
12.00 Мир наизнанку. Китай. (16+)
13.00 Мир наизнанку. Пакистан. (16+)
14.00 Умный дом. (16+)
15.00 «ВАН ХЕЛЬСИНГ». (16+)
США, Чехия, 2004 г.
17.10 «СУМЕРКИ». (16+)
США, 2008 г.
19.20 «КИНГ КОНГ». (16+)
Германия, 2005 г.
22.00 ДНК шоу. (16+)
23.00 «ДУБЛЁР». (16+)
Россия, 2012 г.
01.00 «ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ-I». (12+)
Сериал. США, 2016 г.
03.00 Еда, я люблю тебя! (16+)
03.30 Орел и решка. Шопинг. (16+)
04.10 Орел и решка. Неизданное. (16+)

Ю

05.00 Папа попал. (12+)
09.15 Няня особого назначения. (16+)
12.50 Беременна в 16. (16+)
14.20 Битва за тело. (16+)
18.30 Папа попал. (12+)
Каждая программа - это история одной семьи, где есть отец, мама и дети. В нашем проекте не будет актеров, фальши и обмана. Все настоящее: герои, чувства, эмоции. Хватит ли сил у папы справиться с детьми и домашними обязанностями, пока мама пребывает в обществе стилистов, косметологов, психологов и фитнес-тренеров?
23.00 Немножко разведены. (16+)
Пары, переживающие кризис, решатся на уникальный эксперимент: супруги дают друг другу полный карт-бланш и разъезжаются жить со своими, как им кажется, идеальными «половинками».
00.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (субтитры). (16+)
03.40 Папа попал. (12+)

ПОБЕДА

06.00 «Путь к Победе». (16+)
07.00 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ…» (12+)
08.30 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
10.20 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
14.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2008 г. В ролях: Борис Щербаков, Максим Зауса-лин, Александр Суворов, Михаил Тарабукин, Татьяна Остап
18.30 «РАЗВЕДЧИКИ. ВОЙНА ПОСЛЕ ВОЙНЫ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2008 г. В ролях: Борис Щербаков, Максим Заусалин, Александр Суворов, Евгения Лоза, Вадим Андреев
23.00 «Путь к Победе». (16+)
00.10 «ДУМА О КОВПАКЕ. БУРАН». (16+)
01.50 «ХЛЕБ ДЕТСТВА МОЕГО». (12+)
03.20 «НА ПУТИ В БЕРЛИН». (12+)
04.40 «Обратный отсчёт». (16+)
05.10 Неизвестная война. «От Балкан до Вены». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.15 Сражения с Наполеоном. (12+)
01.45 Обыкновенная История. (6+)
02.00 «ИСАЕВ». (16+)
02.50 Семь дней истории. (12+)
03.05 На пути к Великой Победе. (12+)
03.40 Тайное становится явным. (12+)
04.00 Историада. (12+)
05.05 Историограф. (12+)
05.55 «ИСАЕВ». (16+)
06.55 Огненная дуга. (12+)
08.00 Историада. (12+)
09.05 Священные чудеса Земли. (12+)
10.10 Мифы Древней Греции. (12+)
10.45 Тайны великих картин. (12+)
11.15 Тайны великих картин. (12+)
12.00 «КРОМОВЪ». (16+)
14.10 Жил-был Дом. (12+)
14.50 Освенцимский процесс. Конец молчания. (16+)
15.55, 17.00 «БАУХАУС - НОВАЯ ЭРА». (16+)
17.50 Достояние России. (12+)
18.25 «ГРИГОРИЙ Р». (12+)
19.25 Жил-был Дом. (12+)
20.00 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ. РОССИЯ, ВЕК XVIII. Я - ИМПЕРАТОР». (12+)
21.35 Хроники общественного быта. (12+)
21.55 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ. РОССИЯ, ВЕК XVIII. ПАДЕНИЕ ГОЛИАФА». (12+)
23.35 Хроники общественного быта. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00 Невероятные изобретения. (12+)
06.25 Расшифрованные сокровища. (12+)
07.15 Лондон: 2000 лет истории. (12+)
08.00, 09.00 Древние небеса. (12+)
09.55 Мегаполис: секреты древнего мира. (12+)
10.55, 11.45 Вулканы: разрушение и сотворение. (6+)
12.30 Разгадка тайны пирамид. (12+)
13.25 Тайны мертвых. (12+)
14.20 Тайная история рыцарей Храма. (12+)
15.20 Реформация: священная война в Европе. (12+)
16.15 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)
17.05 Мегаполис: секреты древнего мира. (12+)
18.00 Вечные Помпеи. (6+)
19.00, 19.55 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
Сезон: 1. Франция, 2019 г.
20.50, 21.35 Титаник: истории из глубины. (12+)
Сезон: 1. Канада, 2018 г.
22.25 Война во Вьетнаме. (12+)
23.15, 00.00 Музейные тайны. (12+)
00.45 Разгадка тайны пирамид. (12+)
01.35 Тайны мертвых. (12+)
02.35, 03.25 Карты убийства. (16+)
04.10, 04.50 Запретная история. (12+)
05.35 Родовые проклятья. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Фабрика еды. (16+)
06.20 Авто-SOS. (16+)
07.05 Научные глупости. (16+)
07.35, 07.55 Игры разума. (16+)
08.25, 09.15 Дикий тунец: Север против юга. (16+)
10.05, 10.55 Техасский улов. (16+)
11.45, 12.35 Тайная история. (16+)
13.25, 14.15, 15.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
16.00, 16.50, 17.40 Остров бунтарей. (16+)
18.30, 19.20, 20.10 Затерянные сокровища Майя. (16+)
21.00 Затерянные города с Альбертом Лином: Эльдорадо - город золота. (16+)
Исследователь и ученый National Geographic Альберт Лин направляется в Колумбию, Южная Америка, чтобы найти там доказательства существования легендарной страны Эльдорадо.
21.50 Затерянные сокровища Майя: Тайны затерянного города. (16+)
22.40 Потерянный мир Майя. (16+)
23.30 Затерянные сокровища змеиных царей майя. (16+)
00.25, 00.50, 01.15, 01.35 Горячие границы: Латинская Америка. (16+)
02.00, 02.45 Авто-SOS. (16+)
03.30, 04.20 Осушить океан. (16+)
05.05 Международный аэропорт Дубай. (16+)

ANIMAL PLANET

06.00 Адская кошка. (12+)
06.45 Снимите кошку с дерева. (12+)
07.10 Герои среди нас. (12+)
08.02 На свободу с питбулем. (16+)
08.54 Правосудие Техаса. (16+)
09.46 Легенды дикой природы. (12+)
10.38 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
11.30 Найджел Марвен представляет: Другой Китай. (12+)
Любитель приключений Найджел Марвен исследует затерянные уголки Китая.
12.22, 13.14 Стив Бэкшал: заплыв с чудовищами. (12+)
14.06 Правосудие Техаса. (16+)
14.58 На свободу с питбулем. (16+)
15.50 Суровая справедливость. (16+)
16.42 Кто убил большую белую? (16+)
17.34, 18.26, 19.18 Планета мутантов. (12+)
20.10, 21.03 Неизведанная Европа. (12+)
21.56 Хранители болот Эверглейдс. (16+)
22.49, 23.42 Центр реабилитации Аманды. (12+)
00.35, 01.28, 02.15 Горные монстры. (16+)
03.00 Экспедиция Мунго. (16+)
03.45 На свободу с питбулем. (16+)
04.30, 05.15 Аквариумный бизнес. (12+)

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Как это сделано? (12+)
06.23, 06.46 Как это устроено? (12+)
07.13 Операция «Спасение дома»: ранчо Рейни. (12+)
08.06 Золотая лихорадка. (16+)
08.59, 09.52 Пятерка лучших. (12+)
10.45 Легендарные места. (12+)
11.39 Проклятие Бермудского треугольника. (12+)
12.33 Мятежный гараж. (12+)
13.27, 14.21, 15.15, 16.09 Мятежный гараж. (16+)
17.03, 17.30 Как это устроено? (12+)
17.57, 18.24 Как это сделано? (16+)
18.51 Как это сделано? (российская версия). (12+)
19.18 Потерянное фото Линкольна. (16+)
21.06 Легендарные места: Правда или последствия. (12+)
Джош Гейтс изучает пять легендарных мест, внешний вид которых обманчив.
22.00 Полиция Испании. (16+)
22.54 Самогонщики. (18+)
23.47, 00.40, 01.30 Охотники за старьем. (12+)
02.15, 03.00 Махинаторы. (12+)
03.45 Проклятие Бермудского треугольника. (12+)
04.30 Калифорния в огне. (12+)
05.15 Полиция Испании. (16+)

TLC

06.00, 06.25, 06.50 Оденься к свадьбе: Атланта. (12+)
07.15, 08.05 Дом с подвохом. (12+)
08.57, 09.49, 10.41, 11.33 Звездный ремонт. (12+)
Дрю и Джонатан Скотт объединяются со знаменитостями, чтобы сделать ремонт для их друзей, близких и фанатов в благодарность за их поддержку!
12.25 Парни из Бойсе. (12+)
13.18 Большие сестры. (16+)
14.11 Семейка Шемвелл. (12+)
Вдова Эрика и вдовец Спенсер собрали современную «Семейку Брейди» с 11 детьми. Но смешение двух семей не всегда проходит гладко!
15.04, 15.30, 15.57, 16.23, 16.50 Звёзды купономании. (12+)
17.43, 18.09 Купономания. (12+)
18.36 Свадебный салон XXL. (12+)
19.30 Королева маникюра. (12+)
20.24 Амиши: возвращение. (16+)
21.18 Я вешу 300 кг. (16+)
23.04 Виза невесты. Виза жениха. (16+)
00.48 Доктор «Прыщик». (16+)
01.37 7 маленьких Джонстонов. (12+)
02.25 Заложники ДНК. (12+)
03.12 Жуткие свидания. (16+)
03.36, 04.24 Здесь живет зло. (16+)
05.12 Свадебный салон XXL. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 10.50 Баскетбол. (0+)
07.50, 10.30, 13.00 Новости
07.55 Игры королей. (12+)
08.10 Страна. Live. (12+)
08.25 Мир бильярда. (12+)
08.55 Прыжки с трамплина. Кубок мира. Женщины. Тур «Синяя птица». Прямая трансляция из Чайковского
10.35 Мой первый тренер. Иван Ухов. (12+)
12.40 Жена баскетболиста. (12+)
13.05 Ярушин. Хоккей шоу. (12+)
13.30, 01.35 Малышка на миллион. (12+)
13.50, 01.55 Десятка! (12+)
14.05, 22.55 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
14.35, 20.25 Путь короля Артура. (12+)
14.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
16.55 Волейбол. Кубок ЕКВ. Мужчины. Финал. (0+)
18.55 Прыжки с трамплина. Мужчины
20.45 Самбо. Кубок мира. «Мемориал Харлампиева». (0+)
23.25 Смешанные единоборства. АСА 120. (16+)

EUROSPORT 1

00.00, 02.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. Прямая трансляция. (6+)
04.00, 20.00 Теннис. WTA 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
06.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 2-й круг. (6+)
07.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. (12+)
08.00, 10.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Команды. (12+)
09.30, 12.45 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». (12+)
10.50 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Планица. HS 240. Прямая трансляция. (12+)
13.30 Велоспорт. «Вуэльта Каталонии». 7-й этап. Прямая трансляция. (12+)
15.20 Велоспорт. Мировой тур. Прямая трансляция. (12+)
18.15 Теннис. ATP 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)
22.00 Теннис. ATP 1000. Майами. 3-й круг. Прямая трансляция. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Золотая лихорадка. (16+)
08.00, 04.00 Караокинг. (16+)
09.00, 15.40 PRO-обзор. (16+)
09.35 DFM - Dance chart. (16+)
10.25 10 самых! (16+)
11.00 Русский чарт. (16+)
11.55 Миллионеры поколения Z. (16+)
13.00 Tiktok чарт. (16+)
14.00 «Жара» в Баку. Большой гала-концерт. (16+) Яркий праздник популярной музыки с участием самых топовых звёзд шоу-бизнеса.
16.10 Прогноз по году. (16+)
17.10 МегаДискотека. Русское Радио. 25 лет. (16+)
19.55 TOP 30 - Крутяк недели. (16+)
22.00 Ждите ответа. (16+)
23.00 10 sexy. (18+)
00.00 Наше. (18+)
02.00 Караокинг. (18+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

08.00 «Солнечные зайчики». (0+)
08.15 «Роботы-поезда». (0+)
08.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
14.00 «Смешарики». (0+)
15.00 «Монсики». (0+)
16.00 «Маша и Медведь». (0+)
17.00 «Фиксики». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Хейрдораблз». (0+)
18.05 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
18.20 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
19.00 МУЛЬТпремьера! «Лео и Тиг», «Маша и Медведь». (0+)
19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.00 «Лунтик и его друзья». (0+)
20.20 «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Джинглики». (0+)

КАНАЛ DISNEY

05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.50 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.50 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Елена - принцесса Авалора: Песни сирен». (0+)
12.00 «Снежная Королева: Зазеркалье». (6+)
13.40 «Хранитель Луны». (6+)
15.20 «ЗОЛУШКА». (6+)
17.30 «Моана». (6+)
19.30 «Ральф». (6+)
21.35 «СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ». (12+)
23.35 «РАССКАЗЫ РУСАЛОЧКИ». (6+)
01.20 «ЗВЕЗДНАЯ БОЛЕЗНЬ». (6+)
02.40 «Гравити Фолз». (12+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Тима и Тома». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.35 «Бурёнка Даша». (0+)
07.40 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+)
08.20 «Три кота». (0+)
09.00 «Еда на ура!» (0+)
09.20 «Маша и Медведь». (0+)
10.45 «Проще простого!» (0+)
11.00 «Бурёнка Даша». (0+)
11.10 «Семья Трефликов». (0+) Поющие и танцующие Трефлики приглашают юных зрителей в мир воображения!
11.30 «Малыши и Медведь». (0+)
11.40 «Легенды Спарка». (0+)
12.10 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
12.30 «Игра с умом». (0+) Антонимы и синонимы, сдвоенные согласные и безударные гласные, словосочетания и целые тексты… Скажете, что это скучно? Вовсе нет, потому что это повод посоревноваться в игре о невероятно интересном русском языке!
12.50 «Вперёд, Астробой!» (0+)
13.30 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Король караоке». (0+)
15.00 «Ералаш». (6+)
16.10 «Клуб Винкс». (6+)
16.40 «Энчантималс. Солнечная саванна». (0+)
16.45 «Сказочный патруль». (0+)
18.35 «Барбоскины». (0+)
19.40 «Щенячий патруль». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Монсики». (0+)
22.05 «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)
22.30 «Пауэр Плэйерс». (0+)
22.55 «Инфинити Надо». (6+)
23.20 «Ералаш». (6+)
00.10 «Шоу Тома и Джерри». (6+)
00.50 «Смешарики». (0+)
01.45 «Куми-Куми». (12+)
02.40 «Бумажки». (0+)
03.35 «Бакуган: Вооружённый альянс». (6+)

УНИКУМ

05.59, 21.37 «Летающие звери». (6+)
07.24 «Богатырята». (6+)
07.59 «Приключения пингвиненка Лоло». (0+)
09.20 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». (12+)
10.37 «Хранитель луны». (0+)
11.57 «Смешарики». (0+)
13.00 «Волки и Овцы: Ход свиньей». (6+)
14.10, 22.27, 22.54 Мастерская «Умелые ручки». (6+)
14.26, 22.43, 23.10 Кондитер Сладкоежкина. (6+)
14.38, 15.07, 23.22 Проще простого! (6+)
14.54, 23.37 История великих изобретений. (6+)
15.22 Я сегодня нарисую. (6+)
15.38 «Макс Стил». (12+)
16.23 «СЕМЬ ГНОМОВ И Я». (6+)
17.34 «Иван Царевич и Серый Волк». (0+)
19.00 «Барашек Шон». (6+)
20.24 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (0+)

О!

05.00 «Облачный хлеб». (0+)
07.00 «Чик-зарядка». (0+)
07.05 «Пожарный Сэм». (0+)
08.00, 19.25 «Доктор Малышкина». (0+)
08.05, 03.20 «Тима и Тома». (0+)
09.40 «Еда на ура!» (0+)
10.00 О! Кино! «Урфин Джюс возвращается». (0+)
11.15 «Весёлая карусель». (0+)
11.30 «Ангел Бэби». (0+)
13.40 «Мой музей». (0+)
13.45, 22.00 «Йоко». (0+)
16.00 «Зелёный проект». (0+)
16.25 «Роботы-поезда». (0+)
18.15 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
18.20 «Зебра в клеточку». (0+)
19.30 «Пег + Кот». (0+)
20.25 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
23.55 «Простая арифметика». (0+)
00.00 «Турбозавры». (0+)
02.00 О! Кино! «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00, 00.20 День Патриарха. (0+)
05.10, 03.30 В поисках Бога. (6+)
05.40, 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
06.10, 06.40 Монастырская кухня. (0+)
07.10 Старец из каслинской глубинки. (0+) Документальная картина рассказывает о судьбе одного из выдающихся священнослужителей Челябинской епархии архимандрита Серафима (Урбановского), ветерана Великой Отечественной войны.
08.10 Простые чудеса. (12+)
09.00 Дорога. (0+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.55, 02.35 Завет. (6+)
14.00 Паломница. (0+)
15.10 «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ». (0+)
16.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
18.00, 00.35 «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
19.45 Следы империи. (16+)
21.25 «Парсуна» с Владимиром Легойдой. (6+)
22.25, 02.05 Щипков. (12+)
22.55, 04.00 Лица Церкви. (6+)
23.10 Вера в большом городе. (16+)
04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

28 марта
Неделя 2-я Великого поста. Глас 1.
Свт. Григория Паламы, архиеп. Солунского.

Мч. Агапия и с ним семи мучеников: Пуплия, Тимолая, Ромила, двух Александров и двух Дионисиев. Сщмч. Александра, иерея в Сиде. Мч. Никандра. Собор всех преподобных отцов Киево-Печерских. Сщмч. Алексия пресвитера. Сщмч. Михаила пресвитера.

Постный день.

«Пустыня приняла многих благоискусными и потом отвергла их, как неискусных, обличив сластолюбие их, которому они подверглись через самочиние».
Прп. Иоанн Лествичник

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО
Анапа 105,9 FM
Вышний Волочек 104,5 FM
Геленджик 101,2 FM
Губкин 104,0 FM
Ейск 101,1 FM
Задонск 103,9 FM
Краснодар 87,9 FM
Липецк 97,9 FM
Медное (Тверь) 107,9 FM
Москва и область 100,9 FM
Мосолово 101,0 FM
Новороссийск 101,2 FM
Орёл 95,6 FM
Осташков 99,4 FM
Ржев 102,4 FM
Рязань 102,5 FM
Смоленск 88,4 FM
Старый Оскол 104,0 FM
ДОСТУПНО ОНЛАЙН
RADIOVERA.RU
12+
App Store
Google play
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...встань, возьми свою постель и ходи»

Через несколько дней опять пришел Он в Капернаум; и слышно стало, что Он в доме. Тотчас собрались многие, так что уже и у дверей не было места; и Он говорил им слово. И пришли к Нему с расслабленным, которого несли четверо; и, не имея возможности приблизиться к Нему за многолюдством, раскрыли кровлю дома, где Он находился, и, прокопав ее, спустили постель, на которой лежал расслабленный. Иисус, видя веру их, говорит расслабленному: чадо! прощаются тебе грехи твои. Тут сидели некоторые из книжников и помышляли в сердцах своих: что Он так богохульствует? кто может прощать грехи, кроме одного Бога? Иисус, тотчас узнав духом Своим, что они так помышляют в себе, сказал им: для чего так помышляете в сердцах ваших? Что легче? сказать ли расслабленному: прощаются тебе грехи? или сказать: встань, возьми свою постель и ходи? Но чтобы вы знали, что Сын Человеческий имеет власть на земле прощать грехи, – говорит расслабленному: тебе говорю: встань, возьми постель твою и иди в дом твой. Он тотчас встал и, взяв постель, вышел перед всеми, так что все изумлялись и прославляли Бога, говоря: никогда ничего такого мы не видали.

Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 28 марта, в воскресенье.

Комментирует епископ Переславский и Угличский Феоктист

В сегодняшнем евангельском рассказе Христос не говорит, что у парализованного человека не было греха, и не говорит, что нет связи между его болезнью и грехом. Более того, в данном случае фразы «чадо! прощаются тебе грехи твои» и «встань, возьми постель твою и иди в дом твой» звучат в устах Господа Иисуса Христа как синонимы. Особенно же примечательно здесь то, что этот паралитик никак не мог проявить свою волю. Он не просил ни исцеления, ни прощения грехов. Он здесь выступает в роли объекта, вокруг которого разворачивается вся эта евангельская сцена. В его исцелении нет ровным счетом никакой его заслуги, это действие Божие, основанием для которого явились небезразличие и вера его друзей. Ведь именно они придумали остроумный способ обойти толпу и пробраться через крышу, именно они верили в то, что Христос в силах исцелить их друга, именно они попросили об этом. Господь исцелил парализованного, видя веру его друзей.

Зачастую приходится сталкиваться с вопросом о том, стоит ли молиться за тех наших близких, которые не веруют во Христа. И можно ли это делать? Разные священники дают разные ответы. Но какой ответ мы можем дать, если будем помнить о чуде исцеления парализованного человека по вере его друзей?

Кажется, что двух мнений здесь быть не может: не только личная вера способна творить чудеса, но и вера тех, кто нам близок, кому мы небезразличны, а значит, и молиться мы должны за всех и за каждого, вне зависимости от их отношения к Богу и Его Церкви. Конечно, не за всех мы можем молиться во время совершения литургии и вообще в храме, но это вовсе не означает, что чьи-то имена могут быть исключены из домашней молитвы.

ДОРОГА К ХРАМУ

КОМУ МОЛИТЬСЯ БЕРЕМЕННОЙ?

? Мы счастливы – ждём внука. Кому молиться о здоровье беременной невестки? Семья Никитиных

Молиться можно и нужно и Господу нашему, и заступнице нашей Богородице, и вообще всем святым.

ЗАЧЕМ ЕЗДИТЬ В ПАЛОМНИЧЕСКИЕ ПОЕЗДКИ?

? И трёх месяцев не прошло, а мама опять собирается в дорогу: всё выбирает, куда бы поехать в паломническую поездку. Я её пытаюсь отговорить, мол, погода к поездкам не располагает. А она – стоит на своём. Для чего надо ездить в паломнические поездки? Валентина К.

Паломнические поездки – одна из добрых традиций. Во время таких поездок мы почитаем тех святых, чьи иконы или нетленные мощи находятся в святых местах. И за наш труд, за то, что совершили дальнюю дорогу, помолились и доставили душе праздник, Господь по вере нашей дает нам просимое. В такой поездке можно обрести друзей по духу, соратников по вере. Паломническая поездка дарит радость в сердце и свет в душе.

Фото предоставлено радио «Вера»

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

С НАМИ ТЕПЛО. УЮТНО. НАДЕЖНО!

ОКНА ПВХ

- По доступным ценам!
- Собственное производство!
- Замер, доставка – бесплатно!
- Уборка, демонтаж в подарок!
- Пенсионерам льготы!
- Москитная сетка в подарок!

БАЛКОН от 3000 руб.

REHAU Немецкий профиль + фурнитура «Премиум-класса»

СКИДКА ДО 57%

8 (495) 745-29-54, 8-915-320-75-66

ЗАВОД **ОКНА** ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО

ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, Al, дерево

Ремонт окон, жалюзи

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ

- ОТДЕЛКА
- УТЕПЛЕНИЕ
- КРЫШИ
- ШКАФЫ

пенсионерам – скидка до 35%

8 (495) 740-76-09

8 (495) 941-96-29

СПЕЦСЕТКИ, АНТИКОШКА, АНТИПЫЛЬ, АЛЮМИНИЕВАЯ, СЕТКИ: ДВЕРНЫЕ, ОКОННЫЕ, БАЛКОННЫЕ (РАЗДВИЖНЫЕ). КОМПЛЕКСНЫЕ РЕШЕНИЯ ДЛЯ БЕСЕДОК

МОСКИТНЫЕ СЕТКИ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ

1990 **1199** руб. за кв.м

РЕМОНТ ОКОН

- ПЛАСТИКОВЫХ,
- АЛЮМИНИЕВЫХ,
- ДЕРЕВЯННЫХ

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (495) 940-73-96

8 (905) 569-22-91

без выходных, с 9:00 до 21:00

ЗАМЕНА МЕХАНИЗМОВ. ОТКОСЫ. ЗАМЕНА БИТЫХ СТЕКЛОПАКЕТОВ

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА

АЛЮМИНИЕВЫЕ БАЛКОНЫ

- балконы с крышей
- внутренняя отделка

Kkve REHAU

Жалюзи

- Скидки • Подарки •

Бесплатный замер

8(495) 226-35-06, 8(495)226-35-10

ФИНАНСЫ*

■ **8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43** Деньги срочно! День в день! Ставка от 0,2 %, от 5 тыс. руб., от 1 мес. Нужен только паспорт. Одобрение 99 %. Пенсионерам – скидки! Тел.: 8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43. ООО МКК «Выручай-деньги». СРО «МиР» № 32 000068, Рег. № 2110132000808. ОГРН 1113256019469.

**Будьте бдительны. Объявления, не содержащие официальных названий и лицензий банков, КПК, МФО и ломбардов не являются рекламой банковских, страховых и иных финансовых услуг. Объявления, в которых предлагаются посреднические услуги, означают информационное консультирование при осуществлении сделок между вами и банковскими, страховыми и иными финансовыми организациями.*

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ **8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80** **Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. «Газель». Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. Тел.: 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80**

■ **8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99** Грузовые и легковые перевозки недорого. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. Тел.: 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99

■ **8 (495) 589-00-78** Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

■ **8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58** Доставка, перевозки квартирные, дачные и др. Москва, МО, регионы. Работаю сам – БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ, диспетчеров и т. п. Время – не ограничено. Цельнометаллический фургон «Пежо-Боксер» (свой, не аренда). Человеческий подход к делу. Без выходных и праздников. 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58

МЕБЕЛЬ

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

■ **8 (926) 981-93-63** Обивка и перетяжка мягкой мебели! В Москве и Подмосковье. На дому. Работа без выходных! Выезд мастера с образцами. Тел.: 8 (926) 981-93-63.

■ **8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25** ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-mebel.ru, svkmatras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25

■ **8 (495) 740-79-43** Ремонт и перетяжка диванов, кресел, стульев на дому. Недорого. Тел.: 8 (495) 740-79-43

ДЕРЕВЯННОЕ ДОМОСТРОЕНИЕ

8 (499) 165-61-33

8 (926) 675-675-0

ДОМА И БАНИ

БРУСОВЫЕ ДОМА с утеплённой мансардой	
Размер	Цена*
5x4	325 000
6x4	378 000
6x5	436 000
6x6	520 000
6x8	695 000

БАНИ БРУСОВЫЕ	
Размер	Цена*
3x4	268 000
4x4	315 000
5x3	290 000
6x3	350 000
6x6	558 000

ООО «СТРОЙГРУПП»

POSTROITDACHU.RU

Отделка: сайдинг, блокхаус, имитация бруса.

Террасы, веранды.

В цену входят: материал, сборка, доставка. *Цены на базовую комплектацию.

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ НА ДОМУ

8 (495) 177-45-76

8 (901) 519-52-48

■ **8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48** **РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ от 300 руб. Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 40 %. ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО. Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48**

■ **8 (926) 701-02-02, 8 (499) 713-15-40** СРОЧНЫЙ РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ. Замена уплотнительной резины по Москве и МО. Тел.: 8 (926) 701-02-02, 8 (499) 713-15-40

РЕМОНТ ТЕХНИКИ НА ДОМУ

- ОТ 400 РУБ.
- СКИДКА 20%

-СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

-ХОЛОДИЛЬНИКОВ

-ЭЛЕКТРОПЛИТ

ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО!

+7 (495) 109-33-56

+7 (977) 000-93-81

СРОЧНЫЙ РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН и кондиционеров любой сложности. Любая работа – 500 руб. Выезд, диагностика – БЕСПЛАТНО. Гарантия до 3 лет. Скидки пенсионерам! **Тел.: 8 (495) 545-15-79**

Ремонт стиральных, швейн. и кофе машин, холодильников, ТВ, СВЧ, пылесосов, плит, ноутбуков, часов. Утепление, ремонт окон. Мастер на час. Электро- и сантех. раб. Если ремонт не устроит, вернём деньги! Гарантия 2 года! Пенсионерам скидки! ЛЕНРЕМОНТ. Работаем с 1987 года. **Звоните 24/7. Тел.: 8 (499) 371-11-11**

■ **8 (495) 970-62-03** **Акция. НЕДОРОГОЙ РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ЭЛЕКТРОПЛИТ, ДУХОВЫХ ШКАФОВ И ТЕЛЕВИЗОРОВ НА ДОМУ С ГАРАНТИЕЙ, от 300 руб. СКИДКА – 30 %. Выезд – БЕСПЛАТНО! Без выходных. Наш опыт и труд возвращают вам уют! Тел.: 8 (495) 970-62-03**

■ **8 (495) 142-20-58, 8 (925) 642-58-07** Ремонт швейных машин. Качество гарантирую. Тел.: 8 (495) 142-20-58, 8 (925) 642-58-07

■ **8 (987) 270-73-80** Срочный ремонт стиральных и посудомоечных машин. Выезд на дом. Опыт более 10 лет. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (987) 270-73-80, Дмитрий

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

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

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

Купим золотые и серебряные монеты Царской России, СССР, России. Иконы. Юбилейные рубли СССР с 1977 по 1991. Столовое серебро. Золото. Ювелирные изделия. Советские значки. Купюры, банкноты Царские и СССР. Бронзу. Фарфор.

ул. Профсоюзная, д. 3, офис 122

наш сайт: WWW.СКУПКАМОНЕТ.РФ

Тел.: 8(985) 626-66-00

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

■ **8 (999) 333-33-72** **ДОРОГО КУПЛЮ сервизы, статуэтки, фарфор (Кузнецов, Гарднер, Китай, Германия), иконы, лампады, награды, значки, знаки, янтарь, серебро, портсигары, подстаканники, изделия из кости, картины, старину. Выезд и оценка бесплатно. Москва и МО. Оплата сразу. Тел.: 8 (999) 333-33-72**

■ **8 (903) 964-67-77, 8 (929) 620-81-46** Купим дорого ИКОНЫ (оклады, киоты). ФАРФОР (статуэтки, сервизы, остатки) Германия, Франция, СССР, Кузнецов, Гарднер и др. СЕРЕБРО (лампады, портсигары, подстаканники). Награды, значки. Будды. Монеты, открытки, фотографии, часы, мебель. Оплата сразу. Выезд 24 ч. Ирина Николаевна, Борис Евсеевич Тел.: 8 (903) 964-67-77, 8 (929) 620-81-46

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

СТАРИНУ КУПЛЮ

Наталья

8-916-240-09-81

■ **8 (495) 797-05-24** Коллекционер купит дорого! Награды, иконы, картины, значки, фарфоровые сервизы Гарднера, Кузнецова, Попова. Статуэтки из фарфора. Серебро, бронзу, ювелирные изделия. Китайские Будды. Предметы военной атрибутики. Адрес: м. «Маяковская», Тишинская пл., дом 1, пав. АВ 1,08,8. Тел.: 8 (495) 797-05-24

■ **8 (967) 273-29-40** **Иконы, серебро 875, 84, 916, 88 пробы, коронки, монеты юбилейные, золото, мелочь 1961-93, фарфор, чугунные статуэтки, Касли, Будду, знаки, медали, значки, фото, открытки, книги, янтарь, мельхиор, подстаканник, портсигар, самовар и др. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.: 8 (967) 273-29-40, Дмитрий, Ирина**

■ **8 (903) 544-38-10** **Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугун, статуэтки, Будду, нагруд. знаки, янтарь, подстаканник, портсигар, коронки, ювелир. изделия, золотые и серебрян. монеты, часы, столовое серебро, иконы, самовар, фото на картоне, открытки, книги, мельхиор. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.: 8 (903) 544-38-10, Наталья, Сергей**

Библиотеку домашнюю: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую лит-ру, книги по истории, философии, архитектуре, а также книги до 1917 г. Куплю. Выезд. **Тел.: 8 (495) 721-41-46**

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

■ **8 (915) 401-64-88** Куплю коллекции календариков, фантиков, открыток, пластинок, хрусталь, ковры, старые духи, ёлочные игрушки, плюшевых медведей, железную дорогу, книги, фарфоровые статуэтки и посуду, фотографии, советские учебники, буквари. Тел.: 8 (915) 401-64-88

■ **8 (916) 359-05-00, 8 (916) 158-60-66** КОЛЛЕКЦИОНЕР. ОЦЕНКА, ОПЛАТА СРАЗУ. Янтарь. Статуэтки, вазы из фарфора, бронзы, чугуна. Фарфор Гарднер, Кузнецов, Мейсен с любым деф. Сервизы (остатки). Кость. Значки, награды. Иконы. Серебро. Золото. Хрусталь. Книги. Часы. Китайские предметы интерьера. Тел.: 8 (916) 359-05-00, 8 (916) 158-60-66 Галина, Сергей

■ **8 (963) 921-08-38** **Книги, архив, иконы, монеты Царской России и СССР, юбилейные рубли, знаки ударников, значки, старые награды, янтарь, подстаканник, портсигар, коронки, мельхиор, столовое серебро до 350 р/гр, фотоаппарат, открытки, фото, фарфор. статуэтки, самовар. КУПЛЮ ДОРОГО, ВЫШЕ КАТАЛОГОВ. Тел.: 8 (963) 921-08-38, Дмитрий**

■ **8 (916) 359-05-00** В КОЛЛЕКЦИЮ ДОРОГО: иконы, картины. Значки, награды. Китай до 1970 года: статуэтки, вазы, Будды, кость, мебель, панно и др. Янтарь. Фарфор Кузнецова, Гарднера. Статуэтки из фарфора, чугуна, бронзы. Сервизы. Документы, грамоты, открытки. Любую старину. Выезд. Оценка. Тел.: 8 (916) 359-05-00, Галина, Сергей

■ **8 (925) 626-97-59** Фарфор, фаянс, стекло, статуэтки СССР и Германия. Сервизы полные и неполные, столовые приборы, серебро, иконы, картины, значки, награды, изделия из камня, янтаря, кости, бронзы и чугуна. Выезд, оплата сразу. Тел.: 8 (925) 626-97-59, Геннадий

■ **8 (985) 938-08-26** **Грампластинки, аудиотехнику, проигрыватель грампластинок, фирменные аудиодиски CD, различных стилей и направлений музыки, куплю. Тел.: 8 (985) 938-08-26**

■ **8 (495) 508-53-59** Модели авто, железную дорогу, старые фото, военную форму, генеральские вещи, фарфор, хрусталь, подстаканники, самовар, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, патефон, фотоаппараты, хронометр, игрушки и духи СССР, Касли, солдатиков, кукол, часы, марки, открытки, документы, знаки, этикетки, радиоаппаратуру. Тел.: 8 (495) 508-53-59

■ **8 (916) 993-36-64** Куплю. Ткани СССР, духи, парфюм, журналы мод, старинную одежду, вышивки, кружева, бижутерию, сумочки и шляпки, наручные часы, коньяк СССР. Тел.: 8 (916) 993-36-64

СООБЩЕНИЯ

СООБЩЕНИЕ О ПРИЗНАНИИ АО «МАКС» НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМИ БЛАНКОВ СТРОГОЙ ОТЧЁТНОСТИ

- **Полис ОСАГО однослойный серия ННН:** № 3014114519.
- **Квитанция А7 с серией 0005:** № 145890.
- **Квитанция А7 с серией 0013:** № 160988.
- **Квитанция А7 с серией 0014:** № 637516.

АО «МАКС» не несет ответственность по договорам, оформленным с использованием вышеуказанных бланков.

ОБРАЗОВАНИЕ

■ **8 (499) 194-60-10, 8 (985) 233-31-06** «МОРОЗКО» частная школа полного дня (с 8.00 до 20.00) Детский сад с 2-х лет. Шаговая доступность от м. «Октябрьское Поле». Обучение, выполнение домашнего задания, участие в олимпиадах, конкурсах, организация досуга, творческих занятий: Спорт, музыка, вокал, ИЗО, ДПИ, хореография, иностр. языки, робототехника. Сайт http://www.L-morozko.ru ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ШКОЛА «МОРОЗКО». Тел.: 8 (499) 194-60-10, 8 (985) 233-31-06

■ **8 (495) 408-77-69, 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93, К У П И М** С Б Л А Г О Д А Р Н О С Т Ь Ю Книги, плакаты только до 1945 г. А также до 1960 г.: предметы и коллекции советского и дореволюционного времени, архивы, открытки, фото, значки, картины, статуэтки, изделия из фарфора и любого металла. ВСЁ О ДИРИЖАБЛЯХ И САМОЛЕТАХ и др.

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

■ **8 (905) 796-72-32** **Серебро столовое, коронки, ювелирку, янтарь, подстаканник, портсигар, фотоаппараты, патефон, самовар, мельхиор, монеты, банкноты, медали, значки, знаки, архив, фото, открытки, статуэтки, сервизы, Касли, Федоскино, Палех, ёлочные игрушки, книги, картины. ДОРОГО, выезд и оценка сразу. Тел.: 8 (905) 796-72-32**

■ **8 (985) 124-11-80** Купим самовар, картину, икону, портсигар, бюсты, старинные награды, монеты, антиквариат. Военный антиквариат, форму военную и министерств СССР, наградные знаки, трофеи ВОВ, атрибутику СССР и ВЧК-КГБ. Тел.: 8 (985) 124-11-80

■ **8 (926) 050-95-92** Куплю фарфор, любую посуду, статуэтки, вазы, серебро столовое, украшения из серебра и золота, картины, часы наручные, настольные, каминные, настенные, и др. Осветительные приборы, лампы, люстры, подсвечники, иконы, лампадки, значки, мебель, игрушки СССР, патефон, грамофон, магнитофон и др. вещи и предметы. Тел.: 8 (926) 050-95-92

■ **8 (916) 428-41-93** ФАРФОРОВЫЕ СТАТУЭТКИ, ЗНАЧКИ, ёлочные и старые игрушки, хрусталь, цветное стекло, столовые приборы, остатки сервизов, чайные пары, часы, зеркала, бижутерию, награды, ИКОНЫ, монеты, марки, картины, курительные трубки, опасные бритвы, железную дорогу, солдатиков, самовар, сувениры СССР. Люстры. Тел.: 8 (916) 428-41-93

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

ДОК ПРОИЗВОДСТВО ДВЕРЕЙ
ДВЕРИ
МЕЖКОМНАТНЫЕ И ВХОДНЫЕ
• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА
ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ: межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, порталы, шкафы, антресоли.
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решетки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т.п.
СКИДКИ до 30%
ВЕТЕРАНАМ
НОВОСЕЛАМ
СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ
ЗАМЕНА ЗАМКОВ
1 ЧАС И МАСТЕР У ВАС
Для ветеранов и для людей с ограниченными возможностями действует социальная программа «НАРОДНЫЕ ДВЕРИ»
БОЛЕЕ 500 МОДЕЛЕЙ ОТ ПРОСТЫХ ДО ЭЛИТНЫХ
ИЗГОТОВЛЕНИЕ ДВЕРЕЙ ПО ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ПРОЕКТУ
ОТДЕЛ ЗАКАЗОВ 8:00 – 21:00 БЕЗ ВЫХОДНЫХ
8 (495) 208-03-88

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ
ДВЕРИ
АРКИ
АНТРЕСОЛИ
ШКАФЫ
• ДЕРЕВЯННЫЕ
• СТАЛЬНЫЕ
• МЕЖКОМНАТНЫЕ
• ВХОДНЫЕ
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА!
3-я дверь в подарок!
Сервисное (обивка дверей, замена замков) и гарантийное обслуживание.
8 (499) 408-40-71
ЗАМЕР, ДОСТАВКА - БЕСПЛАТНО. УСТАНОВКА.

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

ГОРОДСКОЙ МЕЖВЕДОМСТВЕННЫЙ ПРАВОВОЙ КОМИТЕТ
• Возврат вкладов
• Жилищные и семейные споры
• Мошенничество
• Представление интересов в суде
• Взыскание долга
• Сопровождение сделок
• Банкротство физ. лиц
• Трудовые споры
БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ У ВЕДУЩИХ ЮРИСТОВ
8 (495) 177-97-07

Городская Коллегия Юристов
→ Ведущие адвокаты и юристы Москвы
→ 100% гарантия решения вопроса
→ Оплата по факту, либо в рассрочку
→ Скидки пенсионерам и инвалидам
→ Бесплатное составление одного документа (до конца месяца)
Работаем строго по Федеральному закону № 324 «О бесплатной юридической помощи в Российской Федерации».
ИНН 7708356952
Звоните прямо сейчас: 8 (495) 117-07-17

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ
• помощь обманутым вкладчикам
• реестр недобросовестных юристов
• расторжение договора с юристами и помощь по возврату денежных средств
• жилищные и наследственные споры
• улучшение жилищных условий
• расторжение договоров ренты
• банкротство физ. лиц
8 (499) 938-96-11

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ! Консультация по телефону/очная для жителей Москвы, Подмосковья и граждан СНГ. **Телефон круглосуточной горячей линии: 8 (499) 322-05-19** ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

■ **8 (495) 220-56-66** **Вернём деньги с юристов-аферистов. Спишем долги! Решаем любые юридические вопросы! Оплата по результату. Тел.: 8 (495) 220-56-66**

■ **8 (499) 409-91-42** Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т. ч.: Вернём или расслужебим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42

АВТО

■ **8 (495) 664-65-88, 8 (926) 313-90-00** **АВТОВЫКУП МАКСИМАЛЬНО ДОРОГО!!! АВАРИЙНЫЕ, БИТЫЕ, ПОДЕРЖАННЫЕ автомобили всех марок купим ДОРОГО в день обращения. Выезд, оценка, снятие с учёта. ЭВАКУАЦИЯ – Москва, МО. БЕСПЛАТНО. РАСЧЁТ НА МЕСТЕ. ВЫКУПАЕМ ДОРОЖЕ АВТОСАЛОНОВ. ПРОФЕССИОНАЛИЗМ И ПОРЯДОЧНОСТЬ. Тел.: 8 (495) 664-65-88, 8 (926) 313-90-00**

■ **8 (926) 032-69-99** АВТОВЫКУП ОЧЕНЬ ДОРОГО!!! В любом состоянии, все марки: битые, целые, горелые, кредитные, залоговые купим очень дорого!!! Порядочность 100%. Снимаем с учёта, деньги сразу. Тел.: 8 (926) 032-69-99

8 (925) 404-77-13. 100% выкупим! Автомобили иностранные и отечественные в любом состоянии куплю. Оформление и эвакуация за мой счёт. Оплата сразу.

ЗДОРОВЬЕ

8 (495) 734-99-37
НАРКОЛОГИЯ
ПСИХОТЕРАПИЯ
Неврозы, Депрессии, Бессоница
МОСКВА и МО БЫСТРАЯ ПОМОЩЬ АНОНИМНО
24 часа
ТОЛЬКО ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ВРАЧИ!
Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь со специалистом
Лицензия № ЛО-77-01-005412 от 02.11.2012

НАРКОЛОГ НА ДОМ
24 ч
Психотерапия
ГИППОКРАТ www.hippocrat.info
ЗАПОИ, КОД, АНОНИМНО
8 (495) 223-23-63
ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ
Лицензия ЛО-77-01-005412 от 02.11.2012

■ **8 (495) 728-79-66** Наркологическая помощь 24 часа. Запои, алкоголизм, наркомания. Психиатрия, психотерапия. БЫСТРО, АНОНИМНО, КВАЛИФИЦИРОВАННО, КАЧЕСТВЕННО, НЕДОРОГО! Круглосуточно! Предъявителю скидки! WWW.DOCTOR-KASHIN.RU Лиц. №ЛО-77-01-018861 ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

ВЕТКЛИНИКА
Весь спектр ветеринарных услуг на дому и в клинике
ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА 24 ч. (Срочный)
БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ
КРЕМАЦИЯ
Тел.: 8 (495) 142-40-67, 8 (977) 927-97-37

ВЕТКЛИНИКА. Вызов врача на дом 24 часа. Гуманное усыпление, вывоз. **Тел.: 8 (495) 585-79-76**

■ **8 (495) 972-99-25** **Мосветслужба. Безболезненное усыпление. Вывоз. Тел.: 8 (495) 972-99-25**

■ **8 (495) 728-45-03, 8 (916) 797-29-40** ВЕТКЛИНИКА. Весь спектр ветеринарных услуг на дому и в клинике. ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА 24 часа (срочный). БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ. ВЕТРИТУАЛ. Тел.: 8 (495) 728-45-03, 8 (916) 797-29-40

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

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

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

Абразивная циклёвка и ремонт паркета. Укладка массива, ламината, доски. Натяжной потолок. Окна, остекление лоджий. Ремонт квартиры поэтапно: обои, плитка, двери, сантехника, электрика. Выбор материалов. Выезд в область **Тел.: 8 (495) 978-03-44**

ЭМАЛИРОВКА ВАНН от завода
8 (495) 782-63-86
8 (495) 782-51-63
выезд по Москве и МО без выходных

■ **8 (495) 162-03-81** Циклёвка паркета ТРИО без пыли. Лак. Все виды работ. КАЧЕСТВЕННО. НЕДОРОГО. БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ. Москвичи. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ!!! Тел.: 8 (495) 162-03-81

■ **8 (985) 723-87-03** Косметический ремонт квартир, комнат. Укладка ламината, паркетной и массивной доски, линолеума. Установка дверей. Отделка пластиком ванных комнат, лоджий. Сборка-разборка мебели, навес карнизов, люстр, полок и многое другое. Помощь в выборе и доставке материалов. Тел.: 8 (985) 723-87-03

■ **8 (916) 471-14-83** Ремонт квартир под ключ, все виды отделочных работ, любой сложности. Качественно и недорого. Штукатурка, стяжка, шпатлёвка, покраска, электрика, сантехника, плитка, ламинат. Ванна под ключ. Гарантия и качество, разметка бесплатно. Пенсионерам хорошие скидки. Буду рад вам помочь. Тел.: 8 (916) 471-14-83, Павел

ЗАМКИ
БРОНЕЗАЩИТА • ЗАМЕНА
РЕМОНТ • ГАРАНТИЯ
(495) 969-11-92
РЕМОНТ ВАННЫХ КОМНАТ
АКРИЛОВЫЙ ВКЛАДЫШ
ПАНЕЛИ ПВХ, ПЛИТКА,
САНТЕХНИКА, НЕДОРОГО!
8-495-761-36-10

■ **8 (905) 745-72-90** Малярные работы. Выравнивание стен, потолков и шпатлёвка. Покраска. Обои. Ламинат. Электрика. Тел.: 8 (905) 745-72-90

■ **8 (495) 902-77-12, 8 (966) 099-99-53** ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОКЛЕЙКА ВСЕХ ВИДОВ ОБОЕВ. НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ. Делаем все виды работ по ремонту квартир. Предоплату не берём! Оплата по факту. Занимаюсь ремонтом 15 лет, работаю как один так и с напарником, поэтому дешевле на все виды работ. Помощь в доставке материалов. Тел.: 8 (495) 902-77-12, 8 (966) 099-99-53.

■ **8 (495) 407-60-37, 8 (965) 161-74-85** КОСМЕТИЧЕСКИЙ РЕМОНТ КВАРТИР. СЕМЕЙНАЯ ПАРА. Поклейка обоев любых видов и сложности за 1 день. Возможна недорогая оклейка стен под сдачу. Малярка. Покраска. Ламинат. Линолеум. Ванна под ключ. Натяжные потолки. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 407-60-37, 8 (965) 161-74-85.

ТВОРЧЕСКОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

■ **8 (499) 235-73-36, 8 (929) 992-70-91** Издание книг, альбомов от 1 экземпляра. Индивидуальный подход к каждому заказчику. Выполняем полный комплекс работ: набор текста, подбор иллюстраций, обработка фотографий, дизайн книги, верстка, присвоение ISBN, полиграфическое исполнение. М. «Павелецкая». Тел.: 8 (499) 235-73-36, 8 (929) 992-70-91

КУПЛЮ

■ **8 (903) 125-40-10** Купим, вывезем: РАДИОДЕТАЛИ любые, приборы, металл любой, провода, проволоку, трансформаторы. Часы наручные механические в жёлт. корп. Значки СССР. Тел.: 8 (903) 125-40-10

■ **8 (495) 241-19-52** Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Тел.: 8 (495) 241-19-52

ЗНАКОМСТВА

■ **8 (926) 138-24-00** Абсолютно надёжно!!! Профессиональная сваха. Знакомства для жизни! Гарантированно! Достойный выбор. До 85 лет. Строго для славян. Тел.: 8 (926) 138-24-00

■ **8 (495) 470-96-47** Москвич, 63/180/80. Познакомлюсь с симпатичной женщиной. Тел.: 8 (495) 470-96-47

БУХГАЛТЕРСКИЕ УСЛУГИ

8 (495) 665-01-70 (71). Центр развития и поддержки бизнеса. БЕСПЛАТНО консультации по налогообложению. Полная поддержка организаций и ИП. Решение правовых вопросов, бух. учёт, налоговая отчётность, кадры, расчёт з/платы. Регистрация ООО, ИП, разблокировка счетов. vma@crpb.ru

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ **8 (495) 978-60-06, 8 (916) 073-75-80** Появились клопы, тараканы? Уничтожим с гарантией. Препараты импортные. Цены умеренные и при встрече не повышаются. Работаем добросовестно и без выходных с 2016 года. Нас рекомендуют друзьям и знакомым. Остерегайтесь мошенников. Тел.: 8 (495) 978-60-06, 8 (916) 073-75-80

■ **8 (965) 386-47-09** 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАБОТКА любой сложности – ТАРАКАНОВ, КЛОПОВ – пар холодного и горячего туманов. Безопасные препараты для людей и животных. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7 без выходных. Тел.: 8 (965) 386-47-09

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ НА ПОСТОЯННУЮ РАБОТУ:
ПРОДАВЦОВ ПЕЧАТНОЙ ПРОДУКЦИИ (киоски)
Зарплата 28 000–32 000 рублей, выплаты два раза в месяц без задержек
График работы: 6/1, с 06.30 до 20.00 час, воскресенье – выходной день. Место работы: киоски, в разных районах гор. Москвы.
Ежедневные выплаты до 500 рублей. БЕСПЛАТНОЕ ОБЩЕЖИТИЕ
ПРОДАВЦОВ ПЕЧАТНОЙ ПРОДУКЦИИ (уличная торговля)
Зарплата от 44 000 рублей, ГАРАНТИРОВАННЫЙ ВЫХОД в день 2 000 рублей.
График работы: 5/2 с 06.00 до 18.00 час, суббота, воскресенье – выходные дни.
Премии за непрерывный стаж работы. **Прямой работодатель.**
Запись на собеседование по тел: 8 (925) 507-52-10, 8 (925) 507-46-48

■ **8 (916) 502-44-34** Требуется семейная пара – завхоз и горничная в частный загородный комплекс с проживанием в Тверской области. Предоставляем коттедж со всеми удобствами. Без семейных проблем, хозяйственные, трудолюбивые, аккуратные ЧИСТОПЛОТНЫЕ люди. График 5/2. Достойная заработная плата – от 100 000 руб. Тел.: 8 (916) 502-44-34

■ **8 (495) 374-66-44** Пеший курьер. График: 5/2. 3/п: оклад + премии + проезд + телефон. Работа в одном районе. Тел.: 8 (495) 374-66-44

■ **8 (916) 221-18-28, 8 (910) 006-37-91** Требуется официантка. Частная территория с гостиничными и офисными помещениями. График работы: 5/2 с 9.00 до 18.00. М. «Водный стадион». 35 000 руб. 8 (916) 221-18-28, Алексей; 8 (910) 006-37-91, Дина.

■ Фасовка семян, изготовление пакетов для фасовки на дому. Рабочие материалы почтой. 3/п: 16 700 руб. Любой возраст и регион. Подробности вышлем всем бесплатно! Отправляйте СМС-заявку (ваши ФИО, точный адрес, индекс) по тел.: 8 (987) 840-08-17

■ **8 (905) 700-33-66** Подработка в супермаркетах (выкладка, касса) 1 100-1 700 руб./смена. Выплаты ежедневно. Тел.: 8 (905) 700-33-66

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ В РУБРИКУ «ВСЁ ОБО ВСЁМ» ПРОИЗВОДИТСЯ ПО АДРЕСАМ:

Отдел рекламы газеты «ТЕЛЕК» **8 (495) 792-47-73,** *м. «Марьина Роща»*	**РА «Информ Экспресс»** **8 (495) 543-99-11,** *м. «Ленинский проспект»*	**ООО «Арт Коруна»** **8 (495) 944-30-07,** **8 (495) 944-22-07,** *м. «Планерная», дизайн-макет БЕСПЛАТНО*
РА «Манго АДВ» **8 (495) 646-03-83,** *м. «Преображенская площадь», выезд менеджера бесплатно*	**РА «НОВЫЙ ВАРИАНТ»** **8 (985) 933-58-69,** *м. «Текстильщики», курьер БЕСПЛАТНО*	**РА ООО «ГРИН КЛАССИК»** **8 (495) 926-38-00,** многоканальный, *м. «Семеновская», курьер бесплатно*
РА «Мир рекламы» **8 (495) 228-06-30,** *м. «ВДНХ», выезд курьера бесплатно*	**Stroki.info (ООО «Магазин рекламы»)** **8 (495) 669-31-55,** **8 (495) 778-12-38,** *м. «Шоссе Энтузиастов»*	**ООО «АРТ ФБР медиа»** **8 (495) 787-34-65 / 66 / 69,** *м. «Дмитровская»*
РА «Солидарность-Паблишер» **8 (800) 300-81-43,** *м. «Аэропорт, курьер бесплатно*	**ООО «100МЕДИА.РУ»** **8 (495) 961-00-97,** *м. «Арбатская», круглосуточно*	**РА «Справка»** **8-968-863-29-10,** *м. «Алексеевская»*

Все объявления на правах рекламы

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ **8 (906) 715-92-92 Семейная пара из Подмосковья (Серпухов) срочно снимет 1–2-комнатную квартиру или комнату в любом районе Москвы. Посредникам не беспокоить. Тел.: 8 (906) 715-92-92, Наталия, Сергей**

■ **8 (903) 515-85-33** Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями и др. проблемами. Выкуплю из ипотеки. Тел.: 8 (903) 515-85-33, Лина.

■ **8 (495) 772-50-93** 1–3-комнатные квартиры, комнаты снимет мед. центр для своих сотрудников-москвичей, европейцев. Есть одинокие, семейн. Возможно предоплата, можно без мебели. Порядочность гарантируем. Тел.: 8 (495) 772-50-93. Спасибо

■ **8 (909) 641-37-99** Сниму комнату или квартиру в любом районе Москвы. Тел.: 8 (909) 641-37-99

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»:
8 (495) 792-47-73

ЖЕНСКАЯ ИСТОРИЯ

Незваная гостья

Яна появилась на пороге нашей с мужем квартиры совершенно неожиданно. Свалилась как снег на голову.

С маленькой дочкой, чемоданом и вся в слезах. Какая-то неприкаянная, постаревшая, с неизбывной тоской в глазах.

«Когда я его встретила...»

– Можно мы поживем у вас немного? – бывшая жена моего мужа адресовала эту просьбу нам обоим, но смотрела только на меня.

Не скажу, что я была в восторге от этой просьбы, гостьюшка была не из категории «мы всегда вам рады». Но и выгнать их с ребенком за порог я не могла. Как ни крути, а мужу моему они не чужие. Да и дочка Софьюшка уже висла на папе, облепив ручонками его шею и шепча на ухо свои детские секреты.

– Ну конечно, проходите, живите, сколько нужно, – попыталась изобразить я улыбку и гостеприимство. Хотя ни улыбаться, ни изображать радушную хозяйку мне совершенно не хотелось.

Когда полтора года назад я встретила Игоря, он был совершенно раздавлен.

– Ты понимаешь, она полгода жила на два дома, а я даже не почувствовал, – делился он со мной. – Казалось, у нас все хорошо: дом, чувства, дочка подрастает. Домой с работы каждый день на крыльях летел. Подарками их осыпал. Мечтал еще о детях. Как-то вернулся с работы, а жены нет, дочки нет, и шкафы с их вещами пустые. Думал, с ума сойду. Телефон Яны оборвал. А она трубку не берет, сообщение только написала: ухожу, мол, полюбила другого, не ищи.

> **Тоска по утраченному не так мучительна, как тоска по несбывшемуся.**
> **Миньон Маклофлин**

Но Игорь искал, всех родных и друзей на уши поставил. И нашел. Умолял вернуться. Когда понял, что Яна не вернется, просил не лишать его общения с дочкой. На том и сошлись. Да только общаться Игорю с Соней было все сложнее. Новый Янин муж переезжал из города в город, искал себя, менял работу. Игорь тосковал, мучился, снова искал. Тогда-то я его и встретила. Уставшего, измученного, разуверившегося в любви.

Сонечке нужна помощь

– У Сонечки обнаружили порок сердца, – поздно вечером, когда Игорь уложил дочку спать, мы втроем сидели на кухне, пили чай и обсуждали сложившуюся ситуацию. – Нужно обследование, возможно, операция.

– Но как так вышло? – недоумевал мой муж. – Сонечке уже почти пять, неужели раньше не могли увидеть проблему?

– Игорёк, ну так бывает, – хлюпнула носом и пожала плечами Яна. – Врачи объяснили, что не всегда проблему видно сразу. Плюс ты же знаешь, мы часто переезжали, меняли поликлиники, врачей.

Игорь сжал зубы, поиграл желваками, кулаком ударил по ладони. Было видно, что муж сдерживается. Ему хотелось обвинить Яну в том, что произошло, наговорить ей гадостей.

Я тихонечко погладила Игоря по спине, дав понять, что я на его стороне, и он молодец, что не кричит, что проявляет самообладание.

– Завтра я поеду с вами в больницу. Позвоню на работу, возьму отгул.

– Нет-нет, – запротестовала Яна. – Пока не нужно. У нас все направления, документы. Сонечка – послушная девочка. Мне нетрудно с ней. Если понадобится помощь, Игорёк, я позвоню. Не хочу, чтобы еще и ты нервничал и переживал. Нам с Соней очень нужна сейчас опора и твои сила и рассудительность.

Яна накрыла ладошкой могучую руку бывшего мужа, доверительно заглянула в глаза.

– А что же твой муж, Яна? – выпалила я, когда увидела эту нарочитую нежность.

Обман вскрылся

Оказалось, с мужем Яна рассталась. Тот избил ее на глазах Сонечки, после этого-то, по словам Яны, и обнаружились проблемы с сердцем у дочки. Игорь рвался разобраться с соперником, некогда уведшим у него жену, а теперь вот и доведшим до больницы его дочь. Но мы с Яной удержали его, объяснив, что этим он дочери не поможет, а вот попасть в тюрьму может запросто.

– Ты нужен Софьюшке сильным, заботливым и уверенным себе, – убеждала я Игоря чуть позже. – Держись ради нее и не слишком наседай на Яну. Ей сейчас тоже нелегко.

Позже я миллион раз пожалела об этом своем совете.

Игорь был нежен с дочерью, но и к бывшей жене относился... с неменьшей нежностью. Заметила я, правда, это не сразу. Сама старалась во всем помогать Яне с Сонечкой. Жалела девочку, да и маму ее жалела тоже.

Пока не заметила, что мой муж все чаще остается наедине с Яной, оба они ищут поводы вдвоем уйти из дома по тем или иным делам. Яна расцвела, похорошела, сделала новую стрижку, накачала губы. А позже, когда я уже подозревала связь между моим мужем и его бывшей женой, я нашла документы Сонечки, где говорилось, что у девочки все хорошо со здоровьем.

«Я справлюсь сама»

– Что же во всей этой истории правда? – спросила я у Яны, когда та сообщила мне, что они с Игорем вновь вместе и собираются вернуться в их город.

– Я развелась с Петром, – пожала женщина плечами и улыбнулась.

– И он не бил тебя?

– Нет, конечно, – хохотнула женщина. – Просто, пожив с этим мямлей, который и работу-то нормальную найти не мог, я поняла, что с Игорьком мне было лучше. Он же такой надежный, заботливый, в Сонечке души не чает. Да ты не переживай, подруга, – меня передернуло от этого слова, – у вас же нет детей, ты молодая, упакованная, найдешь еще свое счастье. И да, спасибо, что Игорька приветила, ты баба хорошая, не дала ему ни запить, ни в депрессию впасть. За это вот я тебе благодарна.

Теперь мне хотелось кричать на Яну, обзывать ее, обвинять и даже ударить. Но я лишь отвернулась к плите, налила себе кофе, отхлебнула горячий напиток из чашки.

– Уходи, – спокойно сказала я Яне, – уходите оба.

Игорь не просил у меня прощения, ничего не пытался объяснить. Я видела, что ему стыдно, он прятал взгляд, молчал.

Когда я осталась одна в квартире, стало совсем тошно. Но мне было ради чего держать себя в руках, ради чего учиться заново радоваться жизни и верить людям. Я носила под сердцем ребенка. Игорю я об этом не сказала. Зачем? У него есть любимая женщина и обожаемая дочь. А я лишь «хорошая баба». Я справлюсь, справлюсь сама.

ТАТЬЯНА

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

5 правил выбора зелёного цвета

Зелёный – очень богатый и интересный цвет, этой весной и предстоящим летом он является одним из фаворитов модных дизайнеров.

Но, к сожалению, многие не решаются приобретать вещи в зеленых оттенках, искренне полагая, что этот цвет им не идет. Однако это ошибка – зеленый цвет подходит практически всем, вопрос только в выборе подходящего именно вам оттенка. Сегодня мы расскажем, как не ошибиться, делая этот выбор.
Существует несколько правил, которыми надо руководствоваться, выбирая вещи зеленого цвета. Запомните эти правила и смело идите в магазин, чтобы в вашем гардеробе этой весной и предстоящим летом появился зеленый цвет.

1 Правило контраста

Первое правило – правило контраста: чем более контрастна ваша внешность, тем ярче должен быть зеленый, и наоборот. Например, даме со светлой кожей и темными волосами, безусловно, подойдут изумрудный, бутылочный и подобные сочные оттенки. А блондинке со светлой кожей стоит обратить внимание на нежные оттенки зеленого: яблочный, капустный и т.п.

2 Правило подобного

Нежные оттенки зеленого для обладательниц нежной внешности укладываются также и во второе правило: подобное – подобному. То есть яркой смуглой брюнетке, несмотря на отсутствие видимого контраста, желательны яркие же оттенки зеленого.

3 Правило тепла

Модницам теплых цветотипов – «весна», «осень» – нужно выбирать теплые оттенки зеленого: салатовый, лаймовый, оливковый, фисташковый, хаки, болотный. Обладательницам холодной внешности – «зима», «лето» – больше подойдут холодные оттенки: мятный, капустный, нефрит, малахит, изумруд, травяной.

4 Правило яблока

Как говорят, есть всего один оттенок зеленого, который подходит практически всем – это яблочный оттенок. Поэтому если есть какие-то сомнения в выборе оттенка, начните с него. Цвет зеленого яблока нейтрален и при этом свеж и ненавязчив.

Кстати

Правило природы

Это правило для тех, кто еще не определился, с чем сочетать зеленый цвет. Тут все просто: наблюдайте за естественной природой – в ней нет некорректных сочетаний. Зеленая листва и коричневая кора деревьев, зеленая трава и все оттенки цветов и плодов подскажут вам самый правильный выбор. Кроме того, внимательно наблюдая за растениями в естественных условиях, вы убедитесь, что зеленый прекрасно сочетается практически со всей цветовой гаммой.

5 Правило рыжих

Сочетание рыжих волос и зеленого цвета давно уже стало классикой. Зеленый будто создан для «поцелованных солнцем» представительниц прекрасного пола. Рыжеволосые дамы могут позволить себе абсолютно все оттенки зеленого, каждый из которых исключительно комплиментарно подчеркнет красоту их волос. Золото на зеленом – одно из самых эффектных цветовых сочетаний, которое не выйдет из моды никогда. Кстати, именно поэтому оттенки зеленого прекрасно смотрятся с загорелой – золотистой – кожей, и этим летом это отличный повод и для загара, и для нового платья.

Светлана ИВАНОВА

12+ РЕКЛАМА

ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- Более 100 рецептов самых популярных национальных блюд в каждом номере
- Рассказы о том, как эти блюда появились и какими стали в наши дни
- Советы по приготовлению
- Секреты национальных приправ
- Обзор наиболее популярных продуктов в данной национальной кухне
- Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве персон

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

- **на сайте WWW.AVANTA.RU в разделе «Серии издательства «Кардос»» или по телефону 8-800-100-67-14** (*будние дни с 9.00 до 18.00, звонок по России бесплатный*). **Доставка по всей России.** ООО «АВИКС» (Юр. адрес: 105005, г. Москва, ул. Бауманская, д. 7, стр. 1, Э Антресоль 2, пом. 1, к 17, оф. Д1П, ОГРН 1177746345622)
- **по телефону в Москве 8-495-507-51-56** (*будние дни с 11:00 до 18:00*). **Самовывоз из редакции** (*г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4*). ООО «Издательская группа «КАРДОС» (Юр. адрес: 111675, г. Москва, ул. Святоозерская, д. 13, этаж 1, пом. VII, комн. 4, офис 4, ОГРН 1103254015270)

* при их наличии на складе

Специальное предложение для пенсионеров!

Реклама

Ножницы педикюрные удлиненные

Материал: сталь, пластик.
Размер: 21 см. КНР.
Лот 689 883

Специальные ножницы с длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног, что намного удобнее, чем работа с маникюрными или универсальными ножницами.

Удлиненная ручка

690 р.

Щипцы для ногтей

Из особо прочной стали, предназначены для ухода за ногтями на ногах. Они с легкостью справятся с толстыми ногтями. Вы также сможете удалить кутикулу и заусенцы. Удобная ручка с антискользящим покрытием.

Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11х6 см. КНР.

ВАШ ПОДАРОК ПРИ ПОКУПКЕ НОЖНИЦ

Белые сабо с хлястиком

Мягкая ортопедическая стелька, перфорированный верх из натуральной кожи, удобная танкетка, нескользящая подошва.

Материал: верх и подпятник – натуральная кожа, подошва – пвх.

Размеры 36 – 41, спрашивайте у оператора при заказе!

скидка 50%
~~2600 р.~~ **1290 р.**

Бабуши

Спасение для тех, у кого мерзнут ноги в любую погоду. Зимой они защитят от сквозняков и холодного пола, а летом, благодаря литой непромокаемой подошве, подойдут для улицы.

Материал: сукно, ПВХ, искусственный мех. Россия. **Размеры: 37-42.**
Спрашивайте у оператора при заказе!

скидка 40%
~~1490 р.~~ **890 р.**

Носки женские «Отдых», 6 пар

Однотонные женские носки без резинки. Не затрудняют отток крови, что очень важно при поражении вен.

Материал: 74% хлопок, 24% п/а, 2% эластан. Цвет в ассортименте. Размер 23-25. Россия.
Лот 131 2337

скидка 50%
~~990 р.~~ **490 р.** 6 пар

Полотенце «Сумерки», 2 шт.

Это полотенце из натурального хлопка подарит вам комфорт после сауны или водных процедур. Яркое, стильное и нежное, оно займет достойное место в ванной комнате!

Материал: 100% хлопок. Размер: 150х78 см. Россия.
Лот 134 4031

2 по цене 1
~~980 р.~~ **490 р.** 2 шт.

Браслет «Здоровье»

Измеряет давление и пульс, считает шаги и потраченные калории. Время и дата, звонки и SMS, анализ сна.

Совместим с Android 5.0 и выше, iOS 8 и выше. Сенсорное управление. Bluetooth 4. Li-Ion аккумулятор. КНР.
Лот 124 1064

скидка 50%
~~1400 р.~~ **690 р.**

Анатомическая подушка, 2 шт.

Эта подушка обеспечит правильное положение головы – и больше никакого храпа и ломоты в теле!

Материал верха: тафета. Наполнитель: полиэфирное синтетическое волокно. Размер: чехол 50х60 см. Россия.
Лот 131 4920

2 по цене 1
~~1580 р.~~ **790 р.** 2 шт.

МОЙ МИР

Звонок по России и с городского, и с мобильного **БЕСПЛАТНЫЙ**: **8-800-250-21-76**

код заказа: РМ-21-304-ПЕД

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Мой Мир», ОГРН 1197746473451, адрес: РФ, 105523, город Москва, Щелковское шоссе, дом 100, корпус 1, офис 3090. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении – не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 31.08.2021 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода РМ-21-304-ПЕД.