

№3
(532)
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 19 по 25 января 2026 года

ТЕЛЕК

36

КАНАЛОВ
ТВ

ДЕЛИМ
ДОМАШНИЕ
ОБЯЗАННОСТИ
ПО-ЧЕСТНОМУ

стр. 4

СКОРЕЕ
ПРИГОТОВЬ
ВКУСНУЮ
МОРКОВЬ

стр. 6

МАРИЯ
ЛИСОВАЯ

ПРОФЕССИЯ ДАЁТ МНЕ
СМЫСЛЫ

стр. 2

ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
КРЕЩЕНИЕ
ГОСПОДНЕ

стр. 8

МЕДОВОЕ
ПОХУДЕНИЕ:
ПРАВДА ИЛИ
ВЫМЫСЕЛ?

стр. 27

СПАСИТЕ
НАШИ... УШИ!

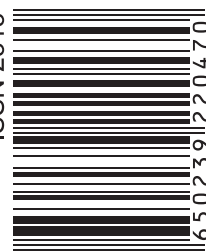
стр. 26

12+

 **КАРДОС**
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото из личного архива Марии Лисовой.
(Фотограф: Владимир Макарадзе)

ISSN 2313-4933



4 650239 122047 01 26003

Трудно поверить, что востребованная сегодня актриса Мария Лисовая трижды поступала в столичные театральные вузы, параллельно учась в театральном училище родного Нижнего Новгорода.

Четвертую попытку определила для себя как последнюю: либо пан – либо пропал.

В результате прошла экзамены сразу в три московских театральных института. Доверившись интуиции, выбрала Щукинский. И ни разу об этом не пожалела. Свои первые театральные шаги Мария сделала на сцене Театра Вахтангова, сразу взяв высокую планку.

Задачи в рост по таланту

– Мария, можно сказать, сама жизнь определила для вас эту планку. Первая сцена – и сразу Вахтанговская. Первые шаги в кино – и сразу у режиссёра Джаника Файзи-ева, да ещё в полном метре «Вратарь Галактики».

– Когда попала в этот проект, мне сказали, что подобного в жизни артиста может не повториться. Это был серьёзный, большой, очень дорогостоящий проект мирового уровня, для которого был построен целый городок. На съёмках тяжёлый пластический грим длился по 6-7 часов, смены – по 20 часов... Это было и большим испытанием, и огромной радостью. Такого уровня проекта в моей жизни пока больше не было. «Вратарь Галактики» стал для меня своеобразным учебником к пониманию того, как и с какой самоотдачей нужно работать в кино.

– Можно сказать, прошли школу жизни...

– Школой жизни я бы назвала сериал «Русские горки», где сыграла геро-



Спектакль «Девять», в роли Лели Гусевой.

Мария ЛИСОВАЯ:

// Не придаю значения неудачам



иню в возрасте от 18 до 40 лет. Пришлось сильно над собой поработать. И, конечно, важной стала для меня роль в сериале «Операция Карпаты», благодаря которой меня стали узнавать зрители.

– Какие картины с вашим участием ждём в нынешнем году?

– Проект ожидаю не один. Хочу выделить сериал «Фуллхаус», где сыграла врача. Наверное, сегодня эта картина – наиболее важная для меня. Надеюсь, она найдет своего зрителя.

«Уметь видеть себя со стороны»

– У вас премьеры не только в кино, но и в Театре Гоголя, где вы служите. Под самый Новый год выпустили премьеру «Герой нашего времени»...

– Я очень благодарна художествен-

ному руководителю театра Антону Юрьевичу Яковлеву за доверие, которое оказал мне три года назад, взяв в свою труппу. Это мой первый опыт работы в репертуарном театре. До этого в основном играла в независимых театральных проектах. Не скрою, я показывалась в другие театры, но по разным причинам с ними не складывалось. Но я не придаю значения неудачам. Знаю, что они обязательно будут. Надо просто эти моменты уметь понимать, преодолевать, отживать, отгоревать. А потом брать себя в руки и пробовать снова и снова. Жизнь так меня научила, и я так и живу. Кстати, когда пришла показываться в Театр Гоголя, думала так: будь как будет. Особых надежд не питала. А когда через несколько дней после показа позвонила помощница режиссёра и сказала, что я зачислена в труппу, –

даже не сразу осознала происходящее (улыбается).

– За три года работы в театре у вас уже пять спектаклей, пять героинь. И все очень разные. Несмотря на то что внешность во многом диктует восприятие актёра, режиссёры не эксплуатируют вас лишь в образе роковой красавицы, хотя играть отрицательных героинь предлагают нередко.

– Мне действительно повезло, что меня не используют в одном амплуа. Но я не соглашаюсь на роли, которые уже были. Во мне живет внутренний режиссер, который помогает и



Спектакль «Девять», в роли Лели Гусевой.

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Находите в себе силы быть милосердными, старайтесь не проходить мимо людей, которые нуждаются во внимании и заботе. Дарите себя и свое время другим людям. Это вернется вам сполна.

учит видеть себя со стороны.

«Профессия даёт мне смыслы»

– Вы затронули тему режиссуры. Прочитала в одном из ваших интервью, что к сорока годам хотели бы попробовать себя в качестве режиссёра...

– Такое желание есть, но до его воплощения еще много шагов. Дистанция большая, и я к ней пока не готова. Единственное, что могу сказать, – постоянно занимаюсь режиссурой внутри своих ролей. Я пишу небольшие инсценировки, делаю маленькие спектакли. Но уверена, что мой путь в режиссуру будет долгим и непростым. Для этого надо многому учиться и много над чем поработать.

– За что любите свою профессию?

– Она дает мне смыслы. Без этой профессии мне было бы сложно жить. В нее все влечет. Искусство кино и театра настолько объемны, что цепляют за собой много всего другого – от музыки до живописи. И это невероятно интересно, все хочется постичь, понять, осмыслить.

Наталья АНОХИНА

ПОДРОБНОСТИ

«Беру краски и иду на пленэр»

– Вы много чего пробуете, петь в том числе. И у вас хорошо получается...

– Да, мама окончила Гнесинскую академию по специальности «народный вокал». И я с детства занималась вокалом. Не скажу, что пою профессионально, но если говорить об актерской песне, думаю, здесь что-то умею. Антон Юрьевич Яковлев часто приглашает меня поучаствовать в разных концертах, на 100-летию театра пела в том числе. Многие отмечают, что у меня есть свой определенный стиль.

– Ещё больше удивлю читателей, рассказав, что вы ещё и рисуете. Был в вашей жизни период, когда вы выбирали, куда пойти учиться: в художественное училище или

в театральное...

– Было такое дело, ведь я окончила художественную школу. Но театр взял верх. Хотя до сих пор в хорошую погоду и свободные часы беру с собой кисти, краски и иду на пленэр, делаю какие-то зарисовки. Это хорошо помогает замедлиться. Я очень люблю быстрый темп и порой перестаю осознавать, где я и что. Хорошо, что у меня есть такой прекрасный способ, как рисование. Оно помогает не просто замедлиться, но и вернуться к себе, навести порядок в мыслях.



Спектакль «Старший сын», в роли Макарьской.

«Тайного миллионера» снимали в Индии

В Джайпуре закончились съёмки телепроекта «Тайный миллионер» – нового реалити СТС, снятого при поддержке Посольства Индии в Москве и Национальной корпорации развития кино Индии. В приключенческом детективе, наполненном тайнами и загадками, звездным героям под присмотром ведущего Сергея Бурунова предстояло раскрыть тайны и интриги индийского дворца, чтобы забрать главный приз.

– Я впечатлен и потрясен, – рассказывает Сергей Бурунов. – У меня, конечно, всякое в жизни бывало, но такое... Здесь и экспериментальный формат реалити, и первая поездка в Индию, которую не забуду никогда.

По правилам участники получают шкатулки, в одной из которых хранится золотой слиток. Задача – вычислить обладателя индийского сокровища. Чтобы распознать счастливого, звезды проходят испытания с подсказками. Но и тайный миллионер выполняет секретные задания, дающие ему преимущества. Если его раскрывают, слиток переходит к другому авантюристу. Кто сохранит золото в тайне до конца съемок, заберет все 10 миллионов себе.

Фото телеканала СТС



У Оксаны Акиньшиной – новая роль

В этом году КИОН подготовил для любителей кино целый букет премьер. Среди них детективный триллер, драма о справедливости, мести и прощении – сериал «Отпечатки». Режиссер проекта – Сергей Филатов. Роли в киноленте исполнили Оксана Акиньшина, Дмитрий Чеботарёв, Анна Богомолва, Евгений Санников, Полина Кутепова, Иван Фоминов, Агриппина Стеклова и другие артисты.

По сюжету фильма Яна (Оксана Акиньшина), в прошлом воспитанница детского дома, ныне – следователь СК РФ, возвращается в родной город, чтобы принять участие в расследовании жестокого убийства семьи своего старого знакомого. Местные сотрудники СК считают, что в преступлении виноват глава семейства, позже покончивший с собой. Однако Яна узнает и о других похожих трагедиях, имевших место в прошлом ее знакомых по детдому...

Съемки сериала проходили в Москве, Астрахани и Астраханской области.

Фото онлайн-кинотеатра КИОН

Анастасия Крылова представила свою Дарью

Телеканал «Домашний» завершил съёмки сериальной мелодрамы «Дорогой сердца» (производство кинокомпании AVK production). Главные роли в фильме исполнили: Анастасия Крылова, Антон Денисенко и Ян Ильвес. Режиссер-постановщик – Юрий Лейзеров.

Жизнь популярной певицы Дарьи Железновой (ее играет Анастасия Крылова) рушится – на пике славы она понимает: сцена больше не приносит радости, отношения с гражданским мужем превратились в мучение. Во время одного из скандалов происходит трагедия, после которой Дарья с маленьким сыном бежит из Москвы. Спрятавшись в глухих лесах, Дарья находит убежище у травницы Василисы. Но прошлое не собирается ее отпускать...

– Мою героиню Дарью ждет немало испытаний, – рассказывает Анастасия Крылова. – Жизнь будто подбрасывает ей различные события, чтобы она смогла вернуться к себе настоящей. И она находит этот путь в единении, в природе, в духовности. Думаю, зритель будет искренне переживать за Дарью. Хочется, чтобы у такой женщины все сложилось хорошо.

Фото пресс-службы телеканала «Домашний»



Подготовлено по материалам пресс-служб телеканалов, киностудий, онлайн-кинотеатров, театров, концертных площадок

ПОДПИСКА на 2026 год

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!
Вы можете оформить подписку на 1-е полугодие 2026 года на издание «ТЕЛЕК Черноземье»



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2912**

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость подписки на 1-е полугодие 2026 года*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
320,35₽	640,70₽	961,05₽	1 281,40₽	1 601,75₽	1 922,10₽

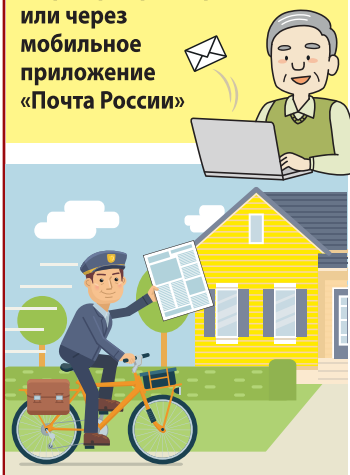
* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Черноземье» осуществляется только для жителей Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областей.

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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



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

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

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



П2912

«ТЕЛЕК Черноземье»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

СЕКРЕТ УСПЕХА

Как не попасть в ловушки времени

Попасть в ловушку времени вполне реально. Там регулярно оказывается тот, кто не умеет планировать свои действия и распределять рабочие часы правильно. Чтобы всё успевать и минимизировать стресс, примите к сведению наши советы.



РАЗДЕЛЯЙТЕ ВАЖНОЕ И СРОЧНОЕ

Составляйте список дел и безжалостно расставляйте приоритеты: легко сосредоточиться на чем-то важном, но не срочном, и при этом упустить простые задачи, которые нужно было выполнить здесь и сейчас.

ПРОВЕРЯЙТЕ ЭЛЕКТРОННУЮ ПОЧТУ ПО ГРАФИКУ

Например, три раза в день. Вы сэкономите немало времени, если приучите себя не открывать почту поминутно.

ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ПРАВИЛОМ ДВУХ МИНУТ

Нужно отправить e-mail? Отправляйте сразу. Потом это займет вдвое больше времени. Короткие дела делайте сразу, долгие — вносите в планер.

ПЕРЕХОДИТЕ В ОФЛАЙН

Соцсети и гаджеты сильно отвлекают, заставляя реагировать даже на неважные сообщения. Отключите звук смартфона или будьте офлайн. Ничего не случится, если вы перезвоните позже. Зато вы сможете сосредоточиться и быстро выполнить запланированное.

ЖИВИТЕ ПО ТАЙМЕРУ

Например, вы хотите выполнить задачу за 5 минут. Установите таймер. Если не уложитесь в запланированное время, будете знать, сколько на самом деле занимает процесс, и сможете точнее планировать в будущем.

ИЗБЕГАЙТЕ МНОГОЗАДАЧНОСТИ

Фокусируйтесь на одной задаче за раз, вы быстрее закончите дела.

За спорами о выносе мусора и мытье полов скрывается нечто гораздо большее.

Это вопрос справедливости, уважения и партнерства. То, как мы делим «невидимую» работу по дому, напрямую влияет на климат в семье, самоощущение каждого из ее членов и даже на будущее детей, которые впитывают эту модель как норму. Справедливое распределение — это инвестиция в психологическое благополучие, крепкие отношения и личную свободу каждого.

Корни проблемы

Исторически сложившийся гендерный подход, где кухня и дети — это женская прерогатива, а финансы и ремонт — мужская, сегодня безнадежно устарел. В реалиях, где оба партнера чаще всего строят карьеру, такое разделение превращается в источник хронического стресса для того, на кого ложится львиная доля быта. Но проблема не только в традициях. Она кроется в нескольких ключевых аспектах:

1. «Невидимая» работа. Это самый коварный аспект. Речь не только о том, чтобы помыть посуду, но и о том, чтобы помнить, что моющее средство на исходе, добавить его в список покупок, купить, а затем уже помыть. Это планирование меню, отслеживание детских секций, организация семейных праздников, напоминания о визитах к врачу. Эта невидимая интеллектуальная и организационная работа никогда не заканчивается и, как правило, ложится на одного человека, держа его в состоя-

Домашние обязанности: делим по справедливости



— Ты сказал, что сделаем уборку, а сам исчез. — Я не исчез — я убрался!



нии постоянной «боевой готовности».

2. Разные стандарты чистоты. Классический конфликт: для одного «убрано» — это когда все блестит, для другого — когда вещи не валяются на полу. Тот, у кого стандарты выше, в итоге либо делает все сам, либо превращается в наблюдателя, что одинаково

токсично для отношений.

3. Отсутствие системности и прозрачности. Когда обязанности не закреплены, а выполняются по принципу «кто увидел, тот и сделал» — система рушится. Ответственность размывается, а благодарность исчезает, ведь непонятно, кто что вложил.

От хаоса к гармонии

Переход от стихийного подхода к осознанному требует усилий, но результат меняет качество жизни.

Выявление и признание. Составьте максимально подробный список всех домашних дел: ежедневных, еженедельных, ежемесячных. От «приготовить завтрак» до «записать ребенка к стоматологу». Это упражнение наглядно демонстрирует объем работы, который часто остается незамеченным.

От диктатуры стандартов к договоренностям. Обсудите и согласуйте приемлемый для всех уровень порядка. Что действительно важно? Возможно, выглаженное белье можно заменить складыванием, а время, сэкономленное на этом, потратить на прогулку.

Выбор по предпочтению и возможностям. Кто любит и умеет готовить? Кого медитативно успокаивает мытье окон? Кто более внимателен к деталям при оплате счетов? Распределяйте задачи, учитывая склонности, график и силы каждого. Важно, чтобы у обоих партнеров было личное время на отдых и хобби, а не только на работу и дом.

Ротация «нелюбимых» дел. Если оба ненавидят мыть ванную, введите график.

Вовлечение детей. Для детей домашние обязанности — не наказание, а важный урок ответственности, навык самообслуживания и вклад в общее дело.

Что выигрывает семья?

Когда домашний труд перестает быть полем битвы и становится сферой сотрудничества, семья получает неоценимые бонусы. Прежде всего — снижение уровня стресса и обиды. Исчезает главный яд отношений: чувство, что тебя не ценят и твой труд воспринимают как должное. Следующий пункт — укрепление партнерства и уважения. Совместное решение бытовых вопросов учит договариваться, ценить вклад друг друга. А дети, видя, как родители совместно управляют домом, усваивают модель равноправных, уважительных отношений.

Наконец, высвобождаются ресурсы для общения, совместных увлечений и простого отдыха, ради которого, собственно, и существует дом.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Кокосы любят посолонее

Кокосовые пальмы не случайно растут на морском побережье: для развития им необходима соль. Чем ближе растение к воде, тем оно крупнее. Пальмы, которые растут далеко от прибоя, меньше своих собратьев с пляжа. Кстати, с точки зрения науки, кокос — вовсе не орех. Это сточковый плод, такой же, как вишня, слива и абрикос. А кокосовая пальма — вовсе не дерево, так как не имеет коры и веток.



Инструкция наоборот

В середине XIX века в Англии существовал странный налог — на машины, купленные в собранном виде. Чтобы покупатели не пугались лишних трат, производители начали продавать автомобили в слегка разобранном виде. Тогда чиновники запретили сопровождать новые авто инструкциями по сборке. Автосалоны вновь не растерялись и начали прикладывать к продаваемым агрегатам инструкции по... разборке. Выполняя действия в обратном порядке, автолюбитель легко доводил приобретение до нужного вида.

Чемодан как рекомендация

Ещё 100 лет назад чемодан заядлого путешественника можно было узнать по большому количеству разноцветных наклеек из разных городов и отелей, где он побывал. Существует легенда, что эти картинки клеили портые и носильщики, причем делали это с умыслом. Есть предположение, что таким образом они общались друг другу основную информацию о госте. Наклейка близко к ручке гласила: «хороший постоялец, большие чаевые». Наклейки по бокам свидетельствовали о новичке в путешествиях. А снизу — о капризном жадине.



Помидоры негодуют!

Искусственный интеллект позволил учёным «подслушать», о чём говорят растения. Разумеется, человеческим ухом эти звуки различить невозможно. Например, томаты начинают «возмущаться», когда их подрезают или лишают полива. Примерно то же самое происходит с табаком и кактусами. По одной из версий, эти звуки сообщают насекомым, что с растением не все в порядке, и те обходят их стороной. Таким образом обессиленное растение защищается от вредителей.

Светлана СИДОРЧУК

Активные движения и природная сила спасают медведя от напасти запора. Но что же делать пожилым людям? Ведь с возрастом активность снижается. Да и мучения запоров могут изводить круглогодично. И переходить в хронические. К сожалению, опасность запора недооценена. Даже в молодом возрасте запор — это не просто заболевание, которое приносит дискомфорт. Запор может довести до летальных последствий: вплоть до выпадения и трещин прямой кишки и разрыва кишечника. Что же ожидать в пожилом возрасте, когда кишечник уже изношен за жизнь? Поэтому к этой проблеме необходимо подходить со всей серьёзностью.

КАКИЕ ВАРИАНТЫ?

Свечи, клизмы и множество различных медикаментов.

Да, эти способы рабочие, но нельзя их применять на постоянной основе. Ведь, по сути, они «отучают» Ваш кишечник работать самостоятельно. А запор прогрессирует и трудно поддаётся лечению.

К тому же Вы можете перестараться, и проблема будет с точностью до наоборот. А кому в здравом уме хочется ходить в подгузниках и словно впасть в детство? Так неудобная болезнь вынуждает всё время быть дома. Не отходя далеко от туалета. Ведь если не сходить сразу, то мучения могут продлиться ещё на несколько дней. Или совсем неприятное — вообще не добежать справиться нужду. Это страшно, ведь так совсем ещё бодрые пенсионеры превращаются в заключённых в 4 стенах своих квартир. И простая физиологическая потребность становится пыткой.

Помните, единственное по-настоящему натуральное средство от запора — естественная работа Вашего организма. Именно её и восстанавливает современный физиотерапевтический аппарат «НАДЕЖДА», с которым мы Вас сегодня познакомим.

ПОМОЩЬ БЛИЗКО

Уже сегодня Вы можете себе помочь! И сделать это легко и просто. Без боли, мучительных клизм, свечей, без излишней химической нагрузки на Ваш организм.

Специалисты приложили все свои знания, чтобы создать достойный аппарат высокого класса. Так мастерство и наука сделали чудо, которое теперь доступно простым пенсионерам! Тем, кто мучается проблемами запоров, кто страдает неурядицами с ЖКТ. Но главное, хочет быть здоровым и активным, не взирая на возраст. И всё это сегодня во власти современной высокотонной физиотерапии!

Вершиной этого мастерства стал потрясающе надёжный и понятный в лечении запоров аппарат «НАДЕЖДА». Он разработан специально для людей старшего возраста. Чтобы лечить запор и множество других проблем. К тому же просто, удобно, а главное, невероятно эффективно!

Без посторонней помощи, лишних манипуляций и неудобства. А главное, эффект лечения не временный, как от привычных Вам лекарств.

«МЕДВЕЖЬЯ БОЛЕЗНЬ», ИЛИ КАК ЛЕЧИТЬ ЗАПОР?

Ледящий душу рёв издаёт медведь, который проснулся от спячки. Дикий зверь мечется, не находя себе места. Ведь ему жизненно необходимо избавиться от каловой пробки. Она сформировалась ещё осенью. Ужасные ощущения приводят зверя в ярость. Ведь ему не удаётся быстро опорожнить кишечник. Поэтому он агрессивный и нервный. И горе тому, кто попадётся разъярённому зверю на пути.

Как никто другой его понимают люди, страдающие запором. Болезнь, которая роднит нас с медведями, сегодня научились лечить бережным и действенным способом. О настоящем спасении от запоров пойдёт речь в этой статье.

И это прекрасная возможность избежать скальпеля хирурга и опасных осложнений запоров.

ВЫСОКОТОНОВЫЙ ИМПУЛЬС ЗДОРОВЬЯ

В чём кроется успех аппарата «НАДЕЖДА»? Он кроется в его целебных высокотонных импульсах. Просто нажмите кнопку, и эффект не заставит себя ждать. Ведь эти правильные импульсы уже пошли в бой с Вашим запором! Что же при этом происходит? Высокотонные импульсы аппарата словно дублируют сигнал Вашего собственного организма. Словно через громкоговоритель. И Ваш мозг наконец-то его слышит! Поверьте, Ваш мозг уж точно знает, что делать. Ведь он занимался этой работой всю жизнь. Помогал процессу пищеварения, переваривания пищи и её естественного вывода. А ведь это то, что нужно!

И вот уже совсем скоро начнут налаживаться процессы перистальтики. Импульсы аппарата, словно снегоуборочная техника, мягко очищают Ваш кишечник, стимулируя естественный процесс опорожнения. Опорожнение кишечника станет чётким, как по часам. И Вы перестанете быть привязанными к ежедневным мучительным процедурам с клизмами, свечами и прочей химией.

Но на этом ещё не всё! Ведь импульсы аппарата «НАДЕЖДА» тренируют Ваши мышцы. Чтобы они постепенно становились, как в молодости, когда вы не испытывали никаких проблем с ЖКТ.

И вот Ваша кровь уже активно циркулирует. Ваш организм набирает былую силу. Таким образом Вам будет не страшна слабость мышц ЖКТ и излишнее давление на кишечник. И ему гораздо проще будет выполнять свои функции. А Вам останется только наслаждаться. Жизнь выстроится, как по полочкам. Настроение в норме. Сил станет гораздо больше.

И двери Вашей квартиры будут гостеприимно открыты для друзей.

А главное, Вы больше не пленник в своём собственном доме. Это ли не настоящая свобода!

СПОКОЙСТВИЕ И КОМФОРТ

Здоровье начинается с кишечника. Ещё бы, ведь наш кишечник отвечает и за иммунитет. А значит, с правильно выстроенной работой ЖКТ, начнёт налаживаться и вся Ваша жизнь. Давление и головные боли от постоянного натуживания отступят. Вы снимите со своего организма токсическую нагрузку. И от отравляющих Ваше здоровье застойных каловых масс на стенках Вашего кишечника. И от скопившихся вредоносных бактерий, которые нарушают микрофлору Вашего кишечника. И разносят токсины по всему Вашему организму.

Тут уже и питание выстроится так, как того советуют профессионалы. А значит, Ваш вес начнёт приходить в норму. И даже можно побаловать себя любимыми блюдами, а не только теми, что помогают лучше сходить в туалет. А какая лёгкость без лишнего груза в животе! И всё благодаря тому, что «НАДЕЖДА» бережно снимает спазмы Ваших внутренних органов. Словно скидывает петлю-удавку, давая доступ кислороду и питанию к Вашим внутренним органам. Чтобы Вы ощутили, как отступило вздутие, тяжесть и распирание в животе. Это замечательно!

60 БЕД — ОДИН ОТВЕТ

Современная электротерапия запускает восстановление практически всех систем организма! Но главное, что нам сейчас так важно — «НАДЕЖДА» возвращает на верный курс Ваш ЖКТ! Медицинский аппарат «НАДЕЖДА» одобрен Росздравнадзором и предназначен для лечения более 60-и заболеваний!

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И ПОЛУЧИТЕ ГАРАНТИРОВАННЫЙ ПОДАРОК! 0+
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ 28 ЯНВАРЯ
Магазин «ДЕАЛМЕД», Мучной переулок, д. 3 9.00-15.00

Только представьте, какая это экономия на постоянных походах в аптеку! Взгляните, ведь это всего лишь часть официальных показаний к применению аппарата «Надежда»:

- заболевания желудочно-кишечного тракта (холецистит, дискинезия желчевыводящих путей, запоры, атонический и спастический колиты, панкреатит и др.);
- заболевания внутренних органов;
- заболевания мочеполовой системы;
- заболевания сердечно-сосудистой системы, гипертоническая болезнь I–II стадии;
- ревматоидный артрит;
- травмы костно-мышечной системы;
- заболевания периферической нервной системы (церебральный и вялый паралич, мышечная атрофия, остеохондроз, радикулит, неврит);
- заболевания бронхолегочной системы;
- коррекция избыточной массы тела.

Сегодня Вы можете лечиться прямо у себя дома. Там, где Вам уютно, под присмотром аппарата, разработанного профессионалами. Специально для Вас и решения Вашей деликатной проблемы.

Получите свой шанс на облегчение. Как это произошло с 85,1 % человек ещё на этапе клинических испытаний. То есть, 9 из 10 человек уже почувствовали себя лучше!

В число этих счастливых уже совсем скоро можете попасть и Вы!

Ведь за счёт широчайшего спектра применения Вы можете лечить не только ЖКТ и спастический запор. Но и поддержать свои суставы, сердечно-сосудистую систему. А также защититься от страшных последствий и значительно сократить сроки лечения.

Мы не дикие звери, которые могут погибнуть без помощи от запора. Ведь у нас есть потрясающие современные медицинские аппараты. И мы можем ими воспользоваться и спасти свою жизнь!

«НАДЕЖДА» словно открывает Вам все двери к здоровой жизни. И Вам остаётся только сделать шаг в верном направлении. Освободитесь от мучительных запоров! Подарите себе долгожданное облегчение и крепкое здоровье. Просто позвоните по бесплатной линии 8 (800) 333-56-71 и получите свою «НАДЕЖДУ».

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС:
8 (800) 333-56-71

Новогодняя РАСПРОДАЖА!
500 АППАРАТОВ ПО ЦЕНАМ 2024 ГОДА*
Предложение действует, пока аппараты есть в наличии!

WWW.PRODEX.RU¹

УВАЖАЕМЫЕ ЖИТЕЛИ И ГОСТИ ГОРОДА МОСКВЫ,
приглашаем вас посетить наш магазин медицинской техники!

УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:

м. «Пионерская», ул. Малая Филёвская, д. 18	м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А
--	--

(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

**КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА
СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ:**

ТЕЛЕК

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 14.01.2026 г. по 14.02.2026 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. 'ООО "Поток" ОГРН 121600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама 18+.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Морковь – один из тех овощей, которые найдутся в каждом доме. Этот незамысловатый овощ продаётся круглый год и доступен любому бюджету.

Морковкой, особенно молодой, всегда приятно и просто похрустеть, но еще приятнее использовать ее для приготовления самых разнообразных блюд – от супов до десертов. Морковь хороша еще и тем, что содержит массу полезных веществ, большинство из которых сохраняется даже при термообработке. К тому же, этот овощ отлично хранится, долго не портится. Морковь прекрасно сочетается с другими овощами, фруктами, грибами, мясом, птицей, рыбой, медом, специями, чем и обусловлено ее постоянное присутствие на всех кухнях.

На завтрак приготовь вкусную МОРКОВЬ



Зразы

Хорватская кухня.
На 6 персон. Калорийность
(на 100 г): 151 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4-5 морковок ■ 1 яблоко
- 1 лимон ■ 1 яйцо
- 50-80 мл молока
- 40 г сливочного масла
- 3 ст. л. манки
- 2 ст. л. сахара
- 2 ст. л. панировочных сухарей ■ щепотка корицы
- растительное масло для жарки



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Морковь натереть на терке, яблоко очистить и нарезать мелкими кубиками, с половины лимона снять цедру (на самой мелкой терке).
- 2** В кастрюле распустить половину сливочного масла, влить теплое молоко, добавить морковь и сахар, тушить под крышкой до мягкости моркови (10 минут); всыпать, постоянно помешивая, манку, готовить еще 3-5 минут; снять с огня, дать остыть.
- 3** На оставшемся масле обжарить до мягкости яблоки, посыпать корицей, перемешать, снять с огня, дать немного остыть.
- 4** В морковную массу добавить яйцо, тщательно перемешать.
- 5** Из полученного «фарша» формировать небольшие лепешки, в центр каждой положить по 1-2 ч. л. яблочной начинки, края защипнуть, обвалять в сухарях.
- 6** Жарить зразы на хорошо разогретом растительном масле с обеих сторон до румяной корочки.

Салат с фруктами

Европейская кухня.
На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 42 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г моркови
- 300 г винограда б/к или 0,5 стакана изюма
- 2 апельсина ■ 1 лимон
- 3-4 ст. л. растительного (оливкового) масла
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Морковь натереть на терке.
- 2** Апельсины разрезать пополам, из одной половины выжать сок, из остальных острым ножом вырезать мякоть.
- 3** С лимона снять цедру (на самой мелкой терке), выжать сок.
- 4** Сделать заправку: в одной емкости соединить лимонный и апельсиновый сок, посолить, поперчить, добавить растительное масло, взбить до однородности.
- 5** Соединить все ингредиенты, осторожно перемешать, заправить; до подачи убрать в холодильник.

Ароматный кекс

Английская кухня.
На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 164 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 155 г моркови ■ 145 г муки
- 2 крупных яйца
- 80 г сливочного масла
- 80 г сахара ■ 1 лимон
- 0,5 ч. л. разрыхлителя
- молотый имбирь
- мускатный орех
- корица ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Морковь натереть на терке, с лимона снять 1 ч. л. цедры.
- 2** Масло взбить с сахаром в пену, добавить яйца, взбить, добавить морковь и цедру, перемешать.
- 3** Муку просеять, смешать с разрыхлителем, солью и специями, всыпать в морковную смесь, перемешать до однородности.
- 4** Форму застелить бумагой для выпечки (или смазать маслом), выложить тесто, разровнять.
- 5** Выпекать в разогретой до 180 °С духовке 45-50 минут.
- 6** Кексу дать остыть прямо в форме, извлечь, выложить на блюдо, при желании посыпать сахарной пудрой.

Нежный крем-суп

Европейская кухня.
На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 85 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г моркови
- 500 мл бульона
- стебель лука-порея
- 2-3 см корня имбиря
- 2-3 зубчика чеснока
- 1-2 веточки тимьяна
- 2 ч. л. меда
- сливки для подачи
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Морковь нарезать небольшими кубиками, порей – кольцами, чеснок (не очищая) раздавить плоской стороной ножа, имбирь натереть на терке.
- 2** В кастрюле с толстым дном разогреть растительное масло, положить веточки тимьяна и чеснок, жарить до появления отчетливого аромата и убрать их из кастрюли.
- 3** В оставшееся масло добавить порей, обжарить (30 секунд), добавить морковь, жарить, помешивая, 4-5 минут, добавить имбирь, жарить еще 30 секунд.
- 4** Влить в кастрюлю бульон (овощной, мясной) или воду, довести до кипения, посолить, варить на слабом огне под крышкой 10-15 минут.
- 5** Готовый суп пюрировать с помощью погружного блендера, добавить мед, довести до кипения, снять с огня; подавать немедленно.
- 6** При подаче поперчить, добавить сливки по вкусу.

На уроке рисования учительница ходит между рядами и обращается к одному из учеников:
– Почему ты рисуешь кролика оранжевым?
– А он вчера морковку скушал, объелся, и у него аллергия.

Запеканка с орехами

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

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г моркови
- 200 г цукатов
- 200 мл молока
- 0,5 стакана измельченных орехов ■ 1 лимон ■ 1 яйцо
- 60 г сливочного масла + для смазывания формочек
- 1 ст. л. панировочных сухарей ■ 1 ст. л. муки
- 2 ч. л. сахара ■ соль



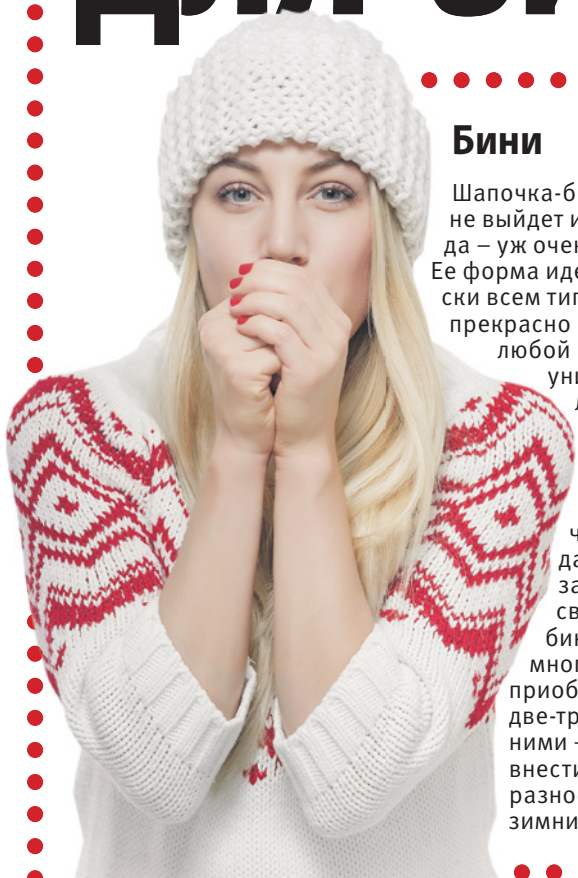
КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Морковь натереть на терке, переложить в кастрюлю с толстым дном, добавить сахар и 20 г сливочного масла, влить 2-3 ст. л. воды, довести до кипения, тушить на небольшом огне 7-10 минут; дать остыть.
- 2** В ковшике слегка поджарить муку (до кремового оттенка), добавить оставшееся масло, перемешать до однородности, влить горячее молоко, постоянно помешивая, варить на небольшом огне до загустения (5-7 минут).
- 3** С лимона снять цедру на мелкой терке.
- 4** Отделить желток от белка, белок взбить в крепкую пену со щепоткой соли.
- 5** Соединить морковную и молочную массы, перемешать, добавить цукаты, желток и цедру, еще раз тщательно перемешать; аккуратно, перемешивая снизу вверх, ввести взбитые белки.
- 6** Порционные формочки смазать маслом, обсыпать сухарями (или мукой), аккуратно разложить морковную массу.
- 7** Запекать в разогретой до 180 °С духовке 10-20 минут (зависит от размера формочек).

Всем нам, конечно, хочется круглый год выглядеть модно и стильно. Но когда на улице сильный мороз или пронизывающий ветер, на первый план выходит желание поскорее согреться.

А еще лучше – максимально сохранить тепло своего тела и не мерзнуть. Медики утверждают, что наибольшее количество тепла человек теряет через голову – до 40 %. Дело в том, что при охлаждении мозг, который командует абсолютно всеми процессами в нашем организме, распоряжается о сужении сосудов – для минимизации теплопотерь. Результатом сужения сосудов могут стать спазмы, тромбы, негативные процессы в нервной системе, чреватые серьезными заболеваниями. То есть охлаждение головы напрямую влияет на наше здоровье, и влияние это положительным никак не назовешь. Поэтому главное, что нужно нам в холодное время года, – это головной убор, который надежно защитит от морозов и холодных ветров. Такой головной убор должен полностью облегал голову и обязательно закрывать уши, чтобы исключить продувание. Дополнительной поддержкой станет теплый шарф. Материал для зимних головных уборов лучше выбирать ворсистый: мех, шерсть, флис и т.п. Ворсинки хорошо удерживают тепло, особенно когда прилегают непосредственно к голове, поэтому лучшая подкладка для шапки в морозы – это шерсть или флис. Рассмотрим удачные варианты головных уборов для морозных и ветреных дней подробно.

Головные уборы для зимней стужи



Бини

Шапочка-бини, видимо, не выйдет из моды никогда – уж очень она удобна. Ее форма идет практически всем типам лица, она прекрасно вписывается в любой гардероб – это универсальный головной убор. Немаловажно, что в магазинах огромный выбор шапочек-бини, и каждая модница обязательно найдет свою. А поскольку бини не занимает много места, можно приобрести не одну, а две-три шапочки, и с ними – возможность внести определенное разнообразие в свой зимний гардероб.

Шали, платки, палантины

Идеальный выбор для тех, кто обожает уют. Всеми этими вещами можно так обернуть голову и шею, что у мороза и ветра просто не останется ни единого шанса. К тому же, красивая шаль, оригинальный платок или эффектный палантин могут стать не только частью верхней одежды, но и преобразить самый скучный образ в помещении.

Шапка-ушанка

Это идеальный головной убор для морозных и ветреных дней. Ушанка заботливо «обнимает» голову и шею, оставляя открытым лишь лицо. К счастью, ушанки сегодня в моде, остается лишь выбрать свой вариант из множества предлагаемых: из меха или флиса, с помпонами или без лишних деталей, классической формы или трансформер. Самыми актуальными этой зимой стали шапки-ушанки из искусственного меха, который в современном исполнении мало чем отличается от натурального.



Капюшон

Капюшон, если он действительно теплый и достаточно глубокий, вполне способен и сохранить тепло, и защитить от ветра. Некоторые модели пуховиков, например, имеют капюшон с мехом внутри – отличный вариант для тех, кто не любит носить шапки. В сильные морозы нужен капюшон, который можно затянуть или застегнуть так, чтобы он плотно облегал голову. Если же капюшон очень свободный и в него «задувает», лучше все же надеть под него шапку (например, бини).

Светлана ИВАНОВА



Две подружки.
– Правильные отношения начинаются зимой.
– ???
– Что непонятного? Если вы понравились друг другу в шапке и с красным носом – это любовь!

Хотите жить долго? УСТРАНИТЕ ЗАПОРЫ РАЗ И НАВСЕГДА!



Не доводите до крайности – лечите запор вовремя!

Дефекация – это такая же базовая потребность человека, как и дыхание. Попробуйте не дышать – сколько получится? А теперь представьте состояние вашего кишечника, который годами не может регулярно очищаться и отравлен накопившимися шлаками, токсинами, гниющими изнутри каловыми массами. Не надейтесь на клизмы и слабительные! Они дают только временное облегчение, могут вызывать привыкание и полную зависимость, делая кишечник «ленивым», а в долгосрочной перспективе вредят кишечной микрофлоре не меньше, чем сами запоры.

ОПАСНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ЗАПОРА:

- Гниение
- Каловая интоксикация
- Каловые камни
- Кишечные дыры
- Непроходимость кишечника
- Анальные трещины
- Выпадение прямой кишки
- Разрыв кишечника
- Атрофия желудка
- Гангрена мошонки

ТОЛЬКО В ТЕЧЕНИЕ 7 ДНЕЙ вы можете получить «Регулятор Про» совершенно БЕСПЛАТНО!

ПОЧЕМУ ВСЕ БОЛЬШЕ ЛЮДЕЙ ВЫБИРАЮТ РЕГУЛЯТОР ПРО?

- 1 **Нормализация перистальтики кишечника и регулярность стула:** вы сможете почувствовать его воздействие уже через 5-8 часов после применения.
- 2 **Мягкое и деликатное действие:** глубоко очищает кишечник, мягко и безболезненно выводит из него копившиеся годами шлаки, яды и гнилостные вещества.
- 3 **Помогает восстановить богатую здоровую микрофлору кишечника:** стимулирует рост 22 видов полезных бактерий, что в 11 раз больше, чем результат обычных пребиотиков. А чем богаче микробиом кишечника, как выяснили ученые, тем дольше и активнее может быть ваша жизнь.

Регулятор Про – это не слабительное, которое действует не более, чем только здесь и сейчас. Регулятор Про восстанавливает естественную способность кишечника опорожняться. Ведь когда растет количество полезных бактерий, а вредных становится меньше, то возвращается нормальная перистальтика, снижаются воспаления, кишечник перестает быть «ленивым» и регулярно очищается сам без боли, усилий и стимуляции. Вот так просто и естественно можно устранить запор любой сложности и в любом возрасте.

А главное, у вас формируется богатый микробиом кишечника – ЭТО ЗДОРОВЬЕ СЕГОДНЯ И ПОДТВЕРЖДЕННЫЙ НАУКОЙ ПУТЬ К ДОЛГОЙ АКТИВНОЙ ЖИЗНИ.

УПАКОВКА БЕСПЛАТНО!



РЕКЛАМА

Звоните по бесплатной федеральной линии:

8-800-100-55-60 *2031

Код вашего подарка* «РАДОСТЬ»!

Необходима консультация специалиста. БАД. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, РФ, 127287, Москва, Петровско-Разумовский пр-д, д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. 1, комн. 28. СГР № RU.77.99.11.003. R.002307.08.20 от 03.08.2020. *При единовременной покупке 3 упаковок. Акция действует с 01.01.2026 по 01.07.2026. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8-800-100-55-60. На упаковке: Регулятор про, вечерняя помощь, комфортное облегчение, проверенное натуральное растительное слабительное, способствует правильному функционированию пищеварительной системы и предназначено для помощи при запорах.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Ежегодно 19 января православные христиане отмечают двенадцатый праздник Богоявления, или Крещение Господне.

Крещение Господне, или Богоявление, — праздник, установленный в память о Крещении Иисуса Христа в реке Иордан, когда человечеству впервые были явлены все Три Ипостаси Единого Бога: Бог Отец, Бог Сын и Бог Дух Святой. Поэтому и главное название праздника Крещения — Святое Богоявление. Этот день описан в Евангелии всеми четырьмя евангелистами: Матфеем (3:13-17), Марком (1:9-11), Лукой (3:21-22) и Иоанном (1:29-34). Это и очень важный день для спасения людей, Иисус Христос — Спаситель начал свое служение.

События праздника

Из Библии известно, что крестился Иисус Христос в тридцатилетнем возрасте. В те далекие времена на берегу реки Иордан, недалеко от Вифании, пророк Иоанн Предтеча (Креститель) согласно промыслу Божию готовил народ покаянием встретить явление Христа. Предтеча возвещал, что прежде внешнего омовения надо очиститься внутренне — покаяться в своих грехах, чтобы подготовиться к принятию Мессии. «Я крестил вас водою, а Он будет крестить вас Духом Святым», а когда такое произойдет, то он «по персту Божьему» должен указать на Него.

Когда Иисус Христос приблизился к Иордану, Иоанн, узнав в Нем Мессию, воскликнул: «Мне надобно креститься от Тебя», но Спаситель, безгрешный по Своей природе, не имеющий надобности в духовном очищении, все-таки настоял провести и над ним обряд крещения: «ибо так надлежит нам исполнить всякую правду».

Явление Святой Троицы

И вот Спаситель вступает в воды реки Иордан, в которой люди смывали свои грехи. И во время принятия Крещения к Христу спустился Святой Дух в облике голубя и раздался глас Бога Отца, указавший, что перед ними будущий Спаситель для всего человечества — Христос, Сын Божий. Так

Крещение Господне. Встречаем праздник

“ В этот праздник в полночь все, почерпнув воды, приносят ее домой и хранят во весь год, так как сегодня освящены воды. И происходит явное знамение: эта вода в существе своем не портится от продолжительности времени, но, почерпнутая сегодня, она целый год, а часто два и три года остается неповрежденной и свежей и после столь долгого времени не уступает водам, только что взятым из источников”.

Святитель Иоанн Златоуст (ок. 347-407 гг.)



Благодать освящения подается воде одна и та же, что в Навечерие Богоявления, что в сам праздник Крещения, по одному чину — великим Иорданским освящением, и освященная вода ничем не различается.



исполнилась правда и были явлены всем людям все Три Лица Святой Троицы: Бог Отец гласом с Неба, Бог Сын — Иисус Христос, выходящий из воды, и Бог Дух Святой.

Духовное рождение

Крестясь в Иордане, Спаситель установил таинство Крещения, «освятил естество вод». С этого момента освященная

священником вода стала способной служить средством для освящения людей, средством омытия от первородного греха в таинстве.

Когда мы принимаем Крещение, то это уже не просто снятие грехов, не просто покаяние, не просто обряд, чтобы стать частью Церкви Христовой. Крещение — это особое Таинство с участием Духа Святого, который дарует человеку и свидетельство Божие, и благодать Бо-

«Ко всякой пользе изрядна»

18 января проводится первое водоосвящение в храме, а 19-го — под открытым небом. Освящение воды в эти крещенские дни носит название великой агиасмы, т.е. воды, освященной по чину великого освящения в честь праздника Богоявления. Воду освящают «для того, чтобы она получила благодать избавления, благословение Иорданово, чтобы она была источником нетления, разрешением недугов, очищением душ и телес, освящением домов и «ко всякой пользе изрядна».

Кстати, есть еще малое освящение воды, которое проводится в обычные дни. Эта вода агиасмой не является.

НАШ СЛОВАРИК

Крещение — в переводе с греческого «погружение в воду».

Агиасма — в переводе с греческого это слово обозначает «святыня». В Православии так называют воду, освященную по определенному обряду.

Иордань — народное название купальни, вырезанной в форме креста.



ЗНАЙ И ПОМНИ

Крещенский сочельник и дни праздника

Накануне Крещения соблюдается такой же строгий пост, как и на Рождественский сочельник. В пищу в навечерие разрешается только одно блюдо — сочиво. (Навечерие — преддверие церковного торжества, а второе название — сочельник — связано с традицией варить в этот день пшеничный взвар с медом и изюмом — сочивом). 18 и 19 января совершается великое водосвятие — освящение воды. Праздник Крещения имеет 4 дня предпразднства и 8 дней попразднства. Завершающее богослужение — отдание праздника — проходит 27 января.

Светлана ИВАНОВА. Редакция благодарит священника Дионисия Киндюхина за помощь в подготовке материала

Кем установлено Таинство Крещения?

Таинство Крещения установлено Иисусом Христом незадолго до Его вознесения. Вспомним Евангелие: Христос дал заповедь апостолам сначала научить людей вере, а потом крестить их во имя Святой Троицы (Мф. 18:19).

Я всегда считала, что жизнь – это прямая линия. Поступила в институт, вышла замуж за надёжного человека, родила дочь, построила успешную карьеру.

У нас хорошая квартира в престижном районе, машина, отдых на море, прекрасная дочь Лиза. Могу добавить, что Сергей, мой муж, со всех сторон был человеком правильным. Он помнил о днях рождения наших родителей, чинил сломавшуюся домашнюю технику, водил Лизу на выходные в парк, чтобы дать мне поспать. Словом, мы были идеальной картинкой из глянцевого журнала. И я сама себя в этой картинке почти убедила.

Письмо от тёти Маши

Почти. Но в последние годы по ночам, когда Сергей уже спал ровным, спокойным сном, я лежала и смотрела в потолок. Между нами выросла тихая, незримая стена. Мы говорили о Лизе, о быте, о работе, о погоде. Но не разговаривали друг с другом. Дальше – больше. Например, его привычка громко жевать за завтраком, которую я раньше не замечала, теперь раздражала до зубного скрежета. Мои рассказы о новых креативных кампаниях он слушал рассеянно, уткнувшись в телефон, и в конце концов я перестала ими делиться. Так шел день за днем, месяц за месяцем, год за годом. И мы с мужем стали уже не любящей парой, а соседями по жизни. Идеальными со стороны и пустыми внутри. Сергей, как мне казалось, не хотел бы казаться, не замечал этого отчуждения. А я чувствовала каждую трещину.

Уроки из прошлого



Без любви жить легче.
Но без неё нет смысла.
Лев Толстой

Именно в такой момент на меня свалилось письмо от тети Маши, у которой у каждого лето гостила в детстве у бабушки. Она писала, что старый дом, который принадлежал нашей семье, наконец-то продан, и нужно разобрать мои вещи, оставшиеся на чердаке.

Сергей предложил ко мне в деревню поехать всем вместе, но я резко отказалась. Мне вдруг страшно захотелось побыть одной. Окунуться в прошлое. Где я была не успешной Алисой, а просто Асей, бегущей босиком по росе.

Я ехала на машине, и с каждым километром городской смог тревог и обязанностей словно рассеивался. Воздух становился слаще, и я вспоминала запахи деревенского окрестного леса, скошен-

ной луговой травы. Вот и поворот на проселок, еще пару километров – и я дома. Остановилась на краю деревни, у старого, покосившегося дома. Мое сердечко екнуло. Здесь прошло мое детство, моя юность. Моя первая любовь...

Его звали Максим. Он учил меня ловить рыбу, запускать воздушного змея, целоваться в стог сена, встречать рассветы. А потом я уехала поступать в город, а он остался. Максим сказал, что город – это не для него. Я умоляла его поехать со мной, злилась, плакала. Но он был непоколебим. Мы писали друг другу письма. Прошло несколько месяцев. Он перестал отвечать. Я маялась и переживала, но жизнь, как водится, пошла дальше.

На мосточках у реки

И на пороге своего дома я почему-то опять подумала о Максиме. Сколько лет прошло? Жив ли он? Где он сейчас?..

Тетя Маша обрадовалась мне, накормила пирогами и сразу повела на чердак. Я открыла старый сундук, и тут меня окутали воспоминания. Засохшие гербарии, мои девичьи дневники с наивными переживаниями, любимые зачитанные книги... Я погрузилась в свою юность, забыв о времени. А вечером решила прогуляться по деревне. Потом вышла к реке, к нашему с Максом старому месту. И замерла...

На старом деревянном мостике, спиной ко мне, сидел мужчина и рыбачил.

Широкие плечи, знакомый наклон головы. Сердце заколотилось с безумной силой.

Услышав мои шаги, мужчина обернулся. Время остановилось. Это был он – Максим. Постаревший, с сетью морщин у глаз, но тот самый. Его карие глаза расширились от изумления.

– Ася? – его голос пронзил меня насквозь.

– Максим... – выдохнула я, и ноги стали ватными.

Он вскочил, отбросил удочку. Мы стояли и смотрели друг на друга, два призрака из прошлого, столкнувшиеся в настоящем.

– Неужели это правда ты? Я слышал, что ты должна приехать, но не верил.

Оказалось, он все еще живет здесь. Работает механиком в соседнем городке, но каждый вечер приезжает в родную деревню, в отчий дом. Мы пошли в единственное местное кафе, крошечную избушку с несколькими столиками.

Мы говорили без остановки. Он вспоминал, как я боялась коров, как мы сбежали ночью купаться, как я читала ему свои первые стихи. Он помнил все. Я пила его слова, как умиряющая от жажды. Это было то, чего мне так не хватало. Он смотрел на меня так, будто время отступило. В его глазах читалось обожание, которого я не видела в глазах Сергея уже годы. Я чувствовала себя живой. Живой и желанной.

Он проводил меня до дома тети Маши. Стоя у калитки, в густой деревен-

ской темноте, под несметным количеством звезд, которых не видно в городе, он посмотрел на меня.

– Я всегда жалел, что тогда отпустил тебя, – сказал он тихо. – Вся моя жизнь прошла мимо. Ась, ты была самым ярким, что было в ней.

И он поцеловал меня. Это был не поцелуй уставших супругов. Это был поцелуй из ушедшей молодости и той погасшей мечты.

Встреча или судьба

На следующий день я подумала, что эта встреча с Максимом не случайна. Это судьба, моя судьба. Что все равнодушное и бестолковое, что было со мной в последнее время, теперь позади.

Следующий день мы провели вместе с Максимом. Гуляли, ловили рыбу, варили уху на костре. Он ничего не спрашивал о моей жизни, о муже, о ребенке. И я была благодарна за это. Это был мой побег. Побег в идеальный, но абсолютно бутафорский мир.

Но к вечеру второго дня что-то стало трещать. Мы сидели на крыльце его дома. Он открыл очередную бутылку пива и стал опять жаловаться на свою жизнь. Хотя, как я поняла, он и ничего от нее не требовал и никуда не стремился. Его мир ограничивался деревней, работой и посиделками в деревенском кафе...

АЛИСА
(продолжение следует)

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



Судоку

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

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

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

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

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

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

1 ★★★★★★

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

2 ★★★★★★

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

3 ★★★★★★

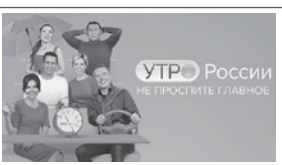
		3				5	7	6
1		7	8					2
	2			3	7			
			1			8	6	3
3	1			7			4	5
9	6	5			3			
			3	1			5	
6					4	2		8
5	8	4				3		

ПЕРВЫЙ

05.00 Телеканал
«Доброе утро»

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!». (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ». (12+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 «Время героев». (16+)
01.10 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1

05.00 Утро
России

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «РАЙСКИЙ». (16+)
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ЛИМИТЧИЦЫ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
1996 год. Такая фабрика переживает тяжёлые времена. Многих сократили, зарплаты не выплачивают месяцами, растёт недовольство. Жизнь трёх подруг, бывших лимитчиц, тоже радикально изменилась.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.15 «РАЙСКИЙ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

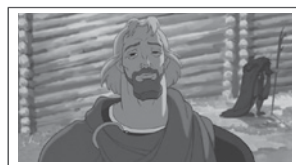
НТВ



22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)

04.45 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
Брагин получает результаты генетической экспертизы и отмечает версию о брате-близнеце Радудова. Это просто очень похожий на него человек...
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.10 «Сегодня»
00.30 «ПАУТИНА». (16+)
03.55 «По следу монстра». (16+)

СТС



12.55 «Князь Владимир». (16+)

06.00 «Отель «У овечек». (0+)
06.25 «Маша и Медведь». (0+)
08.20 «Как приручить монстров». (6+)
09.55 «Как поймай перо жар-птицы». (0+)
11.20 «Крепость: Щитом и мечом». (6+)
12.55 «Князь Владимир». (16+)
14.25 «Царство против разбойников». (6+)
15.50 «УЧИТЕЛЬ ГОДА». (12+)
17.55 «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА». (16+)
20.00 «ВОЛНА». (16+)
22.05 «ТАЙФУН». (16+)
23.45 «РАЗЛОМ». (16+)
01.25 «АВАНГАРД: АРКТИЧЕСКИЕ ВОЛКИ». (16+)
03.00 «ГЕРАКЛ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». (16+)
04.25 «Отель «У овечек». (0+)

ТНТ



21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
09.00 «Выжить в Стамбуле». (16+)
11.30 «САШАТАНЯ». (16+)
21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
23.00 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
Успешная бизнесвумен Виктория всю себя посвятила карьере и вот-вот подпишет крупнейший контракт с инвесторами из ОАЭ. Узнав, что те работают только с семейными, она спешно выдает за жениха подчинённого Романа.
00.50 «ЁЛКИ-ИГОЛКИ». (16+)
Катя - ландшафтный дизайнер. 31 декабря она разовит новогодние елки. Последняя елочка из заказа могла бы стать единственным Катиным гостем на Новый год, но мама полна решимости познакомить дочь с молодым человеком.
02.30 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

05.00 18.00 00.35 04.25
«Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00
«Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 01.30 «Тайны Чапман». (16+)
19.55 «ГРЯЗНЫЕ ИГРЫ». (16+)
22.20 23.30 «ПОДСТАВА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
Николай Гагарин приготовит сырный суп в хлебной тарелке. Вадим Абрамов расскажет, как сделать салат «Панцанелла».
05.50 Пятница News. (16+)
06.20 На ножах. (16+)
08.30 Молодые ножи. (16+)
09.50 Адский шеф. (16+)
12.50 Битва шефов. (16+)
23.10 Секретный артист. (16+)
00.30 Самородки. (16+)
01.50 Пятница News. (16+)
02.20 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.25 «Званый ужин». (16+)
С понедельника по пятницу пять совершенно разных людей ходят друг к другу в гости. Каждый из них имеет одинаковые условия при покупке продуктов и приготовлении ужина из трех блюд.
08.20 «Непыльный вопрос». (16+)
09.15 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
10.20 «Супермама». (16+)
12.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.35 «Дорогая, я забил». (12+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
01.40 «Неотложка». (16+)

ЧЕ!

06.40 «СОЛДАТЫ-3». (16+)
07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
08.30 Улётное видео. (16+)
13.00 Притворщики. (16+)
15.00 Решала. (16+)
18.00 Охотники. (16+)
21.00 Влад решает. (16+)
22.00 Заступники. (16+)
00.45 Опасные связи. (18+)
02.20 Улётное видео. (16+)
03.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
04.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)
04.45 «СОЛДАТЫ-3». (16+)

МИР

05.00 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00
Новости
06.15, 00.10, 03.25 Наше кино. (16+)
07.30 «ТАЙНА ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (16+)
09.25, 10.20 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯ». (16+)
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
12.30 Понять. Простить (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
14.10, 15.05, 16.15, 18.20
Дела судебные. (16+)
18.00 Вместе каждый день
20.30 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)
22.05 Игра в кино. (16+)
23.30 Миллион за 5 минут. (16+)
01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10
18.20 Отражение
11.00 23.50 «НИКА». (16+)
11.45 «На приеме у главного врача». (12+)
15.15 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
16.30 05.05 «Большая страна». (12+)
17.00 «Формула здоровья». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «13 КЛИНИЧЕСКАЯ: НАЧАЛО». (16+)
22.15 «ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ». (12+)
00.40 «Моя история». (16+)
01.20 «Свет и тени». (16+)

ПОБЕДА

04.20 «Путь к Победе». (16+)
05.20 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
История простого сапера и его собаки в годы Великой Отечественной войны.
06.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
08.00 «ЖУРОВ». (16+)
10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
14.00 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
Продолжение грандиозной военной драмы «Истребители» о подвиге летчиков военной авиации времен Великой Отечественной войны, о дружбе, крепленной кровью, мужестве и настоящей любви.
01.30 «КАДИШ». (16+)
03.00 «КАДЕТ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Бодо Бородо», «Майло», «Буба». (6+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Беби Борн». (0+)
Встречайте малышку Эмму и её плюшевого медвежонка Тедди! Вместе с друзьями они каждый день превращают обычные игры в невероятные приключения с помощью своей фантазии.
07.40 «Край Бебис». (0+)
07.45 «Лунтик». (0+)
09.30 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
09.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.30 «Диностер». (6+)
11.45 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
12.00 «Турбозавры». (0+)
13.35 «Карбот». (6+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.40 «Буба». (6+)
16.40 «ЛОЛ Сюрприз». (6+)
16.50 «Сказочный патруль». (0+)
18.50 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Маша и Медведь». (0+)
22.45 «Дикие скричеры!» (6+)
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
23.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.15 «Смешарики». (0+)
Истории о дружбе и приключениях обаятельных круглых героев.
02.55 «Умка». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
07.15 «Маша и Медведь». (0+)
08.30 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
09.30 «Барбоскины». (0+)
10.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
10.30 «Фиксики. Новенькие». (0+)
11.50 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.00 «Кошечки-собачки». (0+)
14.00 «Маша и Медведь». (0+)
15.00 «Геройчики». (0+)
16.00 Время малышей. (0+)
17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.15 «Дракоша Тоша». (0+)
18.50 «Лунтик». (0+)
Это добрый мультфильм про необычное существо, родившееся на Луне и попавшее на Землю. Он встречает несколько лесных обитателей, которые становятся его лучшими друзьями...
19.25 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Сказочный патруль». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.25 «Фиксики. Новенькие». (0+)
22.25 «Буба». (6+)
23.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)
00.00 «Лунтик». (0+)
00.30 «Барбоскины». (0+)
01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
02.10 «Планета Ай». (0+)
02.50 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
04.20 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Гений Рима. (12+)
01.00 Две судьбы маршала Худякова. (12+)
02.00, 05.40, 09.50, 13.40, 17.35, 21.45 Легенды науки. (12+)
02.30, 22.45 Семь дней истории. (12+)
02.40 День Памяти. (12+)
03.25 Позыной «Царь». (16+)
04.00 Это подкаст. История. (12+)
04.55 Карим Хакимов: Советский паша. (12+)
06.15, 18.10, 20.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)
07.05, 10.30, 15.00 Пётр I Великий. (12+)
08.00 Революция LIVE: #завашинуашусвободу. (12+)
08.50 Адмирал Исаков. (12+)
10.20 Обыкновенная История. (6+)
12.00 «ЕКАТЕРИНА ВЕЛИКАЯ». (12+)
12.35 Хлеб, «Север» и кобальт. (12+)
14.15 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
14.30 Иван Граве. Я не был заурядным генералом. (12+)
16.00 Георгий - Победонос. (16+)
16.50 Освоение Крыма. (12+)
19.00 Дело Романовых. Следствием установления... (12+)
20.50 Забытые войны России: Походы Святослава. (12+)
22.15 Народный фронт Победы: Московский цирк. (12+)
22.55 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)

VJU HISTORY

06.00 Перл-Харбор. (16+)
07.00 Римские мегастроения. (12+)
07.55, 08.45 Поезда, которые изменили мир. (16+)
09.30 Семь главных пирамид Древнего Египта. (12+)
10.30 Саккара: тайные иероглифы пирамид. (6+)
11.30 О чём пели The Beatles. (16+)
12.25 Король-предатель. (16+)
13.15 Эпоха Дианы: 1970-е годы. (16+)
14.10 Проект НЛО: Рассекречено. (16+)
15.00, 15.40 Загадки планеты Земля. (16+)
16.25, 17.10 Поезда, которые изменили мир. (16+)
18.00 Призрак из Каменного века. (12+)
19.00 Неандертальцы против хомо сапиенс. (12+)
21.45, 22.35, 05.15 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)
23.25, 00.15 Загадки планеты Земля. (16+)
00.55 Семь главных пирамид Древнего Египта. (12+)
01.50 Саккара: тайные иероглифы пирамид. (6+)
02.45 О чём пели The Beatles. (16+)
03.35 Король-предатель. (16+)
04.25 Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 06.45, 23.35, 00.20
Без обид. Александр Ширвиндт. (12+)
07.35, 01.15 Леди Сапиенс. (12+)
08.35, 02.05 Русские тайны. XX век. Украина. Невыдуманные истории. (12+)
09.25 Досье Тутанхамона. (12+)
10.15 Иван Великий. Возвращение государя. (12+)
11.15 Версаль - цена величия. (12+)
12.15 Юрий Соломин. Власть таланта. (12+)
13.05 Глубинные механизмы истории. Возникновение цивилизаций. (12+)
14.00 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)
14.50, 15.50 Ваза. Корабль-призрак. Галеон, спасённый из небытия. (12+)
16.50, 02.55 Мир накануне катастрофы. XX век. Гиена Европы. (16+)
17.45, 03.40 Мир накануне катастрофы. XX век. Странная война. (16+)
18.35, 04.30 Анатомия любви. Эва, Пола и Беата. (12+)
19.20 Фрунзик Мкртчян. История одиночества. (12+)
20.10 Союзники Третьего рейха. Западная Европа. (12+)
21.00, 05.15 Великий и ужасный Жук. (12+)
21.50 Экстрасенс смеха. Семён Альтов. (12+)
22.40 Вожди народов. Бенито Муссолини. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



20.05 Правила жизни

07.15 Черные дыры. Белые пятна
07.55 «Невский ковчег»
08.25 22.15 «МЕГРЭ»
10.15 Наблюдатель
11.10 01.00 «XX век»
11.45 «Доживем до понедельника»
13.00 «Колонна для Императора»
13.50 «Острова»
14.30 «КАПИТАН НЕМО»
15.45 «Вся красота в прямой линии»
16.30 «Передвижники»
17.15 Кристальные истории
17.35 Мастера российской концертной сцены
18.30 Рассказы из русской истории
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Больше, чем любовь
21.35 Сати. Нескучная классика...
00.10 «Таинственные города мая»

ТВЦ



13.45 «Мой герой». (12+)

06.00 «Настроение»
08.15 05.30 «Смех, дрожь и видео». (16+)
08.50 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
10.50 00.30 «Петровка, 38». (16+)
11.00 «Городское собрание». (12+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 02.45 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ДИКАЯ РОЗА». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: ОДЕРЖИМОСТЬ». (12+)
16.55 «Актёрские драмы». (16+)
18.10 «ЗАГОВОР НЕБЕС». (12+)
22.35 «10 самых...». (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.45 «Настоящий детектив». (16+)

3 ТВ-3



01.00 Кадони шоу. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.45 «Слепая». (16+)
09.45 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
Известный адвокат Виктор Тарасов, отец Николая, всегда выступал против работы сына в милиции. Каково же было удивление Коли, когда родитель начал живо интересоваться карьерой сына: он познакомился с Зиминой и даже предложил ей помощь в получении адвокатской лицензии.
23.15 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+)
Эллиот отправляется в джунгли Амазонки на поиски индейского племени. Он считает, что люди там добрые, а место, где они живут, - настоящий рай.
01.00 Кадони шоу. (16+)
01.45 Экстра такси. (16+)
02.15 Знаки судьбы. (16+)

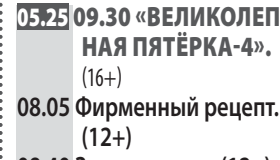
ДОМАШНИЙ



14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)

06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 04.45 Давай разведёмся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 00.30 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ». (16+)
19.00 «РОКОВАЯ ПОДМЕНА». (16+)
23.25 «Понять. Простить». (16+)
01.25 «Знахарка». (16+)
01.50 «Верну любимого». (16+)
02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.45 Тест на отцовство. (16+)
04.25 «6 кадров». (16+)

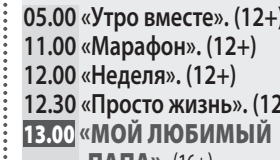
5 5-Й КАНАЛ



05.25 09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)

08.05 Фирменный рецепт. (12+)
08.40 Знание - сила. (12+)
09.00 13.00 Известия. (16+)
09.35 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
14.20 «СЛЕД». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
ЗВЕЗДА
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 «Перелом». (16+)
11.30 13.25 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)
13.55 15.05 17.15 03.35 «ЖУКОВ». (16+)
18.50 «Специальный репортаж». (16+)
20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)
00.55 «БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 «Марафон». (12+)
12.00 «Неделя». (12+)
12.30 «Просто жизнь». (12+)
13.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». (16+)
13.45 «Здоровый интерес». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (16+)
15.45 «Специальный репортаж». (12+)
16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
17.15 «Содружество «Донбасс». (12+)
17.30 «Собрание сочинений». (12+)
17.45 «Территория успеха». (12+)
18.15 «Современники». (12+)
18.45 22.45 01.45 «Полицейский вестник». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
22.00 01.30 «Спортивная семья». (12+)
22.15 03.00 «Адрес истории». (12+)
23.00 «ВЕСНА». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 10.00
10.00 12.55 15.30 Новости
10.10 Лица страны. (12+)
10.30 Спортивный дайджест. (16+)
11.35 22.00 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция
12.35 Специальный репортаж. (12+)
13.00 Есть тема! Прямая трансляция
14.25 Лыжная страна. (12+)
15.00 «Лига в лицах». (12+)
15.35 Громко. Прямая трансляция
16.55 «Флойд Мейвезер». (16+)
18.05 Бокс. Дж. Лейн - Д. Пейг. Bare Knuckle FC. Трансляция из США. (16+)
19.15 Хоккей. СКА (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Минск). Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
22.35 Футбол. «Лацио» - «Комо». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
01.55 Скелетон. Кубок мира. Мужчины. (6+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 10.00
10.00 20.45 04.00 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
10.30 Лыжная страна. (12+)
11.00 13.10 16.20 19.15 Новости. (0+)
11.05 23.55 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
12.10 01.00 Биатлон. Кубок России. (6+)
13.15 Сюрплиз. (12+)
13.45 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
15.35 География спорта. (12+)
16.00 22.20 Спецрепортаж. (12+)
16.25 Спорт, который есть. (12+)
16.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
18.40 «Взойди на свой Олимп». (12+)
19.20 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
21.10 Громко. (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
02.00 Футзал. Суперлига. (6+)
03.45 Небесная грация. (6+)
04.25 Смешанные единоборства. (16+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 Тор чарт Европы плюс. (16+)
07.00 Музэнерго. (16+)
08.25 PRO-новости. (16+)
09.00 Звезды о звездах. (16+)
10.00 Плейлист | Зима. (16+)
11.30 Топ-30. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.30 Лига свежих клипов. (16+)

16.00 Звезды с приветом. (16+)
17.00 Юмор FM чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 10 самых! (16+)
18.55 Плейлист | Зима. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 Пельмени мне, пельменей! (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Топ-30. (16+)
00.30 Плейлист | Зима. (16+)
01.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000

06.00 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (16+)
07.45 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (16+)
09.50 10.45 11.45 12.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
13.40 «БАЛЛИСТИКА: ЭКС ПРОТИВ СИБЕР». (16+)
15.15 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (16+)
17.00 17.45 «БИБЛИОТЕКАРИ». (16+)
18.40 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
20.50 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
22.50 23.45 00.50 01.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
02.30 «АНЖЕЛИКА, МАРКИЗА АНГЕЛОВ». (16+)
04.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ АНЖЕЛИКА». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Пин-код», «Смешарики», «Три кота». Мультисериалы. (6+)
08.45 «ВОДИТЕЛЬ-ОЛИГАРХ». (16+)
10.20 «ТУР С ИВАНУШКАМИ». (16+)
12.25 «ЛОТЕРЕЯ». (16+)
14.15 «ДРАКУЛОВ». (16+)
15.50 «БАБКИ». (16+)
17.00 18.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 2: АДВОКАТ». (16+)
19.00 «БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
21.00 «ЗА ПАЛЫЧА!». (16+)
22.40 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
00.05 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
01.45 «ДЕВУШКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ». (16+)
03.10 «ДЖЕНТЛЬМЭНЫ, УДАЧИ!». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.20 «КИЛЛЕР В ОТСТАВКЕ». (18+)
02.55 «ДМБ». (16+)
04.30 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
08.55 «ЗА ПАЛЫЧА!». (12+)
10.45 «ДРАКУЛОВ». (16+)
12.20 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». (18+)
14.10 «ТАКСИ». (16+)
15.50 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
17.40 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
19.30 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
21.35 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.05 «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ». (16+)
07.05 Мультфильмы. (0+)
08.40 «ПОЛУСТАНОК». (16+)
09.55 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+)
11.20 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)
12.40 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТАТ». (16+)
15.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)
18.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
20.00 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (16+)
22.00 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (16+)
23.35 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)

VIJU TV1000 ACTION VIJU TV1000 ACTION

05.30 «ВЫХОДА НЕТ». (16+)
07.05 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+)
09.00 «НОЙ». (16+)
11.25 «ЗАМЕРЗШИЕ». (16+)
13.05 «ПАДЕНИЕ ИМПЕРИИ». (16+)
14.55 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)
17.05 «КРАСНЫЕ ОГНИ». (16+)
19.05 «ОХОТНИК НА УБИЙЦ». (16+)
20.50 «МЁРЗЛАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
Детективный триллер, США, Великобритания, Германия, 2011 г.
22.40 «ЭКСТРАСЕНСЫ». (16+)
Криминальный мистический триллер, США, 2015 г.
00.20 «МИЗАНТРОП». (16+)
Криминальный триллер, США, Канада, 2022 г.
02.15 «ВОЛНА». (16+)
03.55 «РАЗЛОМ». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

05.25 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
06.35 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
08.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
10.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.10 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 Вечер вместе. «ПРИЗРАК». (16+)
00.40 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.20 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
Россия, 2020 г. В ролях: Светлана Ходченкова, Иван Колесников
03.45 «НЕФУТБОЛ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

05.00, 14.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
13.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
18.15 «Буба». Мультсериал. (0+)
21.00 «Приключения Пети и Волка». Мультсериал. (12+)
22.00 «КЛОН». (16+)
22.50, 23.20 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
23.50 Суббота News. (16+)
00.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
01.00 «ЧЕРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
02.00, 02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.30 «Приключения Пети и Волка». (12+)
04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

СТС LOVE СТС LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
10.00 «РАНЕТКИ». (16+)
Папа Леры одобряет нового кавалера дочери. Степов собирается на свидание, но неожиданная новость заставляет его отменить встречу. Концерт «Ранетки» находится на грани срыва. Вадим пытается помешать выступлению девочек, однако Матвею и Платону удается остановить его.
14.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
17.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
20.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.35 «МАРГОША». (16+)
03.55 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС

05.00, 07.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.30 Лето Господне. Крещение Господне. (6+)
14.20 «ЛЕГКАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
СССР, 1964 г.
16.10 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.10 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 1 серия. (0+)
СССР, 1986 г.
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводами). (0+)
19.30 «Бесогоны». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

20.20 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводами). (12+)
21.20 Херсонес. Родина нашей Родины. (12+)
22.20 Поле битвы. (16+)
22.50 Прямая линия жизни. (16+)
23.50 День Патриарха. (0+)
00.00 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.55 Паломница. (12+)
02.05 Духовный маяк на Филенте. Крымский Форпост Святого Георгия. (0+)
02.45 Поле битвы. (16+)
03.15 В поисках Бога. (12+)
03.40 Профессор Осипов. (0+)
04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводами). (12+)

Православный календарь

19 января
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Святое Богоявление. Крещение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа.



Преставление свт. Феодана, Затворника Вышенского.
Поста нет.

«Крещение Господа названо Богоявлением, потому что в нем так зримо явил Себя Единый истинный Бог, поклоняемый в Троице; Бог Отец – глаголом с неба, воплотившийся Бог Сын – Крещением, Бог Дух Святой – нисшествием на Крещаемого».
Свт. Феодан Затворник

ПЕРВЫЙ



15.15 «Давай поженимся!» (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ». (12+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости

РОССИЯ 1



09.55 О самом главном. (12+)

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «РАЙСКИЙ». (16+)
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ЛИМИТЧИЦЫ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
Маша в секрете от мужа отправляется к врачу. Тем временем у Лёши первый рабочий день на рынке. Он торгует модной обувью, но Нина распекает его за отсутствие вкуса, плохое обслуживание и просит скидку...
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.15 «РАЙСКИЙ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

НТВ



22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)

04.40 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
В Петербурге появляется Елена Литвинова, которая претендует на имущество Радулова. Она купила его торговый центр, которым управляет Лентяй...
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.10 «Сегодня»
00.30 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
01.10 «ПАУТИНА». (16+)

СТС



06.30 «Маша и Медведь». (0+)

06.00 «Отель «У овечек». (0+)
06.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «ЛОХМАТЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
10.50 «ПУШИСТАЯ ФОРТУНА». (12+)
12.35 «ЛЕССИ - ЛОХМАТЫЙ ДЕТЕКТИВ». (6+)
14.20 «КОРОЛЕВСКАЯ НЯНЯ». (12+)
16.05 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
Пиратская семья Мушкетонов переезжает в скучный Лэндсборо. Горожане не слишком рады новым соседям. Майкл и его новый друг-пират Билли пытаются найти общий язык с семьёй. Но тут в город приезжает злостный враг Мушкетонов - Кривой Корнелиус.
17.55 «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА». (16+)
20.00 «ВЫШКА». (16+)
22.10 «ФУКУСИМА». (16+)
00.30 «НОЙ». (16+)
02.35 «ТАЙФУН». (16+)
03.45 «Отель «У овечек». (0+)

ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
23.00 «МЭР ПОНЕВОЛЕ». (16+)
Мэр города Николай Николаевич впадает в кому, и его заместителем становится Катерина Петровна, бывшая текила-герл, решившая наслаждаться жизнью. Однако встреча с молодым врачом Сергеем вдохновляет её активно работать над преобразованием провинциального города.
00.55 «СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО». (18+)
Профессиональный киллер, работающий на ЦРУ и получающий приказы исключительно через зашифрованные послания в различных газетах, внезапно узнает, что его подразделение было расформировано много лет назад.
02.40 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



06.00 «С бодрым утром!» (16+)

05.00 18.00 00.30 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «100 вопросов обо всем». (16+)
17.00 01.25 «Тайны Чапман». (16+)
19.55 «К ЗВЁЗДАМ». (16+)
22.10 23.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
06.20 Гастротур. (16+)
07.10 На ножах. (16+)
09.30 Молодые ножи. (16+)
10.40 Адский шеф. (16+)
13.10 Черный список. На кухне. (16+)
19.00 Что я надела. (16+)
21.00 Черный список. (16+)
23.00 Секретный артист. (16+)
00.20 Самородки. (16+)
01.40 Пятница News. (16+)
02.20 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.25 «Званый ужин». (16+)
08.20 «Непильный вопрос». (16+)
09.15 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
Детективы агентства «Тайная жизнь» Володя и Саша раскрывают загадочные дела: от невидимого вора и мистической сыроварни до покушения на современного Наполеона.
10.20 «Супермама». (16+)
12.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.30 «Чад из ада». (12+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00

ЧЕ!

06.15 «СОЛДАТЫ-3». (16+)
08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
13.00 Притворщики. (16+)
Реалити-расследование Влада Чижова о людях, которые выдают себя за тех, кем не являются на самом деле.
15.00 Решала. (16+)
18.00 Охотники. (16+)
21.00 Влад решает. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.20 Улётное видео. (16+)
03.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
04.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)

МИР

05.00, 06.15, 10.10 «КО-МИССАРША». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости
12.30 Понять. Простить. (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
14.10, 15.05, 16.15, 18.20 Дела судебные. (16+)
18.00 Вместе каждый день
20.30 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН». (16+)
22.05 Игра в кино. (16+)
23.30 Миллион за 5 минут. (16+)
00.10 Наше кино. История большой любви. (16+)
01.00 Первый Евразийский канал. (12+)
02.00 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (16+)
Мелодрама, комедия
03.30 «ВЕСНА». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТРАЖЕНИЕ
11.00 23.50 «НИКА». (16+)
11.45 «На приеме у главного врача» с Марьяной Лысенко. (12+)
15.15 «ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ». (12+)
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.15 «Вечер вместе». (12+)
20.45 «13 КЛИНИЧЕСКАЯ: НАЧАЛО». (16+)
22.15 «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД». (12+)
00.40 «Преодоление». (12+)
01.20 «Свет и тени». (16+)

ПОБЕДА

04.40 «Путь к Победе». (16+)
05.40 «ТРЕНЕР». (16+)
08.00 «ЖУРОВ». (16+)
10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
14.00 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
Сериал. Россия, 2019 г. Шпионский боевик о противостоянии секретной разведслужбы СССР и Третьего Рейха в годы Великой Отечественной войны. В центре сюжета - судьба сотрудника НКВД Георгия Волкова, который ведёт ожесточённую борьбу со своим заклятым врагом - майором Аверера Конрадом фон Бютцовом.
00.30 «ВЫСОТА 89». (16+)
02.20 «ДВА ФЁДОРА». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Бодо Бородо», «Майло», «Буба». (6+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Беби Борн». (0+)
07.40 «Край Бебис». (0+)
07.45 «Лунтик». (0+)
09.30 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
09.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.30 «Диностер». (6+)
11.45 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
12.00 «Турбозавры». (0+)
13.35 «Карбот». (6+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.40 «Буба». (6+)
16.40 «ЛОЛ Сюрприз». (6+)
16.50 «Сказочный патруль». (0+)
18.50 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
Мастер Витя - юный, но уже гениальный мальчик-инженер, который вместе со своим роботом Мотором и талантливыми друзьями помогает решать проблемы дружелюбных жителей Вауграда, используя невероятные крутые гаджеты, смекалку и воображение!
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Маша и Медведь». (0+)
22.45 «Дикие скричеры!» (6+)
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
23.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.15 «Смешарики». (0+)
02.55 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
07.15 «Маша и Медведь». (0+)
08.30 «Катя и Эф. Куда угодно-дверь». (0+)
09.30 «Барбоскины». (0+)
10.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
10.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
11.50 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.00 «Кошечки-собачки». (0+)
14.00 «Маша и Медведь». (0+)
15.00 «Геройчики». (0+)
Мальчик Рома очень любит играть, поэтому в его комнате полным-полно разных игрушек. Кого здесь только нет: и инопланетянин Бублик, и петух-танючка Ко-Ко, и ящерица-самурай О-Раш, и милая куколка Пинки, и воинственный плюшевый заяц Генерал Де-Кроль...
16.00 Время малышей. (0+)
17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.15 «Дракоша Тоша». (0+)
18.50 «Лунтик». (0+)
19.25 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Сказочный патруль». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.25 «Фиксики. Новенькие». (0+)
22.25 «Буба». (6+)
23.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)
00.00 «Лунтик». (0+)
00.30 «Барбоскины». (0+)
01.00 Профилактика на канале с 01.00 до 10.00

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Это подкаст. История: Юзеф Ретингер: польско-британский след в конструкции послевоенной Европы. (12+)
00.55 Карим Хакимов. (12+)
01.40, 05.50, 09.40, 13.35, 17.45, 21.45 Легенды науки. (12+)
02.15, 14.10, 16.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)
03.05, 06.30, 11.00 Пётр I Великий. (12+)
04.00 Революция LIVE: #завашинуашувольную. (12+)
04.50 Адмирал Исаков. (12+)
06.20 Обыкновенная История. (6+)
08.00 «ЕКАТЕРИНА ВЕЛИКАЯ». (12+)
08.35 Хлеб, «Север» и кобальт. (12+)
10.15 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
10.30 Иван Граве. Я не был заурядным генералом. (12+)
12.00 Георгий - Победоносец. (16+)
12.50 Освоение Крыма. (12+)
15.00 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+)
16.50 Забытые войны России. (12+)
18.15, 22.15 Народный фронт Победы. (12+)
18.45 Семь дней истории. (12+)
18.55 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)
20.00, 20.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
22.50 Сквозь времена. (12+)
23.25 Боги войны. (16+)

VJH HISTORY

06.00 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)
06.55 Мдина, Мальта. (12+)
07.20 Римские мегастроения. (12+)
08.20, 09.05 Поезда, которые изменили мир. (16+)
09.55 Призрак из Каменного века. (12+)
10.55 Неандертальцы против хомо сапиенс. (12+)
11.50, 12.40 Исторические убийства. (16+)
13.30 Эпоха Дианы: 1980-е годы. (16+)
14.20 Проект НЛО: Рассекречено: Прикрытие Белого дома. (16+)
15.05, 15.55 Загадки планеты Земля. (16+)
16.40, 17.30 Легендарные австы. (16+)
18.15, 19.10 Территория тамплиеров. (16+)
20.00, 20.50 Исторические убийства. (16+)
21.45, 22.35 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)
23.25, 00.10 Загадки планеты Земля. (16+)
00.50 Призрак из Каменного века. (12+)
01.45 Неандертальцы против хомо сапиенс. (12+)
02.40, 03.25 Исторические убийства. (16+)
04.10 Путеводитель Пути-фара. (16+)
05.15 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 23.25 Досье Тутанхамона. (12+)
06.45, 00.15 Иван Великий. Возвращение государя. (12+)
07.45 Версаль - цена величия. (12+)
08.45, 01.15 Юрий Соломин. Власть таланта. (12+)
09.35 Глубинные механизмы истории. Возникновение цивилизаций. (12+)
10.25 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)
11.20, 12.20 Ваза. Корабль-призрак. Галеон, спасённый из небытия. (12+)
13.20 Мир накануне катастрофы. XX век. Гиена Европы. (16+)
14.10 Мир накануне катастрофы. XX век. Странная война. (16+)
14.55 Анатомия любви. Эва, Пола и Беата. (12+)
15.45 Фрунзик Мкртчян. История одиночества. (12+)
16.35 Союзники Третьего рейха. Западная Европа. (12+)
17.25 Великий и ужасный Жук. (12+)
18.15 Экстрасенс смеха. Семён Альтов. (12+)
19.05 Вожди народов. Бенито Муссолини. (12+)
19.55, 20.45 Без обид. Александр Ширвиндт. (12+)
21.35 Леди Сапиенс. (12+)
22.35 Русские тайны. XX век. Украина. Невыдуманные истории. (12+)
02.00 Профилактика с 02.00 до 10.00

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



15.45 Сати. Нескучная классика...

06.30 Диалоги о животных
07.20 13.00 00.10 «Таинственные города майя»
08.25 22.15 «МЕГРЭ»
10.00 12.30 17.00 19.30 23.55
Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.00 «XX век»
12.45 Новости. Книги
13.50 «Николай Голованов.
Главный дирижер Советского Союза»
14.30 «КАПИТАН НЕМО»
15.45 Сати. Нескучная классика...
16.30 «Коллекция»
17.15 «Жил-был царь»
17.45 Мастера российской концертной сцены
18.15 «Роман в камне»
18.45 Семинар
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Искусственный отбор
21.30 Белая студия
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 09.59

ТВЦ ТВЦ



22.35 «Закон и порядок». (16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ
УБИЙСТВА». (12+)
10.35 04.15 «Олег Басилашвили. Переиграть судьбу». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 02.50 «СЕЛЬСКИЙ
ДЕТЕКТИВ: КОНУС
ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ:
ВЗРЫВ». (12+)
16.55 «Актёрские драмы.
Бремя славы». (16+)
18.10 «СМЕРТЬ НЕ ТАНЦУЕТ
ОДНА». (12+)
22.35 «Закон и порядок». (16+)
23.05 «Лишние дети звёзд». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Тайная комната». (16+)

3 ТВ-3



18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.45 «Слепая». (16+)
09.45 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
Майские праздники обещали пройти весело и беззаботно: Глухарёв и Антошин отправились за город на пикник. Правда, накануне к Сергею на стол легли заявления от двух обиженных женщин: у Розы угнали машину, а у Марины бывший муж украл все деньги.
23.15 «ФЛИРТ С ДЬВЯЛОМ». (18+)
США, 2021 г.
Случайная встреча молодого миллионера и красавицы официантки в супермаркете оказывается не случайной. Но об этом мужчина догадается не сразу. Он хорош собой, обладает баснословным состоянием...
01.00 Знаки судьбы. (16+)

ДОМАШНИЙ



13.35 «Верну любимого». (16+)

06.30 05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.30 04.35 Давай разведёмся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)
10.45 «Понять. Простить». (16+)
11.55 00.30 «Порча». (16+)
13.00 «Знахарка». (16+)
13.35 «Верну любимого». (16+)
14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.45 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ». (16+)
19.00 «ВТОРАЯ ЖИЗНЬ ВЕРЫ». (16+)
23.25 «Понять. Простить». (16+)
01.25 «Знахарка». (16+)
01.50 «Верну любимого». (16+)
02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.45 Тест на отцовство. (16+)
04.25 «6 кадров». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 Известия. (16+)
05.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
08.25 Страна советов. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
09.35 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
14.20 «СЛЕД». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
11.35 13.25 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)
13.55 15.05 17.15 03.35 «ЖУКОВ». (16+)
20.10 «Улика из прошлого». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
00.55 «ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 03.30 «Такие разные». (12+)
12.00 «Адрес истории». (12+)
12.30 01.15 «Документальное кино». (12+)
13.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». (16+)
13.45 «Собрание сочинений». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (16+)
15.45 01.45 «Спортивная семья». (12+)
16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
17.15 «Полицейский вестник». (12+)
17.30 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Специальный репортаж». (12+)
18.15 «Эксперт». (12+)
18.30 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 03.00 «От 7 до 17». (12+)
20.30 22.30 04.30 «Футбол губернии». (12+)
23.00 «КРЕСТОВЫЙ ПОХОД В ДЖИНСАХ». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

06.00 15.00 «Лига в лицах». (12+)
06.30 Бiatлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
07.00 09.00 12.55 15.30 Новости
07.05 11.35 15.35 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
09.25 «Команда мечты». (12+)
10.30 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура. (6+)
13.00 Есть тема! Прямая трансляция
14.25 «Человек из футбола. Дмитрий Хохлов». (12+)
16.55 «Новак Джокович. Только победа». (12+)
18.05 Смешанные единоборства. (16+)
19.15 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
22.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
00.45 «Флойд Мейвезер». (16+)
01.55 Бобслей. Кубок мира. Двойки. Мужчины. (6+)

06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.50 «Лучшая лига мира». (12+)
08.20 Громко. (12+)
09.25 «Корона спортивной империи. Лидия Иванова». (12+)
11.00 13.10 16.20 18.50 Новости. (0+)
11.05 23.55 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
12.10 01.00 Бiatлон. Кубок России. (6+)
13.15 21.25 Бiatлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
13.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
15.35 21.55 «бхб». (12+)
16.45 Смешанные единоборства. (16+)
18.25 Сюрплас. (12+)
18.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Прямая трансляция
20.55 04.00 Лыжная страна. (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
02.00 Футзал. Суперлига. (6+)
03.45 «Страна спортивная». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
07.00 Звёзды на утро. (16+)
08.00 Музэнерго. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 Плейлист | Зима. (16+)
11.30 10 самых. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Прогноз по году. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)
16.00 Моя волна. (16+)
17.00 Русский чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 10 самых! (16+)
18.55 Плейлист | Зима. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 Страшно? Интересно! (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Короли чартов. (16+)
23.00 Лихие хиты. (16+)
00.00 Наше. (16+)
01.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000 **VIJU TV1000 РУССКОЕ** **VIJU TV1000 ACTION** **суббота! СУББОТА!**

06.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТЕД-ДИ». (6+)
07.10 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
09.25, 10.25, 11.20, 12.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
13.20 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
15.35 «РЫЖАЯ СОНЯ». (16+)
17.15, 18.00 «БИБЛИОТЕКАРИ». (16+)
18.55 «МОЙ СОЗДАТЕЛЬ». (16+)
20.45 «МОЙ СОЗДАТЕЛЬ». (16+)
22.45, 23.40, 00.45, 01.30 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
02.25 «АНЖЕЛИКА И КОРОЛЬ». (16+)
04.05 «НЕУКРОТИМАЯ АНЖЕЛИКА». (16+)
05.25 «НОЧЬ В МАГАЗИНЕ УЖАСТИКОВ». (16+)

05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Пин-код», «Смешарики», «Три кота». Мультисериалы. (6+)
08.25 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
09.50 «БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
11.45 «ЗА ПАЛЫЧА!». (16+)
13.25 «ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА». (16+)
15.15 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ». (16+)
17.00, 18.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 2: АДВОКАТ». (16+)
19.00 «ДИКАЯ». (16+)
21.00 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (16+)
22.30 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
00.00, 01.40 «БЕГИ!». (16+)
03.10 «АНТИБУМЕР». (16+)
04.20 «Дикие лебеди», «Серебряное копытце». (6+)

05.35 «ТУННЁЛЬ: ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (16+)
07.10 «СИНЯЯ БЕЗДНА». (16+)
08.45 «СИНЯЯ БЕЗДНА 2». (16+)
10.15 «КРАСНЫЕ ОГНИ». (16+)
12.15 «ЭКСТРАСЕНС 2: ЛАБИРИНТЫ РАЗУМА». (16+)
13.55 «МЕРЗЛАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
15.40 «ОХОТНИК НА УБИЙЦ». (16+)
17.25 «МАКС СТИЛ». (16+)
19.05 «МИССИЯ «НЛО». (16+)
21.10 «РУБИКОН». (16+)
23.10 «ДИТЯ ОСИРИСА». (16+)
00.50, 02.20 «АЛАКАТИЧСКАЯ ВОЙНА». (16+)
03.45 «ДЕНЬ ТРИФОИДОВ». (16+)

05.00, 10.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультисериалы. (0+)
09.40 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
18.00 «Свинка Пеппа». Мультсериал. (0+)
21.00 «Приключения Пети и Волка». Мультсериал. (12+)
22.00 «КЛОН». (16+)
23.00, 23.20 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
23.55 Суббота News. (16+)
00.00, 01.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.00, 02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ** **ДОМ КИНО** **СТС LOVE**

00.50 «БАТЯ 2. ДЕД». (12+)
03.05 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
05.00, 05.25, 05.55, 06.25, 06.55, 07.25, 07.50 «РАЗВОД ПО РАСЧЕТУ». (16+)
08.20 «СЕРДЦЕЕДКИ». (18+)
10.40 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
12.15 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)
13.50 «ТАКСИ 2». (16+)
15.25 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
17.30 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
19.30 «МАЛЕНЬКИЙ ШЕФ». (6+)
20.55 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
22.30 «ЖЕНИХ». (16+)

06.40 Мультфильмы. (0+)
07.10 «Приключения пингвинки Лоло». Мультсериал. (6+)
08.45 «ДЕВЧАТА». (16+)
10.25 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (16+)
11.45 «У ТИХОЙ ПРИСТАНИ...» (16+)
13.00 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (16+)
14.50 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ШУКИ». (16+)
16.40 «МИМИНО». (16+)
18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
20.10 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (16+)
22.00 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
23.50 «НЕБЕСА ОБЕТОВАНЫ». (18+)

05.10 «Три богатыря: Ход конём». Мультфильм. (6+)
06.25 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)
08.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
10.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.10 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 «НАПАРНИК». (16+)
00.10 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.55 «ПИРАММИДА». (16+)
Россия, 2011 г. В ролях: Алексей Серебряков, Фёдор Бондарчук, Пётр Фёдоров, Екатерина Вилкова
03.40 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
10.00 «РАНЕТКИ». (16+)
14.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
Любвеобильный Антонов попадает в крайне затруднительное положение. Его брак под угрозой. И только находчивость Людмилы помогает исправить ситуацию...
17.10 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
Семейство Ивановых готовится к свадьбе Даниила и Яны...
20.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.45 «МАРГОША». (16+)
04.05 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Херсонес. Родина нашей Родины. (12+)
12.00 День Патриарха. (0+)
12.10 Монастырская кухня. (0+)
12.40 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (12+)
14.35 «ДЕРЕВЬЯ НА АСФАЛЬТЕ». (12+)
16.10 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.10 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 2 серия. (0+)
18.30 Вечер на СПАСЕ (с субтитрами). (0+)

19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.35, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с субтитрами). (12+)
21.35, 01.45 День Ангела: Мученик Або Тбилисский. (0+)
22.10, 02.15 Донбасс. Мама, когда ты меня заберешь? (16+)
22.40, 23.10, 02.45 Поле битвы. (16+)
23.45 День Патриарха. (0+)
23.55 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.50 Культура наций: Под Андреевским флагом. (6+)
01.20 Киево-Печерские Святые. Чудотворцы. 3 серия. (0+)
03.15 Русский мир. (12+)

Православный календарь

20 января
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Попразднство Богоявления.
Собор Предтечи и Крестителя Господня Иоанна.



Поста нет.

« Никогда воды Крещения не способны были бы очистить грехи человеческие, если бы они не были освящены прикосновением к телу Спасителя. Погрузившись в воду, Спаситель освятил воды, бездны и ключи всех источников». Свт. Амвросий Медиоланский

ПЕРВЫЙ

00.10 Подкаст.Лаб.
(16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!» (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 «Время покажет». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ». (12+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости

РОССИЯ 1



18.00 «60 минут». (12+)

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «РАЙСКИЙ». (16+)
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ЛИМИТЧИЦЫ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
Обманув Ивана, Маша отправляется в срочную командировку. Но на предприятиях в налаженной цепочке бартеров ей отказывают. Их прошлые договорённости больше недействительны.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.15 «РАЙСКИЙ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

НТВ



22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)

04.45 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
Из военной части сбегает два солдата, Лукашов и Стопырин, последний при задержании ранит сотрудника патрульной службы, его убивают, а Лукашов убегает.
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.10 «Сегодня»
00.30 «ПАУТИНА». (16+)
04.05 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



06.00 «Отель «У овечек». (0+)

06.00 «Отель «У овечек». (0+)
06.30 «Маша и Медведь». (0+)
08.40 «Невероятный Блинки Билл». (6+)
10.35 «Новые боги: Ян цзянь». (12+)
13.05 «Айнбо. Сердце Амазонии». (6+)
14.40 «ЗОВ ПРЕДКОВ». (16+)
16.20 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДРУГ». (12+)
17.55 «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА». (16+)
20.00 «ДЕНЬ СПАСЕНИЯ ЗЕМЛИ». (16+)
21.55 «УДАРНАЯ ВОЛНА: БИТВА ЗА ГОНКОНГ». (16+)
00.15 «КОНАН-ВАРВАР». (16+)
01.55 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
02.40 «ДИКАЯ ПАРОЧКА». (16+)
04.10 «Отель «У овечек». (0+)

ТНТ



21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
23.00 «МИНИСТЕРСТВО НЕДЖЕНТЛЬМЕНСКИХ ДЕЛ». (18+)
1942 год, Великобритания. Они - отпетые авантюристы, привыкшие действовать в одиночку. Но когда на кону стоят сотни судеб, им приходится объединиться в сверхсекретное боевое подразделение и отправиться на дерзкую миссию против нацистов.
01.15 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
Ветеран вьетнамской войны, бывший солдат-десантник, одинокий и не верящий никому Джон Рэмбо, скитается по дорогам Америки, безуспешно разыскивая фронтовых друзей.
02.50 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)
04.15 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

05.00 18.00 00.55 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Момент в истории». (16+)
17.00 01.40 «Тайны Чапман». (16+)
19.55 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». (16+)
22.10 23.30 «СХВАТКА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 Гастротур. (16+)
06.50 На ножах. (16+)
09.10 Молодые ножи. (16+)
10.20 Адский шеф. (16+)
12.50 На ножах. (16+)
17.40 Молодые ножи. (16+)
19.00 Последний шеф. (16+)
00.10 Самородки. (16+)
01.40 Пятница News. (16+)
02.20 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

10.00 «Супермама». (16+)
12.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)
17.00 «Беременна по обману». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
01.45 «Неотложка». (16+)
Чудовищные травмы, редкие диагнозы и врачи, которые борются за каждую жизнь - добро пожаловать в настоящее отделение скорой помощи. Этот сериал - не постановка, а реальные будни врачей, медсестер, фельдшеров и волонтеров, которые работают, чтобы спасти.
03.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.25 «СОЛДАТЫ-3». (16+)
08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 Улётное видео. (16+)
13.00 Притворщики. (16+)
15.00 Решала. (16+)
Ведущий - Влад Чижов помогает жертвам мошенников раскрыть обман.
18.00 Охотники. (16+)
21.00 Влад решает. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.20 Улётное видео. (16+)
03.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)
04.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)
04.45 «СОЛДАТЫ-3». (16+)

МИР

05.00 «ВЕСНА». (16+)
05.10, 00.20, 04.55 Наше кино. История большой любви. (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости
06.15, 14.10, 15.05, 16.15, 18.20 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
12.30 Понять. Простить. (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
16.15, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
18.00 Вместе каждый день
20.30 «АКСЕЛЕРАТКА». (16+)
22.15 Игра в кино. (16+)
23.40 Миллион за 5 минут. (16+)
01.10 Первый Евразийский канал. (12+)
02.00 «ВАЛЕРИЙ ЧКАЛОВ». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
11.00 23.50 «НИКА». (16+)
11.45 «На приеме у главного врача» с Марьяной Лысенко. (12+)
15.15 «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД». (12+)
17.00 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «13 КЛИНИЧЕСКАЯ: НАЧАЛО». (16+)
22.15 «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ». (12+)
00.40 «Очень личное» с Виктором Лошаком. (12+)

ПОБЕДА

03.50 «Путь к Победе». (16+)
04.50 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)
06.25 «РУБЕЖ». (16+)
08.00 «ЖУРОВ». (16+)
10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
14.00 «В ИЮНЕ 41-ГО». (16+)
18.00 «УБИТЬ СТАЛИНА». (16+)
Осень 1941 года. Немецкие войска подошли к Москве. Положение на фронте очень тяжелое. Руководство рейха решает нанести сокрушительный и коварный удар - убить Сталина.
01.35 «ПРИКАЗ: УНИЧТОЖИТЬ». (16+)
03.15 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Бодо Бородо», «Майло», «Буба». (6+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Край Бебис». (0+)
07.45 «Лунтики». (0+)
09.30 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
09.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.30 «Диностер». (6+)
Познакомьтесь с командой Диностер - четырьмя друзьями, которые на первый взгляд ведут нормальную жизнь, но умеют тайно переноситься в Дино-мир, чтобы изучать и спасать от опасностей динозавров.
11.45 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
12.00 «Гурбозавры». (0+)
13.35 «Карбот». (6+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)
Познакомьтесь с миром захватывающих сражений и невероятных приключений вместе с героями «Инфинити Надо»!
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.40 «Буба». (6+)
16.40 «ЛЮЛ Сюрприз». (6+)
16.50 «Сказочный патруль». (0+)
18.50 «Ум и Хрум». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Маша и Медведь». (0+)
22.45 «Дикие скричеры!» (6+)
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
23.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.15 «Смешарики». (0+)
02.55 «Луддвиль». (0+)

МУЛЬТ

10.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
10.25 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
11.50 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.00 «Кошечки-собачки». (0+)
В небольшом красивом городе в уютных домиках живут семьи кошечек и собачек. Все они добрые, веселые, приветливые и трудолюбивые. Каждая семья владеет «маленьким бизнесом». И только группа маленьких непосед нарушает размеренную жизнь города.
14.00 «Маша и Медведь». (0+)
15.00 «Геройчики». (0+)
16.00 Время малышей. (0+)
17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.15 «Дракоша Тоша». (0+)
18.50 «Лунтики». (0+)
19.25 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Сказочный патруль». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.25 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
22.25 «Буба». (6+)
23.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)
00.00 «Лунтики». (0+)
00.30 «Барбоскины». (0+)
01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
02.10 «Планета Ай». (0+)
02.50 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
04.20 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Революция LIVE: #завашуинашусвободу. (12+)
00.50 Адмирал Исаков. (12+)
01.45 Обыкновенная История. (6+)
02.00 Профилактика с 02.00 до 10.00
10.00 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
10.15 Всемирное наследие. Россия: Коломна. (12+)
11.05 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+)
12.00 Всемирное наследие. Россия: Владимир. (12+)
12.50 Забытые войны России: Походы Святослава. (12+)
13.45 Легенды науки: Анна Михайловна Панкратова. (12+)
14.15, 18.15 Народный фронт Победы. (12+)
14.55 Грестное детство Алины Веселовой. (12+)
16.00, 16.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
17.45 Легенды науки: Николай Александрович Аврорин. (12+)
18.50 Сквозь времена: Владычная палата Новгородского кремля. (12+)
19.25 Боги войны. (16+)
20.00 Боги Египта. (16+)
20.55 Семь дней истории. (12+)
21.00 Забытые войны России: Войны Мономаха. (12+)
22.00 Легенды науки: Лев Евгеньевич Арнс. (12+)
22.35 Русское наследие. Южные рубежи: Купеческая архитектура новых регионов. (12+)
22.55 Донбасс. Истерзанное сердце России. (16+)

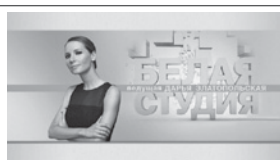
VJU HISTORY

06.00 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)
06.50 Древние цивилизации Азии. (16+)
07.40 Римские мегастроения: Париж. (12+)
08.35, 09.25 Легендарные авто. (16+)
10.15, 11.05 Территория тамплиеров. (16+)
11.55, 12.45 Исторические убийства. (16+)
13.35 Эпоха Дианы: 1990-е годы. (16+)
14.25 Проект НЛО: Рассекречено: Проект «Аврора». (16+)
15.15, 16.00 Загадки планеты Земля. (16+)
16.40, 17.30 Легендарные авто. (16+)
18.15, 19.10 Территория тамплиеров. (16+)
20.00 Исторические убийства: Британская няня-убийца. (16+)
20.50 Исторические убийства: Плейбой-убийца из Рио. (16+)
21.40, 22.30 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)
23.25, 00.10 Загадки планеты Земля. (16+)
00.55, 01.40 Территория тамплиеров. (16+)
02.30, 03.15 Исторические убийства. (16+)
04.00 Путеводитель Пути-фара. (16+)
05.10 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)

ИСТОРИЯ

10.00 Мир накануне катастрофы. XX век. Гиена Европы. (16+)
10.50 Мир накануне катастрофы. XX век. Странная война. (16+)
11.45 Анатомия любви. Эва, Пола и Беата. (12+)
12.35 Фрунзик Мкртчян. История одиночества. (12+)
13.20 Союзники Третьего рейха. Западная Европа. (12+)
14.10 Великий и ужасный Жук. (12+)
15.00, 03.30 Экстрасенс смежа. Семён Альтов. (12+)
15.50, 04.20 Вожди народов. Бенито Муссолини. (12+)
16.40, 17.30 Без обид. Александр Ширвиндт. (12+)
18.20 Леди Сапиенс. (12+)
19.20 Русские тайны. XX век. Украина. Невыдуманные истории. (12+)
20.10 Досье Туганхамона. (12+)
21.05 Иван Великий. Возвращение государя. (12+)
22.05 Версаль - цена величия. (12+)
23.00 Юрий Соломин. Власть таланта. (12+)
23.50, 05.05 Глубинные механизмы истории. Возникновение цивилизаций. (12+)
00.50 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)
01.35, 02.35 Ваза. Корабль-призрак. Галеон, спасенный из небытия. (12+)

РОССИЯ К
Культура



15.45 Белая студия

10.00 12.30 17.00 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 «ХХ век»
12.15 Кристальные истории
12.45 Новости. Подробно. Кино
13.00 «Таинственные города мая»
13.50 02.10 «Острова»
14.30 «КАПИТАН НЕМО»
15.45 Белая студия
16.30 Библийский сюжет
17.15 «Жил-был царь»
17.45 Мастера российской концертной сцены
18.45 Семинар
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Абсолютный слух
21.30 Власть факта
22.15 «МЕГРЭ»
23.55 Новости культуры
00.10 «Таинственные города мая»
01.10 «ХХ век»

ТВЦ



22.35 «Хватит слухов!» (16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
10.40 04.20 «Инна Чурикова. Я и так согласна». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 02.50 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: КИНО ПОЛЬХОВСКИ». (12+)
13.45 05.00 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: ФАРФОРОВЫЕ МУДРЕЦЫ». (12+)
16.55 «Актёрские драмы. Яблоко от яблони». (16+)
18.10 «ТАЙНА «БЕЛОЙ ВОРОНЫ». (12+)
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Прощание. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Дорогие товарищи». (16+)

ТВ-3



09.45 Гадалка. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.45 «Слепая». (16+)
09.45 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
Одноклассник Глухарёва Паша попал в секту, лидер которой вымогает у своих собратьев материальные ценности. Паша крадет у собственной матери телевизор и относит его духовному наставнику. Женщина обращается к Глухарёву с просьбой вернуть похищенное.
23.15 «ТЕМНОЕ ЗЕРКАЛО». (18+)
Канада, 2018 г. Мария растёт замкнутым и робким ребенком. В школе девушку задирают одноклассники, а дома, где, казалось бы, можно найти защиту - совсем непростые отношения с матерью и отцом.
01.15 Знаки судьбы. (16+)

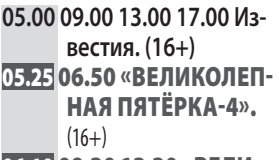
ДОМАШНИЙ



07.15 Давай разведёмся! (16+)

06.30 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.15 04.40 Давай разведёмся! (16+)
08.15 Тест на отцовство. (16+)
10.30 «Понять. Простить». (16+)
11.40 00.30 «Порча». (16+)
12.45 «Знахарка». (16+)
13.20 «Верну любимого». (16+)
13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.30 «РЕБЁНОК ПО РАСЧЁТУ». (16+)
19.00 «ПОДАРИ МНЕ НАДЕЖДУ». (16+)
23.30 «Понять. Простить». (16+)
01.25 «Знахарка». (16+)
01.50 «Верну любимого». (16+)
02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.45 Тест на отцовство. (16+)
04.25 «6 кадров». (16+)

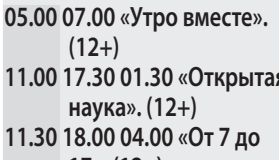
5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)

05.25 06.50 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
06.10 09.30 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
08.25 «Стройнадзор». (16+)
14.20 17.30 «СЛЕД». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
04.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
ЗВЕЗДА
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
11.35 13.25 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
13.55 15.05 17.15 03.35 «ЖУКОВ». (16+)
20.10 «Секретные материалы». (16+)
22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.15 «НА ДРУГОМ БЕРЕГУ». (16+)
01.20 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 17.30 01.30 «Открытая наука». (12+)
11.30 18.00 04.00 «От 7 до 17». (12+)
12.00 00.30 «Заметные люди». (12+)
12.30 18.30 22.30 «Футбол губернии». (12+)
13.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». (16+)
13.45 «Эксперт». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (16+)
15.45 «Полицейский вестник». (12+)
16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
17.15 «Спортивная семья». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 01.00 04.30 «Формула здоровья». (12+)
20.30 «Документальное кино». (12+)
23.00 «ПЕРЕЛОМНЫЙ МОМЕНТ». (16+)
03.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 15.00 «Лига в лицах». (12+)
06.30 «Человек из футбола. Дмитрий Хохлов». (12+)
07.00 09.00 12.55 15.30 Новости
07.05 11.35 15.35 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
09.25 «Команда мечты». (12+)
10.30 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура. (6+)
13.00 Есть тема! Прямая трансляция
14.25 «Вид сверху». (12+)
16.55 «Лионель Месси». (12+)
18.05 Смешанные единоборства. (16+)
19.15 Хоккей. «Нефтехимик» (Нижнекамск) - «Динамо» (Москва). Финал Чемпионата КХЛ. Прямая трансляция
22.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
00.45 «Новак Джокович. Только победа». (12+)
06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.50 19.25 «До и после. Луиза Носкова». (12+)
08.20 16.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
10.10 Небесная грация». (6+)
10.30 18.35 «бхб». (12+)
11.00 13.10 16.20 19.20 Новости. (0+)
11.05 Бокс. (16+)
13.15 «Лучшая лига мира». (12+)
13.45 03.45 «Страна спортивная». (12+)
14.00 04.25 Бильярд. Лига чемпионов. (6+)
15.35 21.55 «Вид сверху». (12+)
16.00 16.25 22.20 Спецрепортаж. (12+)
19.00 Спорт, который есть. (12+)
19.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Прямая трансляция
22.40 Есть тема! (16+)
23.55 Смешанные единоборства. (16+)
01.35 Что по спорту? (12+)
02.00 Футзал. Суперлига. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
10.00 Плейлист | Зима. (16+)
11.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
13.00 Ликвидные хиты. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Народный микрофон. (16+)
17.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 10 самых с Оксаной Самойловой. (16+)
18.55 Плейлист | Зима. (16+)
19.55 Кто следующий? (16+)
20.35 От плейн до нейронки: мутация клипов. (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
00.00 Плейлист | Зима. (16+)
01.00 Хиты по-русски. (16+)
Самые любимые русские хиты в одном плейлисте
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
06.35 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (12+)
08.30 09.30 10.25 11.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
12.20 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)
14.10 «ДЖОН УИК 4». (16+)
Боевик, США, Германия, 2023 г.
17.15 18.05 «БИБЛИОТЕКАРИ». (16+)
18.55 «МОРЕ СОБЛАЗНА». (16+)
Триллер, Великобритания, США, 2019 г.
20.50 «МАТЕРИНСКИЙ ИНСТИНКТ». (16+)
22.40 23.30 00.40 01.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
02.25 «АНЖЕЛИКА И СУЛТАН». (16+)
04.00 «ЖАННА ДЮБАРИ». (16+)
VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Пин-код», «Смешарики», «Три кота». Мультфильмы. (6+)
08.25 «ОДНА ДОМА». (16+)
10.10 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
11.40 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН». (16+)
13.10 «ДИКАЯ». (16+)
15.05 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
17.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 2: АДВОКАТ». (16+)
18.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 3: КРАХ АНТИБИОТИКА». (16+)
18.50 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
21.00 «Я БУДУ ЖИТЬ». (16+)
23.05 «Я ХОЧУ! Я БУДУ!» (16+)
00.50 «О ЧЁМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (16+)
Комедия, Россия, 2013 г.
МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
10.00 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (16+)
11.35 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (16+)
13.00 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ». (16+)
15.00 «РЕЦЕПТ ЕЕ МОЛОДОСТИ». (16+)
16.35 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (16+)
18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
20.00 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)
СССР, 1971 г.
23.00 «ЦАРЕУБИЙЦА». (12+)
СССР, Великобритания, 1991 г.
00.50 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (16+)
02.20 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
03.50 «МУЖИКИ!» (16+)
ДОМ КИНО ДОМ КИНО
05.20 «Принцесса и дракон». Мультфильм. (6+)
06.25 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
08.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
09.55 «УБОЙНАЯ СИЛА» (16+)
15.10 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 Вечер вместе. «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
В ролях: Павел Табаков, Данила Козловский
00.40 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.25 «ДОЛЖОК». (16+)
Россия, 2017 г. В ролях: Владимир Яглыч, Александр Яценко
03.50 «УСПЕХ». (16+)
В ролях: Роман Курцын, Алексей Чадов
СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 08.00, 15.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультфильмы. (0+)
07.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
14.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
21.00 «Приключения Пети и Волка». Мультсериал. (12+)
22.00 «КЛОН». (16+)
23.00, 23.20 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
23.50 Суббота News. (16+)
00.00, 01.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.00, 02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)
04.20 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
СПАС СПАС
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдотолкованием). (0+)
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 День Ангела: Мученик Або Тбилисский. (0+)
11.35 Донбасс. Мама, когда ты меня заберешь? (16+)
12.05 День Патриарха. (0+)
12.15, 12.45 Монастырская кухня. (0+)
13.10 «КОНТРОЛЬНАЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ». (12+)
14.25 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)
СССР, 1957 г.
16.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 3 серия. (0+)
19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.35, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдотолкованием). (12+)
21.35 Исцеление. (16+)
22.40, 23.10 Поле битвы. (16+)
23.45 День Патриарха. (0+)
23.55 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.50 Святыни христианского мира: Лоза святого Симеона. (0+)
01.15 Двойной портрет. Булгаков и Флоренский. (0+)
02.00 Исцеление. (16+)
02.50 Поле битвы. (16+)
03.20 Простые чудеса. (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 День Ангела: Мученик Або Тбилисский. (0+)
11.35 Донбасс. Мама, когда ты меня заберешь? (16+)
12.05 День Патриарха. (0+)
12.15, 12.45 Монастырская кухня. (0+)
13.10 «КОНТРОЛЬНАЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ». (12+)
14.25 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)
СССР, 1957 г.
16.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 3 серия. (0+)
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдотолкованием). (0+)
19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.35, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдотолкованием). (12+)
21.35 Исцеление. (16+)
22.40, 23.10 Поле битвы. (16+)
23.45 День Патриарха. (0+)
23.55 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.50 Святыни христианского мира: Лоза святого Симеона. (0+)
01.15 Двойной портрет. Булгаков и Флоренский. (0+)
02.00 Исцеление. (16+)
02.50 Поле битвы. (16+)
03.20 Простые чудеса. (12+)

Православный календарь

21 января
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Попразднство Богоявления.
Прп. Георгия Хозевита.



Прп. Домники. Прп. Емилиана исп. Прп. Григория, чудотворца Печерского. Прп. Григория, затворника Печерского. Сщмч. Исидора пресвитера и с ним 72, в Юрьеве Лифляндском пострадавших. Сщмч. Картерия, пресвитера Кесария Каппадокийской. Мчч. Иулиана, Кельсия, Антония, Анастасия, мцц. Василиссы и Мариониллы, семи отроков и 20 воинов. Мчч. Феофила диакона и Елладия. Прп. Или Египетского. Мч. Або Тбилисского (Груз.). Прп. Паисия Угличского. Сщмч. Виктора пресвитера. Сщмч. Димитрия пресвитера. Сщмч. Владимира пресвитера. Прмч. Пафнутия. Мч. Михаила. Сщмч. Василия пресвитера. Мч. Иоанна. Св. Михаила исп., пресвитера.

Постный день. Разрешается рыба.

«Сошел Владыка ангелов в струи Иордана – и, освятив природу вод, исцелил всю вселенную».

Свт. Иоанн Златоуст

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
									
	10.15 «Жить здорово!» (16+)	20.00 Вести		10.35 «ПЁС». (16+)	06.30 «Маша и Медведь». (0+)		07.00 «САШАТАНЯ». (16+)		17.00 «Тайны Чапман». (16+)
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00 Утро России		04.35 «ПЁС». (16+)	06.00 «Отель «У овечек». (0+)		07.00 «САШАТАНЯ». (16+)		05.00 18.00 00.25 04.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
09.00	Новости (с субтитрами)	09.00 Вести		06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)	06.30 «Маша и Медведь». (0+)		21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)		06.00 «С бодрым утром!» (16+)
09.25	«Модный приговор». (0+)	09.30 Местное время		08.00 «Сегодня»	08.30 «Три кота. Путешествие во времени». (0+)		23.00 «ДОГМЕН». (18+)		08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
10.15	«Жить здорово!» (16+)	09.55 О самом главном. (12+)		08.25 «ПЁС». (16+)	09.55 «Диномама». (6+)		Он лучше всех на свете понимает собак. А те готовы выполнять любые его задания - украсть, припугнуть и даже приготовить блинчики. Догмен - не типичный супергерой с обложки комиксов. Его не волнуют проблемы людей, важно лишь одно - довольна ли стая.		09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
11.00	«Время покажет». (16+)	11.00 Вести		10.00 «Сегодня»	11.35 «КАПИТАН КРЮК». (6+)		01.10 «ПЕПЕЛ». (18+)		10.00 «Засекреченные списки». (16+)
12.00	Новости (с субтитрами)	11.30 Вести. Местное время		10.35 «ПЁС». (16+)	13.35 «ХОККЕЙНЫЕ ПАПЫ». (6+)		Женщина просыпается на далекой планете и обнаруживает, что экипаж ее космической станции жестоко убит. Ее расследование произошедшего запускает ужасающую цепь событий.		11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.15	«Время покажет». (16+)	12.00 «60 минут». (12+)		13.00 «Сегодня»	16.05 «ФАНТАСТИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)		02.40 «РЭМБО-3». (16+)		12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
14.00	«Большая игра». (16+)	14.00 Вести		13.25 «Чрезвычайное происшествие»	17.55 «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА». (16+)		Уставший убивать Джон Рэмбо живет в буддийском монастыре, где нашел смирение и покой.		13.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00	Новости (с субтитрами)	14.30 «РАЙСКИЙ». (16+)		14.00 «Место встречи»	20.00 «ЗНАКОМСТВО РОДИТЕЛЕЙ». (16+)		04.15 «Однажды в России». (16+)		17.00 01.20 «Тайны Чапман». (16+)
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	16.30 Вести		16.00 «Сегодня»	22.15 «СЕРЕБРЯНЫЕ КОНЬКИ». (16+)		05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)		19.55 «ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ». (16+)
16.05	«Мужское / Женское». (16+)	17.00 «Малахов». (16+)		16.45 «За гранью». (16+)	Санкт-Петербург. 1899 год. Юноша из бедной семьи Матвей теряет работу доставщика. Случайно он знакомится с вором Алексом.		05.50 «САШАТАНЯ». (16+)		США - Индия - Гонконг, 2017 г. Фантастический боевик. В ролях: Скарлетт Йоханссон, Йохан Филип Асбек, Такешита Китано.
17.00	«Большая игра». (16+)	18.00 «60 минут». (12+)		17.50 «ДНК». (16+)	00.45 «СТРАСТИ ПО МАТВЕЮ». (16+)				21.55 23.30 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)
18.00	Вечерние новости (с субтитрами)	20.00 Вести		19.00 «Сегодня»	02.40 «ПРИ ЧЁМ ТУТ ЛЮБОВЬ?». (16+)				
18.30	«Время покажет». (16+)	21.10 Вести. Местное время		20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)	04.20 «Отель «У овечек». (0+)				
19.50	«Пусть говорят». (16+)	21.30 «ЛИМИТЧИЦЫ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)		Расследование наезда на Шибанова, который отделался травмами, приводит к Стишовой, которая из-за ревности наняла наркомана, чтобы отомстить Шибанову.					
21.00	«Время»	23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)		22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)					
22.00	«ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ». (12+)	02.15 «РАЙСКИЙ». (16+)		00.10 «Сегодня»					
23.00	«Большая игра». (16+)	03.00 Вести		00.25 «Поздняков». (16+)					
00.10	Подкаст.Лаб. (16+)	03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)		00.40 «ПАУТИНА». (16+)					
03.00	Новости			04.10 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)					

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
05.00 Секреты на кухне. (16+)	06.15 «СОЛДАТЫ-3». (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+)	06.00 «Утро вместе». (12+)
05.50 Пятница News. (16+)	08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)	09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение	09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
06.10 Гастротур. (16+)	09.00 Улётное видео. (16+)	11.00 23.50 «НИКА». (16+)	11.00 23.50 «НИКА». (16+)
06.50 На ножах. (16+)	«Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты.	15.15 «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ». (12+)	15.15 «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ». (12+)
08.50 Молодые ножи. (16+)	13.00 Притворщики. (16+)	17.00 «Формула здоровья». (12+)	17.00 «Формула здоровья». (12+)
10.10 Адский шеф. (16+)	15.00 Решала. (16+)	18.00 «Губернские новости». (12+)	18.00 «Губернские новости». (12+)
12.50 Черный список. На кухне. (16+)	18.00 Охотники. (16+)	20.45 «13 КЛИНИЧЕСКАЯ: НАЧАЛО». (16+)	20.45 «13 КЛИНИЧЕСКАЯ: НАЧАЛО». (16+)
19.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)	21.00 Влад решает. (16+)	22.15 «ГОРОД НЕВЕСТ». (12+)	22.15 «ГОРОД НЕВЕСТ». (12+)
23.00 Секретный артист. (16+)	02.20 Улётное видео. (16+)	00.40 «Очевидно. Вероятно с академиком Арутюном Аветисяном. (12+)	00.40 «Очевидно. Вероятно с академиком Арутюном Аветисяном. (12+)
00.20 Самородки. (16+)	03.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)	01.20 «Свет и тени». (16+)	01.20 «Свет и тени». (16+)
01.40 Пятница News. (16+)	04.00 Секреты на кухне. (16+)	01.50 ОТражение. Итоги. (12+)	01.50 ОТражение. Итоги. (12+)
02.20 На ножах. (16+)	04.45 «СОЛДАТЫ-4». (16+)		
04.00 Секреты на кухне. (16+)			
04.30 Пятница News. (16+)			
Ю	МИР	ПОБЕДА	ПОБЕДА
05.00 12.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)	05.00, 00.25 Наше кино. История большой любви. (16+)	05.00 «Путь к Победе». (16+)	05.00 «Путь к Победе». (16+)
06.25 «Званый ужин». (16+)	05.20, 06.15, 18.40 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	06.00 «СМОТРИ НА МЕНЯ!». (16+)	06.00 «СМОТРИ НА МЕНЯ!». (16+)
08.20 «Непильный вопрос». (16+)	06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости	08.00 «ЖУРОВ». (16+)	08.00 «ЖУРОВ». (16+)
09.15 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)	14.10, 15.05, 16.15, 18.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)	10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
10.20 «Супермама». (16+)	12.30 Понять. Простить. (16+)	14.00 «АПОСТОЛ». (16+)	14.00 «АПОСТОЛ». (16+)
16.30 «Маменькин сынок». (16+)	13.15 Мировое соглашение. (16+)	СССР. Начало войны. Два брата-близнеца - Петр и Павел. Петр - вор-рецидивист, бесчестный негодяй, работавший против СССР на немецкую разведку и погубивший во время исполнения задания. Павел - тихий добрый сельский учитель, которому придется занять место брата, чтобы по заданию НКВД рассекретить немецкую шпионскую сеть.	СССР. Начало войны. Два брата-близнеца - Петр и Павел. Петр - вор-рецидивист, бесчестный негодяй, работавший против СССР на немецкую разведку и погубивший во время исполнения задания. Павел - тихий добрый сельский учитель, которому придется занять место брата, чтобы по заданию НКВД рассекретить немецкую шпионскую сеть.
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)	16.15 Обману. Нет. (16+)	00.10 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)	00.10 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
00.10 «Измены». (18+)	22.20 Игра в кино. (16+)	01.50 «КРИК ТИШИНЬ». (12+)	01.50 «КРИК ТИШИНЬ». (12+)
01.50 «Неотложка». (16+)	23.45 Миллион за 5 минут. (16+)		
03.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)	01.15 Первый Евразийский канал. (12+)		

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Бодо Бородо», «Майло», «Царевны». (0+)	06.00 «Время малышей». (0+)	06.00 «Время малышей». (0+)	06.00 «Время малышей». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)	07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщики». (6+)	07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщики». (6+)	07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщики». (6+)
07.35 «Край Бебис». (0+)	07.15 «Маша и Медведь». (0+)	07.15 «Маша и Медведь». (0+)	07.15 «Маша и Медведь». (0+)
07.45 «Лунтик». (0+)	08.30 «Катя и Эф. Куда угодно-дверь». (0+)	08.30 «Катя и Эф. Куда угодно-дверь». (0+)	08.30 «Катя и Эф. Куда угодно-дверь». (0+)
09.30 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)	09.30 «Барбоскины». (0+)	09.30 «Барбоскины». (0+)	09.30 «Барбоскины». (0+)
Супер Крылья продолжают помогать детям, доставляя посылки по всему миру. В новом сезоне их ждут интересные и иногда очень сложные задания. Но отважной команде всё по плечу!	10.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)	10.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)	10.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
09.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	10.30 «Фиксики. Дай пять!». (0+)	10.30 «Фиксики. Дай пять!». (0+)	10.30 «Фиксики. Дай пять!». (0+)
11.30 «Диностер». (6+)	Герои, созданные по мотивам повести Успенского «Гарантийные человечки», живут насыщенной жизнью.	11.50 «Бумажки». (0+)	11.50 «Бумажки». (0+)
11.45 «Джи-Джи Бонд: Супергонщики». (6+)	12.00 «Время малышей». (0+)	12.00 «Время малышей». (0+)	12.00 «Время малышей». (0+)
12.00 «Турбоаварии». (0+)	13.00 «Кошечки-собачки». (0+)	13.00 «Кошечки-собачки». (0+)	13.00 «Кошечки-собачки». (0+)
13.35 «Карбот». (6+)	14.00 «Маша и Медведь». (0+)	14.00 «Маша и Медведь». (0+)	14.00 «Маша и Медведь». (0+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)	15.00 «Геройчики». (0+)	15.00 «Геройчики». (0+)	15.00 «Геройчики». (0+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)	16.00 «Время малышей». (0+)	16.00 «Время малышей». (0+)	16.00 «Время малышей». (0+)
14.40 «Буба». (6+)	17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
16.40 «ЛОЛ Сюрприз. Дорожное путешествие». (6+)	18.15 «Дракоша Тоша». (0+)	18.15 «Дракоша Тоша». (0+)	18.15 «Дракоша Тоша». (0+)
16.50 «Сказочный патруль». (0+)	18.50 «Лунтик». (0+)	18.50 «Лунтик». (0+)	18.50 «Лунтик». (0+)
18.50 «Ум и Хрум». (0+)	19.25 «Маша и Медведь». (0+)	19.25 «Маша и Медведь». (0+)	19.25 «Маша и Медведь». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)	20.25 «Сказочный патруль». (0+)	20.25 «Сказочный патруль». (0+)	20.25 «Сказочный патруль». (0+)
21.15 «Бумажки». (0+)	21.00 «Ум и Хрум». (0+)	21.00 «Ум и Хрум». (0+)	21.00 «Ум и Хрум». (0+)
22.45 «Дикие скричеры!» (6+)	21.25 «Фиксики. Дай пять!». (0+)	21.25 «Фиксики. Дай пять!». (0+)	21.25 «Фиксики. Дай пять!». (0+)
«Дикие скричеры» приглашают зрителей в мир головокружительных баттлов, смелых героев и невероятных превращений!	22.25 «Буба». (6+)	22.25 «Буба». (6+)	22.25 «Буба». (6+)
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)	23.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)	23.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)	23.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)
23.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)	00.00 «Лунтик». (0+)	00.00 «Лунтик». (0+)	00.00 «Лунтик». (0+)
01.15 «Смешарики». (0+)	00.30 «Барбоскины». (0+)	00.30 «Барбоскины». (0+)	00.30 «Барбоскины». (0+)
02.55 «Бобр добр». (0+)	01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ИСТОРИЯ
00.00 «ЕКАТЕРИНА ВЕЛИКАЯ». (12+)	06.00 Самые отчаянные операции Второй мировой: Саботаж секретного оружия. (16+)	06.00 Самые отчаянные операции Второй мировой: Саботаж секретного оружия. (16+)	06.00, 23.40 Мир накануне катастрофы. XX век. Гиена Европы. (16+)
00.35 Хлеб, «Север» и кобальт. (12+)	06.45 Исторический центр Мостара, Босния и Герцеговина. (12+)	06.45 Исторический центр Мостара, Босния и Герцеговина. (12+)	06.45, 00.30 Мир накануне катастрофы. XX век. Странная война. (16+)
01.40, 05.30, 09.40, 13.55, 18.00, 21.40 Легенды науки. (12+)	07.10 Эль-Сагарио, Эквадор. (12+)	07.10 Эль-Сагарио, Эквадор. (12+)	07.35, 01.15 Анатомия любви. Эва, Пола и Беата. (12+)
02.15 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)	07.40 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)	07.40 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)	08.25, 02.00 Фрунзик Мкртчян. История одиночества. (12+)
02.30 Иван Граве. Я не был заурядным генералом. (12+)	08.35 Легендарные авто: Ford. (16+)	08.35 Легендарные авто: Ford. (16+)	09.15 Союзники Третьего рейха. Западная Европа. (12+)
03.00, 23.05 Пётр I Великий. (12+)	09.25 Легендарные авто: Bentley. (16+)	09.25 Легендарные авто: Bentley. (16+)	10.05 Великий и ужасный Жук. (12+)
03.55 Георгий - Победоносец. (16+)	10.10, 11.05 Территория тамплиеров. (16+)	10.10, 11.05 Территория тамплиеров. (16+)	10.50 Экстрасенс смеха. Семён Альтов. (12+)
04.45 Освоение Крыма. (12+)	11.55, 12.45 Исторические убийства. (16+)	11.55, 12.45 Исторические убийства. (16+)	11.45 Вожди народов. Бенито Муссолини. (12+)
06.05, 07.55 Всемирное наследие. Россия. (12+)	13.30 Тысячелетний Перу. (16+)	13.30 Тысячелетний Перу. (16+)	12.35, 13.25 Без обид. Александр Ширвиндт. (12+)
06.55 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+)	14.30 Тайны песка. (16+)	14.30 Тайны песка. (16+)	14.20 Леди Сапиенс. (12+)
08.45, 17.00 Забытые войны России. (12+)	15.15, 16.00 Загадки планеты Земля. (16+)	15.15, 16.00 Загадки планеты Земля. (16+)	15.20, 02.45 Русские тайны. XX век. Невыдуманные истории. (12+)
10.10, 14.25 Народный фронт Победы. (12+)	16.40, 17.30 Легендарные авто. (16+)	16.40, 17.30 Легендарные авто. (16+)	16.10 Досье Тунгхамона. (12+)
10.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)	18.20, 19.10 Территория тамплиеров. (16+)	18.20, 19.10 Территория тамплиеров. (16+)	17.00, 03.35 Иван Великий. Возвращение государя. (12+)
11.05 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)	20.00 Клеопатра: тайна мифифицированной руки. (16+)	20.00 Клеопатра: тайна мифифицированной руки. (16+)	18.00 Версаль - цена величия. (12+)
12.10, 13.00 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)	21.00 Забытый император Китая. (16+)	21.00 Забытый император Китая. (16+)	18.55, 04.25 Юрий Соломин. Власть таланта. (12+)
14.55 Сквозь времена. (12+)	21.55, 22.45 Женщины на фронте. (16+)	21.55, 22.45 Женщины на фронте. (16+)	19.45 Лубинские механизмы истории. Возникновение цивилизаций. (12+)
15.35 Боги войны. (16+)	23.35, 00.25 Загадки планеты Земля. (16+)	23.35, 00.25 Загадки планеты Земля. (16+)	20.45, 05.15 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королёва. (12+)
16.05 Боги Египта. (16+)	01.00, 01.45 Территория тамплиеров. (16+)	01.00, 01.45 Территория тамплиеров. (16+)	21.40, 22.40 Ваза. Корабль-призрак. Галеон, спасённый из небытия. (12+)
18.35 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)	02.35, 03.20 Исторические убийства. (16+)	02.35, 03.20 Исторические убийства. (16+)	
18.55 Донбасс. Истерзанное сердце России. (16+)	04.05 Путеводитель Путифара. (16+)	04.05 Путеводитель Путифара. (16+)	
20.00 Это подкаст. История: Российская бюрократия и «полицейский социализм» рубежа XIX-XX веков. (12+)	05.10 Женщины на фронте. (16+)	05.10 Женщины на фронте. (16+)	
20.55 Карим Хакимов. (12+)			
22.15 Историграф. (12+)			

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



15.45
«2 Верник 2»

06.30 Диалоги о животных
07.20 13.00 «Таинственные города мая»
08.25 22.15 «МЕГРЭ»
10.00 12.30 17.00 19.30 23.55
Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.00 «XX век»
12.45 Новости. Подробно.
Театр
14.00 «Владимир Александров. Корабль судьбы»
14.30 «КАПИТАН ФРАКАСС»
15.45 «2 Верник 2»
16.30 «Пряничный домик»
17.15 «Жил-был царь»
17.45 Мастера российской концертной сцены
18.45 Семинар
19.45 Главная роль
20.05 Открытая книга
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 «Дуэнья». Вполне свежа!
21.30 Энигма
00.10 «Петра. Секреты древних строителей»

ТВЦ ТВЦ



22.35 «10 самых...»
(16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
10.35 04.20 «Олег Янковский. Тот самый...» (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 02.50 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: КИНО ПОЛЬХОВСКИ». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: ОРЕЛ НЕ ЛОВИТ МУХ». (12+)
16.55 «Актёрские драмы. Не люблю себя». (16+)
18.10 «И ТЫ УВИДИШЬ СВЕТ». (16+)
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Актёрские драмы. Танцевать, теща!» (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Охота на маньяка». (16+)
01.25 «Суд истории. Михаил Тухачевский». (16+)

3 ТВ-3



18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.45 «Слепая». (16+)
09.45 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
Хулиганы жестоко избили сына Глеба Курочкина. О банде известно почти все, в том числе и имя главаря - Синяк. Глухарёв ужасно не хочет вмешиваться в эту мелкую, по его мнению, историю, но под напором Зиминной заводит уголовное дело.
23.15 «ОБИТЕЛЬ СТРАХА». (18+)
США, 2024 г.
Вирус заставляет тетю Ли и ее племянниц уехать и спрятаться в убежище. Уже 10 лет девушки охраняют свой очаг и стараются выжить, никак не контактируя с другими людьми.
01.00 «БЫВШАЯ». (18+)
02.30 Знаки судьбы. (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



10.40 «Понять. Простить». (16+)

06.30 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 04.40 Давай разведёмся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 «Порча». (16+)
12.50 «Знахарка». (16+)
13.25 «Верну любимого». (16+)
14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.35 «РЕБЁНОК ПО РАСЧЁТУ». (16+)
19.00 «НЕВИНОВАЯ». (16+)
23.30 «Понять. Простить». (16+)
00.35 «Порча». (16+)
01.30 «Знахарка». (16+)
01.55 «Верну любимого». (16+)
02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.50 Тест на отцовство. (16+)
04.30 «6 кадров». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
05.25 03.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
06.15 09.30 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
08.35 День ангела. (6+)
14.20 16.05 17.30 «СЛЕД». (16+)
15.15 «СЛЕД: НОВЫЕ ЛЕГАВЫЕ». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
11.10 «Освобождение Европы». (16+)
12.00 13.25 «ОТЧИЙ ДОМ». (12+)
14.30 15.05 17.15 05.10 «ПРАВО НА ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)
00.55 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Заметные люди». (12+)
11.30 «От 7 до 17». (12+)
12.00 «Футбол губернии». (12+)
12.30 01.30 «Формула здоровья». (12+)
13.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». (16+)
13.45 18.30 «Спортивная семья». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (16+)
15.45 «Собрание сочинений». (12+)
16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
17.15 «Эксперт». (12+)
17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
18.00 22.30 03.30 «Великий, могучий». (12+)
18.45 01.15 «Служу Отечеству». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 04.00 «Арт-Проспект». (12+)
20.30 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
23.00 «ДЬЯВОЛИК». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 15.00 «Лига в лицах». (12+)
06.30 «Вид сверху». (12+)
07.00 09.00 12.55 Новости
07.05 11.35 15.35 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
09.25 «Команда мечты». (12+)
10.30 Бокс. Дж. Лейн - Д. Пейг. Bare Knuckle FC. Трансляция из США. (16+)
13.00 Есть тема! Прямая трансляция
14.25 «Формула 1. Гаснут огни». (12+)
16.55 «Майк Тайсон. Железные кулаки». (16+)
18.05 Смешанные единоборства. (16+)
19.15 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
22.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
00.45 «Лионель Месси». (12+)
01.55 Бобслей. Кубок мира. Четвёрки. Мужчины. (6+)
03.55 Новости. (0+)
06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.50 «бхб». (12+)
08.20 16.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
10.10 16.00 19.00 22.20 Спецрепортаж. (12+)
10.30 18.35 «Вид сверху». (12+)
11.00 13.10 16.20 19.20 Новости. (0+)
11.05 Смешанные единоборства. (16+)
13.15 «Человек из футбола». (12+)
13.45 Небесная грация». (6+)
14.00 04.25 Бильярд. Лига чемпионов. (6+)
15.35 Лыжная страна. (12+)
16.25 22.00 03.45 «Страна спортивная». (12+)
19.25 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. Прямая трансляция
21.05 «Корона спортивной империи. Лидия Иванова». (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
23.55 Баскетбол. Winline Basket Cup. (6+)
01.45 Спорт, который есть. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 Яндекс.Музыка. (16+)
07.00 Музэнерго. (16+)
08.10 Тееп чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 Плейлист | Зима. (16+)
12.00 Русский чарт. (16+)
13.00 Ждите ответа. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Love Radio чат. (16+)
17.00 Короли чартов. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Хит-Сториз. Ёлка - «Около тебя». (16+)
18.55 Плейлист | Зима. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 Унесённые временем. (16+)
22.00 Прогноз по году. (16+)
23.00 Лихие хиты. (16+)
00.00 Плейлист | Зима. (16+)
01.00 Хиты по-русски. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 RUSSKOE TV1000 RUSSKOE TV1000 ACTION TV1000 ACTION
05.45 «МАТЕРИНСКИЙ ИНСТИНКТ». (16+)
07.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
09.15, 10.15, 11.10, 12.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
13.05 «РЫЦАРЬ ДНЯ». (16+)
15.10 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИКИ». (16+)
17.10, 18.00 «БИБЛИОТЕКАРИ». (16+)
18.50 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (16+)
Фантастический фильм
20.30 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
Фантастический приключенческий фильм
23.05, 00.00, 01.05, 01.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
02.45 «ЭКСТРАСЕНСЫ». (16+)
04.20 «ПРЕДУСЛОВИЕ». (16+)
05.30 «Простоквашино». «Царевны». «Пин-код». «Смешарики». «Три кота». Мультисериалы. (6+)
08.10 «ОДНА ДОМА: ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (12+)
09.50 «ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ». (16+)
11.25 «Я ХОЧУ! Я БУДУ!» (16+)
13.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
15.10 «АВАНТЮРИСТЫ». (16+)
17.00, 17.55 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 3: КРАХ АНТИ-БИОТИКА». (16+)
18.50 «МИЛЛИАРД». (16+)
20.45 «ЛОТЕРЕЯ». (16+)
22.35 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)
00.10 «ДЕНЬ ДУРАКА». (16+)
01.45 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЖИКИ». (16+)
03.05 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
05.20 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ». (16+)
06.55 «ВЛАСТЬ ОГНЯ». (16+)
08.20 «КАТАСТРОФА». (16+)
10.05 «УЦЕЛЕННЫЙ». (16+)
12.15 «КРАЙНЕ ОПАСЕН». (16+)
13.50 «ЗАСАДА». (16+)
15.35 «ПОЛНОЧЬ НА ЗЛАКОВОМ ПОЛЕ». (16+)
17.15 «РАСПРАВА». (16+)
19.00 «ХОРОШИЙ, ПЛОХОЙ, КОП». (16+)
20.50 «БЕГЛЕЦ». (16+)
Боевик, США, Саудовская Аравия, 2022 г.
22.55 «ОХРАННИК». (16+)
Криминальный триллер, США, 2016 г.
00.35 «АНГЕЛ-ХРАНИТЕЛЬ». (16+)
02.40 «КИЛЛЕР-ХРАНИТЕЛЬ». (16+)
04.05 «ПРОЩАЙ». (16+)
05.15, 06.30, 17.00, 04.20 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультисериалы. (0+)
06.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
16.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
18.00 «Свинка Пеппа». Мультсериал. (0+)
21.00 «Приключения Пети и Волка». Мультсериал. (12+)
22.00 «КЛОН». (16+)
22.50, 23.20 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
23.50 Суббота News. (16+)
00.00, 01.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.00, 02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
10.05 «РАНЕЧКИ». (16+)
Узнав о проблемах Наташи, Лагуткин прерывает гастрольный тур. Стас предлагает собрать подписи против Каперии.
14.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
17.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
Ивану приходится перебороть свой детский страх, чтобы приударить за Яной. ...
20.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.45 «МАРГОША». (16+)
Марго снова берётся за обучение и воспитание Гоши.
04.00 Даёшь молодёжь! (16+)
КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
00.30 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
03.00 «СЕРДЦЕЕДКИ». (18+)
05.15 «ДРАКУЛОВ». (16+)
06.55 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)
08.25 «ТАКИ 2». (16+)
10.00 «КИЛЛЕР В ОТСТАВКЕ». (18+)
11.45 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕДАТЬ». (18+)
13.50 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
15.45 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМОСТЬ». (16+)
17.40 «СОКРОВИЩА ГНОМОВ». (6+)
19.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
21.05 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». (18+)
06.25 Мультфильмы. (16+, 0+)
08.10 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ КЛОУН». (16+)
09.40 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)
11.50 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
13.30 «ВЫСОТА». (16+)
15.15 «ОДИНОКИМ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (16+)
16.50 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)
18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (18+)
20.00 «ГАРАЖ». (16+)
21.50 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (16+)
23.30 «НЕЖДААННО-НЕГАДАННО». (16+)
01.05 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (16+)
05.20 «Три кота и море приключений». Мультфильм. (6+)
06.25 «Тайна парка развлечений». Мультфильм. (6+)
08.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
10.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.10 «МЕНОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 Вечер вместе. «ЕЛКИ-ИГОЛКИ». (16+)
В ролях: Алина Алексеева, Павел Прилучный
00.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.05 «ДВА ДНЯ». (16+)
03.25 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
СССР, Польша, 1989 г. В ролях: Николай Караченцов, Ежи Штур

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Исцеление. (16+)
12.05 День Патриарха. (0+)
12.15 Монастырская кухня. (0+)
12.45 «ДЕРЕВЬЯ НА АСФАЛЬТЕ». (12+)
СССР, 1984 г.
14.20 «ПОХИЩЕНИЕ». (0+)
СССР, 1984 г.
16.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 4 серия. (0+)
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводами). (0+)
19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.35, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводами). (12+)
21.35 Революция. Западная для России. Фильм 1. (0+)
22.40, 23.10 Поле битвы. (16+)
23.45 День Патриарха. (0+)
23.55 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.50 День Ангела: Свяитель Феофан Затворник. (0+)
01.20 Тонкий баланс. (0+)
01.55 Революция. Западная для России. Фильм 1. (0+)
02.50 Поле битвы. (16+)
03.20 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

22 января
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Попразднство Богоявления.
Свт. Филиппа, митр. Московского и всея Руси, чудотворца.



Мч. Полиевкта. Прор. Самея. Свт. Петра, еп. Севастии Армянской. Прп. Евстратия чудотворца. Прп. Ионы, в схиме Петра, Киевского, чудотворца. Сщмч. Павла пресвитера.
Поста нет.

«Христос крестился не так, как мы крещаемся. Мы Крещением омываемся от скверн и освящаемся. Христос греха не имел, и потому не было Ему нужды омываться от греха, но Своим Крещением освятил и установил наше Крещение».
Свт. Тихон Задонский

ПЕРВЫЙ



21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.25 «Модный приговор». (0+)
10.15 «Жить здорово!». (16+)
11.00 «Время покажет». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 «Большая игра». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Большая игра». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон». (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)
23.35 «ПОСРЕДНИКИ». (16+)
01.50 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



17.00 Прямой эфир. (16+)

05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «РАЙСКИЙ». (16+)
16.30 Вести
17.00 Прямой эфир. (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «Дуэты». (12+)
00.40 «Истории Большой Страны». (12+)
01.40 «ОБРАТНАЯ СТОРОНА ЛЮБВИ». (12+)
Наталья - обычная девушка, хрупкая, но с сильным характером. Мечтала стать модельером, но не сложилось. Десять лет назад её бросил жених Евгений. Убитая горем девушка согласилась на свидание со случайным знакомым и стала жертвой насилия.

НТВ



10.35 «ПЁС». (16+)

04.40 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
Брагин советуется с профессором психологии по поводу личности двойника Радулова, и тот дает ему подсказку: это может быть актер.
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.15 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
02.10 «Квартирный вопрос». (0+)
03.00 «ПОГОНЯ ЗА ШЕДЕВРОМ». (16+)

СТС



13.35 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

06.00 «Отель «У овечек». (0+)
06.30 «Маша и Медведь». (0+)
О дружбе и приключениях маленькой озорной девочки Маши и ее заботливого друга Медведя. Их дружба является олицетворением комичных взаимоотношений между ребенком, исследующим окружающий мир, и взрослым, поддерживающим его в этом увлекательном приключении.
08.20 Уральские пельмени. (16+)
Смешные и смелые, забавные и непредсказуемые, всегда разные, но неизменно яркие! Они не актеры, они - мастера перевоплощения. В их богатом арсенале - убойные шутки, искромётные шаржи и уморительные песни.
13.35 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
04.35 Уральские пельмени. (16+)

ТНТ



23.00 «Женский стендап». (16+)

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
Саша Сергеев освободился от офисного рабства и ушел в вынужденный декрет. Денег в семье нет, помощь папы-олигарха он по-прежнему игнорирует, а кушать хочется. В том числе и сотрудникам банка, в котором семья Сергеевых взяла ипотеку. В этой ситуации Таня принимает волевое решение и выходит на работу.
14.00 «Комеди Клуб». (16+)
23.00 «Женский стендап». (16+)
Женщины откровенно говорят о том, что их волнует, и шутят над противоположным полом. Они с юмором рассказывают о мужьях, детях, карьере, интимной жизни, высмеивают стереотипы, связанные с женщинами, открывают свои сильные стороны и признаются в слабостях.
04.50 «Однажды в России». (16+)

РЕН



18.00 «Главные тайны мира». (16+)

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
09.55 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 17.00 03.20 «Тайны Чапмана». (16+)
18.00 02.40 «Главные тайны мира». (16+)
19.55 «ВЫЖИТЬ В КАЛАХАРИ». (16+)
США, 2024 г. Боевик.
21.30 «ХИЩНИКИ». (16+)
23.35 «ДРУГОЙ МИР: ГОД ВОЛКА». (18+)
01.20 «СТРАНА ЧУДЕС Вилли». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.20 На ножах. (16+)
08.30 Молодые ножи. (16+)
09.50 Адский шеф. (16+)
12.40 Битва шефов. (16+)
16.50 Последний шеф. (16+)
19.00 Выживали. Змееловы. (16+)
00.10 «НОВОГОДНИЙ ОЛ ИНКЛЮЗИВ». (16+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.30 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
05.45 «Супермама». (16+)
09.35 «Чад из ада». (12+)
«Чад из ада» - реалити, в котором родители избалованных мажоров-подростков обращаются за помощью, а их капризных и неуправляемых чад отправляют на 4 дня в обычные, часто многодетные семьи, чтобы мажоры пожили другой жизнью.
12.35 «Супермама». (16+)
17.50 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.10 «Измены». (18+)
01.50 «Неотложка». (16+)
03.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.20 Улетное видео. Лучшее. (16+)
07.00 Улетное видео. (16+)
13.00 Улетные животные. (16+)
16.00 Притворщики. (16+)
19.00 Влад решает. (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! Поэтому на телеканале «ЧЕ!» появилась программа о защите честных отношений.
02.20 «+100500». (18+)

МИР

05.00 «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (16+)
05.35, 02.10 Наше кино. История большой любви. (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости
14.10, 15.05, 16.15, 18.20 Дела судебные. (16+)
12.30 Понять. Простить. (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
16.15 Обману. Нет. (16+)
18.00 Вместе каждый день
19.40 «Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЕРА». (16+)
Приключения, экранизация, музыкальный фильм, СССР, 1979 г.
00.45 «АКСЕЛЕРАТКА». (16+)
03.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВАСИЛИЯ БОРТНИКОВА». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
11.00 «Человек и судьба». (16+)
11.25 «Почитаем!» (16+)
11.45 «Нескучное дело». (12+)
15.15 «ГОРОД НЕВЕСТ». (12+)
17.00 «Служу Отечеству». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «Ректорат». (12+)
21.25 «МАЛЕНЬКАЯ ВЕРА». (16+)
23.40 «ГОСПОДИН НИКТО». (18+)
02.20 «МАЛЬЧИК И ДЕВОЧКА». (12+)

ПОБЕДА

03.40 «Путь к Победе». (16+)
04.35 «Я - УЧИТЕЛЬ». (16+)
06.05 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)
08.00 «ЖУРОВ». (16+)
10.00 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+)
Наступление фашистов на Советский Союз активно разворачивается согласно плану «Барбаросса». Вражеские войска быстро продвигаются вглубь страны. Главным героям придется встретиться с врагом лицом к лицу и отбить захваченных в плен ученых и их родных.
17.30 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+)
00.40 «72 МЕТРА». (16+)
03.05 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Бодо Бородов», «Майло», «Царевны». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)
07.30 «Три кота». (0+)
10.30 «Мини-Мишки». (0+)
13.35 «Карбот». (6+)
Захватывающие приключения мальчика и его друзей-трансформеров.
14.05 «Инфинити Надо». (6+)
14.30 «Навигатор. У нас гости!». (0+)
Лауреат 3-ей степени Международного конкурса-фестиваля «Drim Wave»! Многократная победительница конкурсов юных исполнителей на ударных инструментах! В гостях у Славы и Ани - Агния Наумова!
14.40 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
16.40 «Сказочный патруль». (0+)
19.55 «Сказочный патруль. Шоу продолжается». (6+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)
21.15 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)
Смотрите продолжение любимого анимационного сериала «Сказочный патруль» - «Сказочный патруль. Дорога домой»!
Юные волшебники из Сказочного Патруля попадают в удивительный мир Зартии.
22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
23.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.35 «Соня из Тоствилля». (6+)
03.45 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)
07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщики». (6+)
07.15 «Маша и Медведь». (0+)
08.30 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
09.30 «Барбоскины». (0+)
Веселый мультсериал, который рассказывает о жизни детей и подростков с их интересами и увлечениями.
10.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
10.30 «Фиксики. Дай пять!». (0+)
11.50 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.00 «Кошечки-собачки». (0+)
14.00 «Маша и Медведь». (0+)
15.00 «Геройчики». (0+)
16.00 Время малышей. (0+)
17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.15 «Дракоша Тоша». (0+)
18.50 «Лунтик». (0+)
19.25 «Маша и Медведь». (0+)
20.25 «Сказочный патруль». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.25 «Фиксики. Дай пять!». (0+)
22.25 «Буба». (6+)
23.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)
00.00 «Лунтик». (0+)
00.30 «Барбоскины». (0+)
01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
02.10 «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)
02.50 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
04.20 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
05.00 «Фиксики. Дай пять!». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Георгий - Победоносец. (16+)
00.50 Освоение Крыма. (12+)
01.35, 05.45, 10.00, 14.05, 17.45, 21.45 Легенды науки. (12+)
02.10, 04.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)
03.00 Дело Романовых. Следствием установление... (12+)
04.50, 13.05, 20.50 Забытые войны России. (12+)
06.15, 10.30, 22.30 Народный фронт Победы. (12+)
06.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
07.10 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)
08.15, 09.05 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
11.00 Сквозь времена: Владычная палата Новгородского кремля. (12+)
11.40 Боги войны. (16+)
12.10 Боги Египта. (16+)
14.40 Русское наследие. Южные рубежи: Купеческая архитектура новых регионов. (12+)
15.00 Донбасс. Истерзанное сердце России. (16+)
16.00 Это подкаст. История: Российская бюрократия и «полицейский социализм» рубежа XIX-XX веков. (12+)
17.00 Карим Хакимов: Миссия выполнима. (12+)
18.20 Историкограф. (12+)
19.05, 23.00 Пётр I Великий. (12+)
20.00 Революция LIVE: #неумереннаяопозиция. (12+)
22.20 Семь дней истории. (12+)

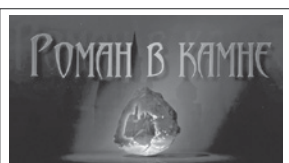
VJU HISTORY

06.00 Женщины на фронте. (16+)
06.50 Король-предатель. (16+)
07.40 Барби: рождение легенды. (16+)
08.30, 09.15 Легендарные авто. (16+)
10.05, 10.55 Территория тамплиеров. (16+)
11.40 Клеопатра: тайна мумифицированной руки. (16+)
13.35 Роберт Кеннеди - несостоявшийся президент США. (16+)
14.20 Тайны песка. (16+)
15.10, 15.55 Загадки планеты Земля. (16+)
16.40, 17.30 Легендарные авто. (16+)
18.15, 19.10 Эдвардианская Британия в цвету. (16+)
20.00 Аль Капоне: криминальная империя. (16+)
21.05 Поиски затонувшего «Криспи». (12+)
22.05 Женщины на фронте. (16+)
23.00 5 субмарин против нацистов. (16+)
00.00, 00.50 Загадки планеты Земля. (16+)
01.25, 02.15 Территория тамплиеров. (16+)
02.55 Клеопатра: тайна мумифицированной руки. (16+)
03.50 Забытый император Китая. (16+)
04.35 Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)
05.05 5 субмарин против нацистов. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 23.35 Союзники Третьего рейха. Западная Европа. (12+)
06.45, 00.20 Великий и ужасный Жук. (12+)
07.35, 01.15 Экстрасенс смеха. Семён Альтов. (12+)
08.25, 02.00 Вожди народов. (12+)
09.15, 10.05, 03.40, 04.25 Без обид. Александр Ширвиндт. (12+)
10.55 Леди Салменс. (12+)
11.55 Русские тайны. XX век. Украина. Невыдуманные истории. (12+)
12.45 Досье Тутанхамона. (12+)
13.40 Иван Великий. Возвращение государя. (12+)
14.40 Версаль - цена величия. (12+)
15.35 Юрий Соломин. Власть таланта. (12+)
16.25, 02.45 Глубинные механизмы истории. Возникновение цивилизаций. (12+)
17.20 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королёва. (12+)
18.15, 19.15 Ваза. Корабль-призрак. Галеон, спасённый из небытия. (12+)
20.15, 05.15 Мир накануне катастрофы. XX век. Гиена Европы. (16+)
21.05 Мир накануне катастрофы. XX век. Странная война. (16+)
21.55 Анатолия любви. Эва, Пола и Беата. (12+)
22.45 Фрунзик Мкртчян. История одиночества. (12+)

РОССИЯ К
Культура



12.00 «Роман
в камне»

06.30 Диалоги о животных
07.20 13.15 «Петра. Секреты древних строителей»
08.10 «Первые в мире»
08.25 21.25 «МЕГРЭ»
10.00 12.30 17.00 19.30 00.00
Новости культуры
10.20 Шедевры старого кино
12.00 «Роман в камне»
12.45 Открытая книга
14.05 «Три тайны адвоката Плевако»
14.30 «КАПИТАН ФРАКАСС»
15.45 Энигма
16.30 Письма из провинции
17.15 «Жил-был царь»
17.45 Мастера российской концертной сцены
18.45 Семинар
19.45 01.55 «Искатели»
20.35 «Владимир Фортков. Прикоснуться к солнцу». 80 лет со дня рождения Владимира Форткова
23.00 «2 Верник 2»
00.15 «ДЖЕЙН ЭЙР»
02.40 «Королевская игра»

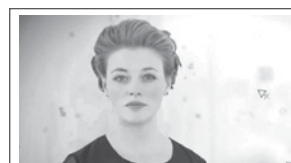
ТВЦ ТВЦ



14.50 Город новостей

06.00 «Настроение»
08.10 «ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ». (12+)
11.30 События
11.50 «ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ». (12+)
12.25 «ЛИШНИЙ». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «ЛИШНИЙ». (12+)
16.55 «Актёрские драмы. Чтобы костюмчик сидел». (16+)
17.50 События
18.10 «СЕКРЕТ УПАВШЕЙ ЗВЕЗДЫ». (16+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.05 «Хорошие песни». (12+)
00.40 «ВНИМАНИЕ: ВСЕМ ПОСТАМ...». (12+)
02.00 «Петровка, 38». (16+)
02.15 «ОЗНОБ». (12+)
05.20 «Актёрские драмы. Не люблю себя». (16+)
06.00 «Легенды эстрады. Бешеные деньги». (16+)

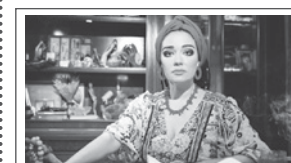
3 ТВ-3



01.15 Знаки судьбы. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
09.30 «Порча». (16+)
15.15 «Слепая». (16+)
19.00 «КОЛОМБИАНА». (16+)
США, Франция, 2011 г.
Каталя была еще совсем ребенком, когда в раз-
борках между наркокар-
телями были убиты ее
родители. Перед смертью
отец дал девочке «про-
пуск» в американское
посольство и адрес дяди
в Чикаго. С той поры про-
шло много лет, и теперь
Каталя - профессиональ-
ная убийца....
21.15 «ЛАРГО ВИНЧ: ГНЕВ ПРОШЛОГО». (16+)
Бельгия, Франция, 2024 г.
В отпуске у миллиардера
Ларго Винча похищают
сына. Во время поисков
Ларго сталкивается с раз-
личными проблемами...
23.15 «МЭГГИ МУР(Ы)». (18+)
01.15 Знаки судьбы. (16+)

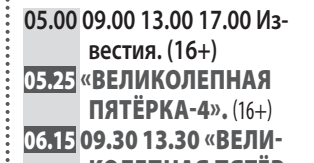
ДОМАШНИЙ



11.45 «Порча». (16+)

06.30 05.25 По делам не-
совершеннолетних. (16+)
07.25 04.35 Давай разведём-
ся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 00.30 «Порча». (16+)
12.50 «Знахарка». (16+)
13.25 «Верну любимого». (16+)
14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.35 «ПРИНЦ И НИЩАЯ». (16+)
19.00 «ВТОРАЯ СТОРОНА ПРАВДЫ». (16+)
23.30 «Понять. Простить». (16+)
01.25 «Знахарка». (16+)
01.50 «Верну любимого». (16+)
02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.45 Тест на отцовство. (16+)
04.25 «6 кадров». (16+)

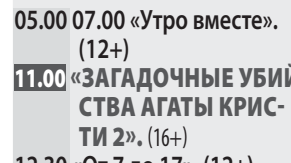
5 5-Й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 Из-
вестия. (16+)
05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
06.15 09.30 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
08.30 Ваше здоровье! (12+)
14.20 17.30 20.45 «СЛЕД». (16+)
19.50 «СЛЕД: НОВЫЕ ЛЕГАВЫЕ». (16+)
23.10 Светская хроника. (16+)
00.10 Они потрясли мир. (16+)
01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)

06.40 «ПРАВО НА ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)
09.20 «Ищу своих». (12+)
10.05 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
11.45 13.25 «НА ДРУГОМ БЕРЕГУ». (16+)
14.40 15.05 17.05 «ДОРОГАЯ». (16+)
20.30 «Война миров». (16+)
21.20 «Специальный репортаж». (16+)
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.30 «Музыка+». (12+)
00.50 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ 2». (16+)
12.30 «От 7 до 17». (12+)
13.00 «Формула здоровья». (12+)
13.30 «Великий, могучий». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30
«Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «Арт-Проспект». (12+)
15.30 «Мастерская спорта». (12+)
16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
17.15 «Такие разные». (12+)
18.15 «Содружество «Дон-басс». (12+)
18.30 «Служу Отечеству». (12+)
18.45 «Специальный репортаж». (12+)
19.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 02.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
20.30 «Просто жизнь». (12+)
21.00 02.00 «Точка.ру». (12+)
22.00 «Малая сцена». (12+)
23.30 «ПЛАМЯ». (16+)
03.00 «Спортивная семья». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 «Лига в лицах». (12+)
06.30 «Формула 1. Гаснут огни». (12+)
07.00 09.00 Новости
07.05 16.55 19.30 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция
09.05 «Небесная грация». (6+)
09.25 «Команда мечты». (12+)
10.30 13.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Прямая трансляция из Сыктывкара
11.50 15.20 Биатлон. Кубок Содружества. Спринт. Прямая трансляция из Белоруссии
17.25 Футбол. Глобал Челленджер 2026. Прямая трансляция из ОАЭ
21.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
22.35 Футбол. «Интер» - «Пиза». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
01.55 Евротур. (12+)
02.45 «Величайший». (16+)
03.55 Новости. (0+)
МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. (6+)
07.25 «Магия большого спорта». (12+)
07.50 «Вид сверху». (12+)
08.20 Баскетбол. Winline Basket Cup. (6+)
10.10 18.25 «Страна спортивная». (12+)
11.00 13.10 16.20 19.20 Новости. (0+)
11.05 Смешанные единоборства. (16+)
13.15 «БХБ». (12+)
13.45 Спецрепортаж. (12+)
14.00 04.25 Бильярд. Лига чемпионов. (6+)
16.00 21.30 Небесная грация». (6+)
16.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
18.45 «Человек из футбола». (12+)
19.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
21.50 23.00 Биатлон. Кубок Содружества. (6+)
00.30 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
07.00 Муз'итив. (16+)
08.10 Топ чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Love Radio чат. (16+)
10.00 Народный микрофон. (16+)
11.00 Плейлист | Зима. (16+)
12.00 Топ-15 Like FM. (16+)
13.00 Хиты по-русски. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Самый лучший день. (16+)
17.00 Новое Радио чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Музыкальная ежегодная премия Жара Music Awards-2023. (16+)
19.45 Народное диско. (16+)
20.40 Танцпол. (16+)
23.00 Dance чарт. (16+)
00.00 Танцпол. (16+)
02.00 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000
06.00 «МОРЕ СОБЛАЗНА». (16+)
07.55 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (16+)
09.30, 10.25, 11.25, 12.20
«ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
13.20 «НЯНЬКИ». (16+)
Комедия, США, 1994 г.
15.05 «КРУИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ». (16+)
17.00, 17.50 «БИБЛИОТЕКАРИ». (16+)
18.40 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)
20.40 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
22.55, 23.45, 00.45, 01.35
«ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
02.30 «ВО ВАЛЛЬВЕРДЕ». (16+)
03.55 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)
VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Пин-код», «Смешарики», «Три кота». Мультфильмы. (6+)
08.20 «О ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (16+)
09.55 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (16+)
11.50 «БИЛЕТ НА ВЕГАС». (16+)
13.25 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
15.10 «НУЧНАЯ СМЕНА». (16+)
17.00, 17.55 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 3: КРАХ АНТИБИОТИКА». (16+)
18.55 «ТУР С ИВАНУШКАМИ». (16+)
21.00 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)
22.40 «ВАСИЛИЙ». (16+)
00.40 «ДИКАЯ». (16+)
02.20 «ГУЛАЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
04.00 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
VIJU TV1000 ACTION
05.55 «ВАЛЬДО». (16+)
07.45 «ЭЙР АМЕРИКА». (16+)
09.45 «БЕГЛЕЦ». (16+)
11.45 «РАСПРАВА». (16+)
13.30 «ХОРОШИЙ, ПЛОХОЙ, КОП». (16+)
15.20 «ПАДЕНИЕ ИМПЕРИИ». (16+)
17.10 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
Приключенческий боевик, США, 2010 г.
19.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 2». (16+)
20.40 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 3». (16+)
22.55 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 4». (16+)
00.35 «ЗЕМЛЯ. ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+)
02.10 «БИТВА ЗА ЗЕМЛЮ». (16+)
03.55 «ДЫШИ!». (16+)
СУББОТА! СУББОТА!
05.00, 11.00, 16.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультфильмы. (0+)
10.40 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
16.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
18.00 «Буба». Мультсериал. (0+)
21.00 Богиня сыска. (16+)
22.10 Богиня свиданий. (16+)
23.30, 00.00 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
00.30, 01.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.20, 03.10 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.45 «Приключения Пети и Волка». (12+)
04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
00.50 «ЖЕНИХ». (16+)
02.35 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
04.20 «(НЕ)ЖДАНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
05.55 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
07.30 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
09.05 «ТАКСИ 3». (16+)
10.40 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
12.30 «МАЛЕНЬКИЙ ШЕФ». (6+)
14.00 «ПОБЕГ». (18+)
16.05 «ДРАКУЛОВ». (16+)
17.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
19.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)
21.25 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)
07.25 Мультфильмы. (0+)
09.00 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (16+)
10.45 «ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ». (16+)
13.05 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
14.50 «ПУТЕШЕСТВИЕ МСБЕ ПЕРРИШОНА». (16+)
16.15 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!». (16+)
18.05 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (16+)
19.30 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
21.00 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (16+)
22.45 «НЕВЕРоятные приключения итальянцев в России». (16+)
00.30 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (18+)
ДОМ КИНО ДОМ КИНО
05.20 «Фиксики: Большой секрет». Мультфильм. (6+)
06.35 «Фиксики против крабоботов». Мультфильм. (6+)
08.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
10.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.10 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 «СНЕГУРОЧКА ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
Россия, 2021 г. В ролях: Павел Воля, Настасья Самбурская, Надежда Сысоева
23.50 Вечер вместе. «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
01.35 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ». (16+)
Россия, 2019 г.
03.05 «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (12+)
СТС LOVE СТС LOVE
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
10.00 «РАНЕЧКИ». (16+)
14.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
Женя в короткий срок становится ди-джем. Но это оказывается не так просто... Мама и Тамара начинают работать в агентстве под руководством Эдуарда. Новый начальник сразу урезает бюджет...
17.10 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
Иван принимает участие в конкурсе «Мистер универ». (16+)
20.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
01.50 «МАРГОША». (16+)
04.00 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Революция. Западная для России. Фильм 1. (0+)
Авторы фильма поставили себе задачу вскрыть закулисные корни революции 1905 года, названной впоследствии первой русской революцией, показать её «американский след».
12.05 День Патриарха. (0+)
12.15, 12.45 Монастырская кухня. (0+)
13.15 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)
14.55 «ЧУЖОЕ ИМЯ». (12+)
СССР, 1966 г.
16.45 «ПОХИЩЕНИЕ». (0+)
СССР, 1984 г.
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводами). (0+)
19.30 Россия - Польша: тысячелетняя дуэль. Часть 1. (16+)
20.35 Следы империи. (12+)
22.15 Русский ковчег с Яном Таксатором. (12+)
23.15, 23.45, 00.15, 00.45
Поле битвы. (16+)
01.15 День Патриарха. (0+)
01.25 Россия - Польша: тысячелетняя дуэль. Часть 1. (16+)
02.20 Херсонес. Родина нашей Родины. (12+)
03.10 Оружейные бароны Украины. (16+)
04.10 Русский ковчег с Яном Таксатором. (12+)

Православный календарь

23 января
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Попразднство Богоявления.
Свт. Григория, еп. Нисского.



Прп. Дометиана, еп. Мелитинского. Прп. Маркиана пресвитера. Прп. Павла Комельского (Обнорского). Прп. Антипы Валаамского (Афонского). Свт. Феофана, Завторника Вышенского. Блж. Феозвы диаконисы, сестры свт. Григория Нисского. Прп. Макария Писемского. Сщмч. Зиновия пресвитера. Сщмч. Петра пресвитера. Сщмч. Анатолия, митр. Одесского.

Постный день. Разрешается рыба.
«Уверовавшие в Бога и крестившиеся должны тотчас быть готовыми терпеть искушения и от своих домашних. Ибо кто не готов к этому, тот, при постигшей внезапно опасности, легко приходит в колебание»
Свт. Василий Великий

ПЕРВЫЙ

21.00
«Время»

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. «От первой до последней ноты». К 80-летию со дня рождения Вячеслава Добрынина. (12+)
11.10 «Вспомнить всё». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Поехали! (12+)
13.10 «БЕГ». (12+)
16.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Премьера. «Ледниковый период». (12+)
21.00 «Время»
21.35 «Сегодня вечером». (16+)
00.10 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ

10.10
Сто к одному

05.00 Утро России. Суббота
08.00 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 «Наши. Военкоры». (12+)
12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.00 Большие перемены
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
17.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
20.50 Вести. Местное время
21.00 «ИЗУМРУДНЫЙ РАЙ». (16+)
Марина - директор отеля в Санкт-Петербурге, принадлежащего олигарху Олегу Краснову.
00.40 «КРЕСТНАЯ». (12+)

НТВ



19.00 «Центральное телевидение»

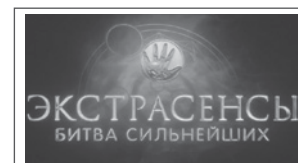
04.40 «НОЛЬ». (16+)
06.20 «Жди меня». (12+)
07.20 «Смотр». (0+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Сатья». (16+)
14.00 «Неограниченные возможности». (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 Следствие вели... (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)
22.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.40 Квартирник НТВ. (16+)
02.00 ЧП. Расследование. (16+)

СТС СТС

10.10 Впервые на СТС!
«Ленивая семейка». (6+)

06.00 «Отель «У овечек». (0+)
06.30 «Маша и Медведь». (0+)
07.10 «Гномы в деле!» (6+)
08.40 «Супергномы». (12+)
10.10 Впервые на СТС! «Ленивая семейка». (6+)
11.55 «ХРАНИТЕЛИ ПЯТИ КОРОЛЕВСТВ». (12+)
14.05 «ОХОТА НА МОНСТРА-2». (12+)
16.20 «ПАНДА ИЗ КОСМОСА». (12+)
В игрушечную плюшевую панду вселяется добродушный инопланетянин. Владелец игрушки, мальчик Рен, обнаружив, что пришелец обладает невероятным музыкальным талантом, даёт новому другу имя Моцарт.
19.05 «МОЙ ШПИОН». (16+)
21.00 «В ПОТЕРЯННЫХ ЗЕМЛЯХ». (16+)
22.45 «ДРУГОЙ МИР». (16+)
00.50 «ДРУГОЙ МИР-2: ЭВОЛЮЦИЯ». (18+)
02.25 «ДЕНЬ СПАСЕНИЯ ЗЕМЛИ». (18+)
03.50 «Отель «У овечек». (0+)

ТНТ ТНТ



11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
Здесь собираются те, кто уже доказал свою силу. Победители и финалисты «Битвы экстрасенсов» снова вступают в борьбу, проходя мистические испытания. Кто окажется сильнейшим?
21.00 «Конфетка». (16+)
Новый сезон музыкального шоу, где звёзды перепевают песни из интернета. В шоу «Конфетка» никому неизвестные авторы песен получают возможность не только рассказать о своем творчестве на большом экране, но и получить из своей песни настоящую «конфетку».
23.40 «Женский стендап». (16+)
00.40 «Конфетка». (16+)
02.45 «Женский стендап». (16+)
04.20 «Однажды в России». (16+)

РЕН



09.00 «Минтранс». (16+)

05.00 01.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
16.00 Информационная программа 112. (16+)
16.55 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «Добровзфире». (16+)
19.55 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ НА ФИЛАНТЕ». (16+)
США - Колумбия - Великобритания, 2023 г. Боевик.
22.00 «ФОРСАЖ. ПОЛНЫЙ ВПЕРЁД!» (16+)
23.40 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
Ведущие программы «Секреты на кухне» расскажут, как из макаронных изделий сделать закуску, горячее и десерт.
06.00 Пятница News. (16+)
06.40 Умнее всех. (12+)
08.00 Запретная Индия. (16+)
09.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
23.00 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (16+)
01.10 Как люди живут. (16+)
02.20 Пятница News. (16+)
02.50 На ножах. (16+)
03.40 На ножах. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.45 «Супермама». (16+)
Ещё больше ярких героинь и разных подходов к воспитанию детей. Как всегда, девушки отправятся друг к другу в гости, чтобы выяснить, кто из них достоин титула лучшей мамы страны.
08.40 «Мама в 16». (16+)
10.15 «Чадю из ада». (12+)
13.15 «Мамынькин сынок». (16+)
16.20 «Мама в 16». (16+)
19.30 «Беременна по обману». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
01.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.00 Улётное видео. (16+)
08.00 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался.
19.00 «+100500». (16+)
22.00 Офисные фениксы. (16+)
22.05 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 «НАПЕРЕГОНКИ СО ВРЕМЕНЕМ». (16+)
01.00 Большой кэш. (16+)
02.30 Утилизатор. (16+)
04.50 Улётное видео. (16+)

МИР

05.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВАСИЛИЯ БОРТНИКОВА». (16+)
05.05, 06.10, 07.40 Мультфильмы. (12+)
05.45 Всё, как у людей. (6+)
07.15 Исторический детектив с Николаем Валувым. (16+)
08.15 Игра в кино. Мультфильмы. (16+)
09.00, 10.10 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (16+)
10.00, 13.00 Новости
12.45, 13.15 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (16+)
16.35, 19.00 «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА». (16+)
18.00 Вместе. Еженедельный тележурнал. (16+)
20.50 «ЛАДОГА». (16+)
01.00 Наше кино. История большой любви. (16+)
02.40 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 15.50 «Календарь». (12+)
09.30 Всё по-взрослому
12.10 «ЧЕЛОВЕК ИЗ РИО». (16+)
14.05 05.05 «Большая страна». (12+)
15.20 «Песня остаётся с человеком». (12+)
15.35 «Отчий дом». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Точка.ру». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.35 «ПРЕДСКАЗАНИЕ». (16+)
22.25 «СКОРЬ». (16+)
00.20 «СТУДЕНТ». (16+)

ПОБЕДА

04.50 «КЛАССИК». (16+)
06.35 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (16+)
08.10 «БЛИЗНЕЦ». (16+)
12.00 «ПУЛЯ». (16+)
21.00 «СУМРАК». (16+)
Начальника отдела уголовного розыска Мезенцева подозревают в убийстве коллеги. Он отстранен от дел и вынужден начать собственное расследование, но, чтобы найти настоящего убийцу, Андрею придется разобраться, почему все близкие люди, как ему кажется, настроены против него.
23.05 «ПОБЕГ». (16+)
01.15 «ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА». (16+)
02.50 «НЕБО ИЗМЕРЯЕТСЯ МИЛЯМИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Супер МЯУ», «Барбоскины». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Лео и Тиг». (0+)
10.00 «Съедобное или несъедобное: Саша Мраева и салат «Парус». (0+)
На кухне - повар и танцовщица Саша! Важно ли кондитеру любить сладкое, кого можно встретить в комнате страха и родственники ли дайкон и редиска? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!»
10.20 «Отель у овечек». (0+)
12.00 «Парк Турум-Бурум». (0+)
12.15 «Команда Флоры. Экотур». (0+)
14.15 «Маша и Медведь». (0+)
16.00 «У меня лапки». (0+)
«У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.
16.30 «Оранжевая корова». (0+)
Музыкальный мультсериал про семью дружных оранжевых коров.
18.15 «Чик-Чириккино». (0+)
19.45 «Два хвоста». (6+)
О дружбе домашнего кота с лесным бобром и о загадочном вторжении инопланетян.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Геройчики». (0+)
22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
23.00 «Ну, погоди!» (0+)
01.35 «Монски». (0+)

МУЛЬТ

06.00 «Жила-была Царевна». (0+)
08.00 «Маша и Медведь». (0+)
11.00 «Умка». (0+)
11.30 «Маша и Медведь». (0+)
«Маша и Медведь» - это первый российский мультсериал, который заговорил на одном языке с детьми и взрослыми во всем мире, рассказав о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя. Взаимоотношения героев сериала отражают отношения ребенка, познающего мир, и взрослого, пытающегося помочь.
12.00 Горошек и компания. (0+)
13.10 «Маша и Медведь». (0+)
19.00 «МУЛЬТПремьера!» (0+)
20.10 «Маша и Медведь». (0+)
22.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
На круглогодичном курорте повышенной комфортности отдыхают всем известные Заяц и Волк. Первый с радостью бы довольствовался разными активностями, если бы не козни второго.
02.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)



ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Всемирное наследие. Россия: Владимир. (12+)
00.50, 09.15, 17.00 Забытые войны России. (12+)
01.45, 06.05, 10.10, 13.50, 17.55 Легенды науки. (12+)
02.15, 06.40, 18.30 Народный фронт Победы. (12+)
02.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
03.15 Семь дней истории. (12+)
03.20 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)
04.25, 05.15 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
07.10 Сквозь времена: Владычная палата Новгородского кремля. (12+)
07.45 Боги войны. (16+)
08.20 Боги Египта. (16+)
10.45 Русское наследие. Южные рубежи: Купеческая архитектура новых регионов. (12+)
11.05 Донбасс. Истерзанное сердце России. (16+)
12.10 Это подкаст. История. (12+)
13.10 Карим Хакимов. (12+)
14.25, 21.35 Историограф. (12+)
15.15, 19.00, 22.40 Пётр I Великий. (12+)
16.05 Революция LIVE: #неумереннаяпозиция. (12+)
20.00 «ЕКАТЕРИНА ВЕЛИКАЯ». (12+)
20.50 Ледоколы войны: Ледокол «Ермак». Первый в мире. (12+)
22.20 Русское наследие. Южные рубежи: Гражданская война и её след в культурном наследии новых регионов. (12+)

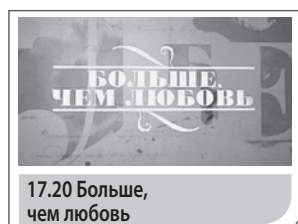
VJU HISTORY

06.15 Крепость Трапезица, Велико-Тырново, Болгария. (12+)
06.40, 07.20, 08.05, 08.50, 09.35 Загадки планеты Земля. (16+)
10.20, 11.10, 12.00, 12.50, 13.40, 14.30 Территория тамплиеров. (16+)
15.20, 16.10 Эдвардианская Британия в цвете. (16+)
17.00, 17.50 Динозавры вместе со Стивеном Фраем. (12+)
Знаменитый актёр и телеведущий Стивен Фрай проведёт вас через всю историю существования динозавров. Вместе мы исследуем эволюцию, поведение и причины вымирания этих гигантов.
18.40 Неандерталец: первый художник. (12+)
19.35, 20.30 Последние секреты человечества. (16+)
21.25 Самые отчаянные операции Второй мировой: Как украсть радар Гитлера. (16+)
22.20 Самые отчаянные операции Второй мировой: Первая миссия Легкой роты. (16+)
23.10, 00.00, 00.55, 01.40 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)
02.30, 03.15, 04.00, 04.45 Территория тамплиеров. (16+)
05.35 Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 14.25, 22.50 Железная воля. Наследие Гюстава Эйфеля. (12+)
Гюстав Эйфель. Хотя его имя неразрывно связано с Эйфелевой башней, наследие этого великого французского инженера куда обширнее. За полвека карьеры он создал более 500 уникальных сооружений по всему миру - от ажурного виадука Гараби до каркаса Статуи Свободы. Его проекты, такие как Западный вокзал в Будапеште и мост Марии Пии в Порту, словно расширили границы архитектуры, соединив мощь стали с изяществом формы.
В этом документальном фильме мы заново открываем творчество Эйфеля - новатора, чей гений продолжает вдохновлять.
06.55, 15.20, 23.50 Весёлые ребята. Дунаевские. (12+)
07.45, 16.10, 00.40 Досье Тухачевского. (12+)
08.40, 17.05, 01.30 Под кодовым именем «Ани-та». (12+)
09.15, 17.45 Версаль - цена величия. (12+)
10.10, 18.35, 02.10 Марина Влади. Моя правда. (16+)
10.50, 11.40, 19.25, 20.10, 02.50, 03.30 Моцарт. (12+)
12.25, 20.55, 04.15 Мария-Антуанетта: Гильотина для королевы. (16+)

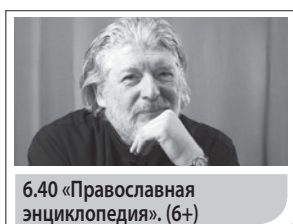
РОССИЯ К
Культура



17.20 Больше,
чем любовь

06.30 Библейский сюжет
07.05 «Мультфильмы»
07.45 «ПЕРЕХОДИМ
К ЛЮБВИ»
09.55 Старейшие музы-
кальные коллективы
России
10.25 «ВЕРТИКАЛЬ»
11.40 «Коллекция»
12.10 Черные дыры. Белые
пятна
12.50 00.55 «Водный мир
острова Комодо»
13.45 Рассказы из русской
истории
15.05 «Почерк эпохи»
15.35 «АДМИРАЛ УШАКОВ»
17.20 Больше, чем любовь
18.00 Концерт Государствен-
ного академического
ансамбля народного
танца имени Игоря
Моисеева
19.30 Новости культуры
19.45 Оттепель
20.00 «ПОД СЕВЕРНЫМ
СИЯНИЕМ»
22.00 Агора
23.00 «ЦЕРЕМОНИЯ»

ТВЦ



6.40 «Православная
энциклопедия». (6+)

06.40 «Православная энци-
клопедия». (6+)
07.05 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ
ПРИЗРАК». (12+)
09.00 «Здоровый смысл». (16+)
09.30 «Смех, дрожь и видео». (16+)
10.05 Мифы о еде. (16+)
10.55 «Просто & вкусно». (6+)
11.30 14.30 23.35 События
11.45 «Смешите меня семе-
ро». (16+)
12.35 Анекдот-клуб «Нехму-
рые люди». (16+)
13.05 14.45 «РАЗОБЛАЧЕНИЕ
ЕДИНОРОГА». (12+)
17.15 «БИЗНЕС-ПЛАН СЧА-
СТЬЯ». (16+)
21.00 «Постскриптум» с
Алексеем Пушкиным
22.10 «Право знать!» (16+)
23.45 «Тайная комната. Кры-
синые тропы фаши-
стов». (16+)
00.25 «Следствие ведет КГБ.
Агент «Прощай». (16+)
01.05 01.35 «10 самых...» (16+)

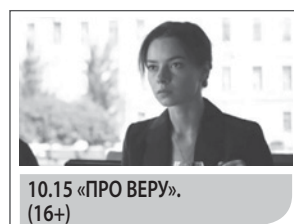
ТВ-3



08.30 Вкусно с Анфисой
Чеховой. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 Вкусно с Анфисой
Чеховой. Любовное
настроение. (16+)
09.00 «Леди Баг и Супер-
Кот». (6+)
10.45 «ЗИП И ЗАП НА
ОСТРОВЕ КАПИТА-
НА». (12+)
12.45 «БИБЛИОТЕКАРЬ:
ПРОКЛЯТИЕ ЧАШИ
ИУДЫ». (16+)
14.45 «ЛАРГО ВИНЧ: ГНЕВ
ПРОШЛОГО». (16+)
16.45 «КОЛОМБИАНА». (16+)
19.00 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
США, 2013
Работа Рэя - проверять
безопасность самых
охраняемых тюрем. Со-
вершив побег из 14-ти
и написав об этом книгу,
он привлекает внимание
ЦРУ.
21.15 «СУДЬЯ ДРЕДД». (16+)
23.15 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)
01.15 Знаки судьбы. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

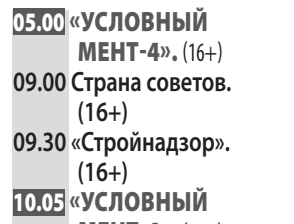
ДОМАШНИЙ



10.15 «ПРО ВЕРУ». (16+)

06.15 «НА ДВОИХ
НЕ ДЕЛИТСЯ». (16+)
10.15 «ПРО ВЕРУ». (16+)
Россия, 2017 г. Мело-
драма. В ролях: Даниил
Страхов, Вера Кинчева.
Одинокая Вера живёт
учёбой и заботой о бра-
те - трудному подростку
Вера старается заменить
родителей, которых нет
уже несколько лет. Как
«подарок судьбы», в её
жизнь врывается взрос-
лый мужчина, успешный
бизнесмен.
19.00 «ВСЕ СРЕДСТВА
ХОРОШИ». (16+)
Россия, 2024 г. Мелодра-
ма. В ролях: Анастасия
Денисова, Владимир
Бутенко, Никита Мучкаев.
Привычная жизнь Даши
«дом-работа-дом» разво-
рачивается на 180 граду-
сов, когда она получает
видео, на котором за-
печатлён её муж...
23.15 «ПО ТОНКОМУ
ЛЬДУ». (16+)
02.50 «ПРО ВЕРУ». (16+)

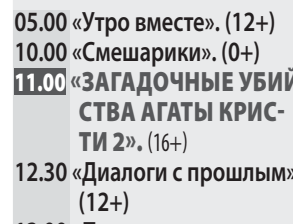
5-й КАНАЛ



05.00 «УСЛОВНЫЙ
МЕНТ-4». (16+)

09.00 Страна советов. (16+)
09.30 «Стройнадзор». (16+)
10.05 «УСЛОВНЫЙ
МЕНТ-4». (16+)
19.25 «УСЛОВНЫЙ
МЕНТ-5». (16+)
00.00 Известия. Главное. (16+)
01.05 Светская хроника. (16+)
02.10 «ФИЛИН-3». (16+)
03.30 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
ЗВЕЗДА
05.40 02.55 «ПОСЛЕ ДО-
ЖДИЧКА В ЧЕТ-
ВЕРГ». (6+)
06.55 «ОТЧИЙ ДОМ». (12+)
09.15 «Второе мнение». (12+)
09.45 «СССР. Знак качества». (12+)
11.35 «Легенды кино». (12+)
12.30 «Жить после». (16+)
13.15 19.25 «ЗАХВАТ». (16+)
22.05 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
23.55 «ПРОПАЖА
СВИДЕТЕЛЯ». (12+)
01.25 «ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ
РАССЛЕДОВАНИЕ». (12+)

ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

10.00 «Смешарики». (0+)
11.00 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙ-
СТВА АГАТЫ КРИС-
ТИ 2». (16+)
12.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
13.00 «Просто жизнь». (12+)
13.30 «Здоровый интерес». (12+)
13.45 «ПЛАМЯ». (16+)
16.15 «8 БУСИН НА ТОНКОЙ
НИТОЧКЕ». (16+)
18.00 «Марафон». (12+)
19.00 «Территория успеха». (12+)
19.30 «Губернские новости». (12+)
19.45 «Арт-Проспект». (12+)
20.15 «Служу Отечеству». (12+)
20.30 «Точка.ру». (12+)
21.00 «РЯБИНОВЫЙ
ВАЛЬС». (16+)
22.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
23.15 «Марафон». (12+)
00.15 «Чемпионат Высшей
хоккейной лиги. «Бу-
ран» - «Молот» Пермь. (12+)
02.00 «Такие разные». (12+)
03.00 «Актуальное интер-
вью». (12+)
03.15 «ОСЕНЬЮ 41-ГО». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 Смешанные едино-
борства. One FC. Прямая
трансляция из Таиланда
08.30 Новости
08.35 19.35 22.30 01.00 Все на
Матч! Прямая трансляция
10.00 12.50 Лыжные гон-
ки. Кубок России. Прямая
трансляция из Сыктывкара
11.50 15.00 Биатлон. Ку-
бок Содружества. Гонка
преследования. Прямая
трансляция из Белоруссии
15.55 Баскетбол. ЦСКА - «Зе-
нит» (Санкт-Петербург).
Единая лига ВТБ. Прямая
трансляция
17.55 Гандбол. Чемпионат
России. Суперлига. Женщи-
ны. Прямая трансляция
20.20 Футбол. «Севилья» -
«Атлетик». Чемпионат Ис-
пании. Прямая трансляция
22.50 Футбол. «Вильярреал»
- «Реал» (Мадрид). Чем-
пионат Испании. Прямая
трансляция
01.55 «Майк Тайсон. Желез-
ные кулаки». (16+)
03.00 Смешанные единобор-
ства. Прямая трансляция
06.00 07.10 21.10 22.10 Би-
атлон. Кубок Содруже-
ства. (6+)
08.25 Спортсмен. (12+)
08.50 05.30 География спор-
та. (12+)
09.15 Страна смотрит спорт. (12+)
09.45 Автоспорт. Гонка чем-
пионов. Прямая транс-
ляция
14.25 Бильярд. Лига чемпио-
нов. (6+)
16.00 Спецрепортаж. (12+)
16.20 Новости. (0+)
16.25 18.55 Волейбол. Чем-
пионат России. Суперлига.
Прямая трансляция
18.25 «Лучшая лига мира». (12+)
18.50 Новости. (0+)
20.55 03.05 Спорт, который
есть. (12+)
23.05 00.50 Лыжные гонки.
Кубок России. (6+)
02.50 «Страна спортивная». (12+)
03.25 Автоспорт. Гонка чем-
пионов. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 03.00 Золотая лихо-
радка. (16+)
06.30, 08.40 PRO-новости. (16+)
06.50, 17.30 Плейлист | Зи-
ма. (16+)
07.40 Звезды о звездах. (16+)
09.00 Звезды на утро. (16+)
10.00 У-Дачный чарт. (16+)
11.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
12.00 PRO-новости. (16+)
12.30 10 самых с Оксаной Са-
мойловой. (16+)
13.00 Топ-30. Народный хит. (16+)
15.30 Хит-Сториз. (16+)
16.00 Серийный... фанат. (16+)
17.00 Лига клипов. (16+)
18.30 Музыкальная ежегод-
ная премия Жара. (16+)
19.45 Народное диско. (16+)
20.40, 23.30 Танцпол. (16+)
22.30 Dance чарт. (16+)
01.00 Наше. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 RUSSKOE TV1000 RUSSKOE TV1000 ACTION TV1000 ACTION
05.30 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
07.40 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2:
ИНСУРГЕНТ». (16+)
09.45 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3:
ЗА СТЕНОЙ». (16+)
11.50, 13.05, 13.55, 14.55
«ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙ-
СТВА». (16+)
15.55 «АЛЕКСАНДР». (16+)
19.00 «ВЫЖИВШИЙ». (16+)
Триллер, США, Гонконг, Тай-
вань, 2015 г.
21.50 «БУДИКА: КОРОЛЕВА
ВОИНОВ». (16+)
Исторический боевик, Ве-
ликобритания, 2023 г.
23.40 «НА КРАЮ ЗЕМЛИ». (16+)
Боевик, Великобритания,
Австралия, Новая Зелан-
дия, 2023 г.
01.50 «МОЙ СОЗДАТЕЛЬ». (16+)
03.35 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)
05.30 «Смешарики». «Пин-
код», «Простоквашино»,
«Три кота», «Царевны». Муль-
тисериалы. (6+)
10.00, 10.50, 11.45, 12.35
«АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
13.25 «ТЕМНЫЙ МИР». (16+)
15.20 «ТЕМНЫЙ МИР: РАВНО-
ВЕСИЕ». (16+)
17.00 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО
КЛАДБИЩА». (16+)
18.40 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)
20.30 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ» (16+)
22.55 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ 2». (16+)
00.55 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕН-
ТА». (16+)
02.30 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО
РЕЖИМА». (16+)
04.20 «Бременские музыкан-
ты». «По следам бремен-
ских музыкантов», «Сказка
о рыбаке и рыбке». (6+)
05.25 «БЕЗ КОМПРОМИССОВ». (16+)
07.15 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
09.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 2». (16+)
10.40 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 3». (16+)
12.55 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 4». (16+)
14.35 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
17.00 «УБЕЖИЩЕ». (16+)
19.00 «ДОЧЬ БОЛОТНОГО ЦА-
РЯ». (16+)
20.50 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
Триллер, США, 2013 г.
22.25 «БУНКЕР». (16+)
Детективный триллер, Ис-
пания, 2011 г.
00.05 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)
02.10 «ЗАМЕРЗШИЕ». (16+)
03.40 «ОХРАНИК». (16+)
05.00, 06.35, 12.40 «Маша и
Медведь», «Маша и Мед-
ведь. Машины Песенки». Муль-
тисериалы. (0+)
06.10 «Маша и Медведь:
Парк чудес». Мультфильм. (0+)
12.10 «Маша и Медведь. Ска-
жите «Ой!» Мультфильм. (0+)
18.00 «Свинка Пеппа». Мульт-
сериал. (0+)
21.00 Богиня свиданий. (16+)
22.20 Богиня сыска. (16+)
23.40, 00.10 «ЭЛЕН И РЕБЯ-
ТА». (16+)
00.40, 01.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.20, 03.10 «МЯТЕЖНЫЙ
ДУХ». (16+)
03.50 «Маша и Медведь»,
«Маша и Медведь. Маши-
ны Песенки». Мультсериа-
лы. (0+)
КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
00.40 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПО-
ВЕДЕНИЯ». (18+)
02.50 «КТО ТВОЯ БАБУШКА,
ЧУВАК?» (12+)
04.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
06.20 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИ-
ТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
08.10 «СЕРДЦЕДЕДКИ». (18+)
10.25 «МОЯ ПИРАТСКАЯ
СВАДЬБА». (18+)
12.20 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
13.50 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПО-
ЛОХ». (16+)
15.45 «СОКРОВИЩА ГНОМОВ». (6+)
17.35 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕ-
МЫЙ». (16+)
19.30 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУ-
НА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖ-
ДАТЬ». (18+)
06.15 «Белка и Стелка. Ка-
рибская тайна». Мульт-
фильм. (6+)
07.35 «Белка и Стелка.
Звездные собаки». Мульт-
фильм. (6+)
09.20 «Снежная королева:
Зазеркалье». Мультфильм. (6+)
11.00 Союзмультфильм пред-
ставляет: «Ну, погоди!» (6+)
13.00 «ЗОЛУШКА». (12+)
14.35 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ
УЛИЦЕ». (16+)
16.30 «КОРОЛЕВА БЕНЗОКО-
ЛОНКИ». (12+)
17.55 «ЧАРОДЕИ». (12+)
21.00 «ПРИНЦЕССА НА БО-
БАХ». (16+)
23.00 «БЕДНАЯ САША». (16+)
00.55 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
06.00 6 кадров. (16+)
10.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
Доктору Васнецову прихо-
дится провести сеанс пси-
хотерапии с директором
школы, где учатся его до-
чери. Лучше бы он этого не
делал...
22.30 Сердца за любовь. (16+)
«Сердца за любовь» - это
шоу знакомств и аукцион
в одном лице, где каждая
девушка будет бороться за
внимание парней на не-
обычном аукционе. Глав-
ная цель очаровательных
участниц аукциона - найти
свою вторую половинку.
01.20 Ясновидящая. (16+)
03.35 6 кадров. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Валаам. (0+)
Еще десяток лет назад на
Валааме царил полнотелый
разруха - наследие со-
ветских времен. Сегодня
монастырь не узнать. Не-
когда разрушенные скиты
отстроены, храмы отре-
ставлены, а централь-
ный Спасо-Преображен-
ский собор сияет ярким
цветком под серым север-
ным небом.
06.10 «ЧУЖОЕ ИМЯ». (12+)
08.00 Мультфильмы
на СПАСЕ. (0+)
09.00 Простые чудеса. (12+)
10.00 Пилигрим. Суздаль. (6+)
11.00 Святые России. (6+)
12.05, 12.35, 13.00, 13.30
Монастырская кухня. (0+)
13.55 В поисках Бога. (12+)
14.30 Профессор Осипов. (0+)
15.00, 16.40 «ПЛАМЯ». 1-2
серии. (12+)
18.15 «ОСЕННИЕ СНЫ». (6+)
20.00 Паломница. (12+)
21.15 Простые чудеса. (12+)
22.15 Русский мир. (12+)
23.20 «Бесогон». Авторская
программа Никиты Михал-
кова. (18+)
00.30 Спас-стрим. (0+)
02.40 День ангела: Мученица
Татиана. (0+)
03.10 Святой Савва. Русский
цвет на Сербском флаге. (0+)
04.05 Русский мир. (12+)

Православный календарь

24 января
Седмица 33-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Попразднство Богоявления.
Прп. Феодосия Великого, общих житий
начальника.



Прп. Михаила Клоп-
ского, Новгородского.
Прп. Феодосия Анти-
охийского. Прп. Пахо-
мия Кенского. Сщмчч.
Николая, Феодора и
Владимира пресви-
теров. Св. Владими-
ра исп., пресвитера.
Елецкой иконы Божи-
ей Матери.

Поста нет.

« Ты усыновлен Богу Таинством
святого Крещения, ты вступил в
теснейшее единение с Богом Таинством
святого Причащения; поддерживай усы-
новление, поддерживай единение».
Свт. Игнатий Брянчанинов

ПЕРВЫЙ



06.55 «Часовой». (12+)

06.00 Новости
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
06.55 «Часовой». (12+)
07.25 «Здоровье». (16+)
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)
09.10 «Непутевые заметки». (12+)
09.30 «Мечталлион». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь других». (12+)
11.05 «Повара на колесах». (12+)
12.15 «Будем жить!». (16+)
13.10 «Больше, чем поэт». (16+)
15.30 «ВЫСОЦКИЙ: СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Доктор Шлягер». (12+)
21.00 «Время»
23.00 «Своя колея». (16+)
00.40 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)

05.20 «ДЕВУШКА В ПРИЛИЧНУЮ СЕМЬЮ». (16+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома»
09.25 Утренняя почта
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
15.00 «Парад юмора». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.30 Москва. Кремль. Путин
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.40 «ДЕВУШКА В ПРИЛИЧНУЮ СЕМЬЮ». (16+)

НТВ



14.00 «Однажды...» (16+)

05.00 «ТОНКАЯ ШТУЧКА». (16+)
06.40 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
12.00 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования». (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели»
20.20 «КРОВЬ ЗА КРОВЬ». (16+)
00.20 Звезды сошлись. (16+)
01.55 «Основано на реальных событиях». (16+)

СТС



06.30 «Маша и Медведь». (0+)

06.00 «Отель «У овечек». (0+)
06.30 «Маша и Медведь». (0+)
07.30 Впервые на СТС! «Косоплапы агент». (6+)
09.25 Впервые на СТС! «Бернард. Миссия Марс». (6+)
11.20 «Маугли дикой планеты». (6+)
13.15 «ГОЛОС ИЗ КОСМОСА». (6+)
15.20 «МАКС СТИЛ». (16+)
17.10 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (16+)
19.05 «МОДИФИКАТЫ». (16+)
21.00 «МЕГАН: К ВАШИМ УСЛУГАМ». (16+)
22.55 «ДИТЯ РОБОТА». (16+)
00.50 «МАРМЕЛАД». (18+)
Бэрон живёт в небольшом городке и работает почтальоном. Его жизнь кардинально меняется, когда он знакомится с девушкой Мармелад.
02.25 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
03.50 «ПАПАШИ». (16+)
05.15 «Отель «У овечек». (0+)

ТНТ



23.20 «Шоу Воли». (16+)

07.00 «Однажды в России». (16+)
10.40 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
Главная интрига сезона - появление двух новых участников, имена которых до эфира строго держатся в секрете.
18.30 «Выжить в Стамбуле». (16+)
Пятый сезон экстремального реалити ТНТ, где комфорт сталкивается с выживанием. За приз в 10 миллионов рублей сражаются две команды: звёзды и обычные люди.
21.00 «Титаны». (16+)
Самый масштабный спортивный проект запускает битву сезонов! Теперь лучшие из лучших и сильнейшие из сильнейших атлетов сойдутся в эпических схватках.
23.20 «Шоу Воли». (16+)
00.20 «Женский стендап». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



09.25 «Знаете ли вы, что?» (16+)

05.00 01.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
08.55 «Самая народная программа». (16+)
09.25 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.25 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Купи-продай». (16+)
12.55 «Неизвестная история». (16+)
13.55 «Легенды и мифы». (16+)
15.00 «Безумные факты». (16+)
16.00 Информационная программа 112. (16+)
17.00 «БАГРОВЫЙ РАССВЕТ». (16+)
18.45 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮДИ». (16+)
20.40 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
23.55 «Документальный спецпроект». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)
Ведущие программы «Секреты на кухне» будут готовить блюда из зелёных продуктов. Камилла Дмитриева сделает авокадо тост без хлеба.
06.00 Пятница News. (16+)
06.40 Умнее всех. (12+)
08.00 Запретная Индия. (16+)
09.00 Как люди живут. (16+)
11.20 Погнали! (16+)
23.00 «ПАДЕНИЕ ИМПЕРИИ». (18+)
01.10 Как люди живут. (16+)
02.20 Пятница News. (16+)
02.50 На ножах. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.40 «Супермама». (16+)
08.40 «Мама в 16». (16+)
13.20 «Дорогая, я забил». (12+)
Мужья страдают, жены отдыхают. Теперь папе нужно не только сделать ремонт и справиться с детьми, но и прожить эти три дня по графику мамы. Все невообразимые женские дела ложатся на хрупкие мужские плечи.
14.50 «Мама в 16». (16+)
18.00 «Беременна по обману». (16+)
19.30 «Мамыны сыночки». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)

ЧЕ!

06.20 Улётное видео. (16+)
08.40 Улетные животные. (16+)
10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
19.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
01.20 Большой кэш. (16+)
Шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Телезрителю ждет гремучая смесь азарта, страха и неожиданностей. А главное, они увидят, на какие дикости готовы пойти люди ради победы.
02.50 Утилизатор. (16+)

МИР

05.00 Мультфильмы. (12+)
06.25 «ХОД КОНЕМ». (16+)
07.55 Диктор делает. (16+)
08.25 Фазендалайф. (6+)
08.55, 10.10 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
10.00, 13.00, 18.00 Новости
11.00, 13.15 «Д'АРТАНЬАН И ТРИ МУШКЕТЕРА». (16+)
16.40, 18.15, 01.00 «МАГОМАЕВ». (16+)
Конец 1960-х, разгар брежневской эпохи. Муслим Магомаев во время записи концертной программы знакомится с оперной певицей, Тамарой Синявской.
00.00 Вместе. Еженедельный тележурнал. (16+)
02.05 Наше кино. История большой любви. (16+)
02.55 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 16.00 «Календарь». (12+)
11.25 12.05 04.25 «ИГРУШКА». (12+)
13.05 «КИНО. КОРОТКИЙ МЕТР». (16+)
14.05 «Большая страна». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
20.15 «МАЛЬЧИК И ДЕВОЧКА». (12+)
21.25 «БЛАГОДЕТЕЛЬ». (16+)
23.40 «Илья Эрэнбург». (12+)
00.20 «ПРЕДСКАЗАНИЕ». (16+)

ПОБЕДА

04.30 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)
06.20 «ЧЕМПИОНЫ». (16+)
История пути к чемпионским титулам нескольких спортсменов.
08.00 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (16+)
09.50 «МИСТЕР НОКАУТ». (16+)
11.55 «ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЧТЫ». (16+)
14.00 «СТРЕЛЬЦОВ». (16+)
15.50 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (16+)
17.30 «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)
20.05 «МАРШ-БРОСОК». (16+)
22.10 «КОМАНДИР». (16+)
00.30 «КОРОЛЕВ». (16+)
02.30 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОС». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Грузовичок Лёва», «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Момо». (0+)
Аквариум - это не просто стеклянный сосуд. Это целый мир! Мир, где живут осьминог Хэнк и его неугомонная дочь Момо. Для Хэнка это крепость, которую нужно охранять. Для Момо - бескрайняя вселенная, которую нужно исследовать.
10.00 «Еда как в сказке». (0+)
10.20 «Простоквашино». (0+)
12.00 «Всё, что вы хотели знать!» (6+)
12.30 «Фиксики». (0+)
14.00 «У меня лапки». (0+)
14.25 «Чемпионы». (6+)
Готовы вновь кричать «Шайбу! Шайбу!»? А может быть, «Гол!»? Легендарное противостояние красных «Метеоров» и синих «Вымпелов» теперь не только на льду, но и на футбольном поле!
16.00 «Это супер!» (0+)
16.15 «Барбоскины». (0+)
18.50 «Кошечки-собачки». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
Шаранавты - это отважные космические герои, защитники Шаралактики!
22.30 «Метал Кард Бот». (6+)
23.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
01.35 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

06.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
Приключения неугомонных озорников: бурого медвежонка Кеши, белого - по имени Тучка, и их подружки Лисички. Иннокентий любит гаджеты и технику, Тучка - дитя природы, а Лисичка обожает печь пироги и угощать ими своих многочисленных друзей.
11.00 «Умка». (0+)
Белый медвежонок Умка со своей мамой Медведицей живёт в суровой и прекрасной Арктике. У него есть замечательные друзья - озорная волчица Илья, милая нерпа Кора и смешная розовая чайка Пычик. А самый главный друг Умки - это чукотский мальчик Тайэк. Мальчик и зверята вместе исследуют удивительный мир Севера и учатся уважать природу и друг друга.
11.30 «Мини-Мишки». (0+)
14.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
22.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
02.00 «Мини-Мишки». (0+)
Малыши Кеша, Тучка, Лисичка, крот Валя, еноты-близнецы Саня и Соня, а также цыпленок Цыпа живут в маленьком игрушечном городке, где все выглядит нарядным и веселым. Каждый день они выходят из своих домиков и увлеченно играют на детской площадке, где постоянно попадают в различные сложные ситуации...

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00, 00.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
01.40, 06.10, 09.50, 13.55 Легенды науки. (12+)
02.15, 14.30 Народный фронт Победы. (12+)
02.45 Сквозь времена. (12+)
03.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
03.45 Боги войны. (16+)
04.20 Боги Египта. (16+)
05.15, 13.00 Забытые войны России. (12+)
06.45, 18.20 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
07.05 Донбасс. Истерзанное сердце России. (16+)
08.10 Это подкаст. История. (12+)
09.10 Карим Хакимов. (12+)
10.25, 17.35 Историограф. (12+)
11.15, 15.00, 18.40 Пётр I Великий. (12+)
12.05 Революция LIVE: неумеренная оппозиция. (12+)
16.00 «ЕКАТЕРИНА ВЕЛИКАЯ». (12+)
16.50 Ледоколы войны. (12+)
20.00 Шахматные партии холодной войны. (16+)
20.45 Тайное становится явным. (12+)
21.00 Освоение Крыма. (12+)
21.45 Щёлкин. Крепкий отец атомной бомбы. (12+)
22.35 Россия научная. Великие имена: Пафнутий Чебышев. (12+)
23.00 Версальский договор. Победа в войне, поражение в мире. (12+)

VJU HISTORY

06.10 Кэнтэ-дзи, Япония. (12+)
06.50, 07.35 Поезда, которые изменили мир. (16+)
08.25, 09.05, 09.45, 10.30, 11.15 Загадки планеты Земля. (16+)
12.00 Забытый император Китая. (16+)
12.55 Аль Капоне: криминальная империя. (16+)
14.00 Поиски затонувшего «Кристи». (12+)
15.00 Исторические убийства: Лондонский блицубийца. (16+)
15.50 Исторические убийства: Эдинбургские похитители тел. (16+)
16.40 Исторические убийства: Дьявол в Белом городе. (16+)
17.30 Исторические убийства: Берлинский нацист-потрошитель. (16+)
18.20 Проект НЛО: Рассекречено: Советские секреты. (16+)
19.10 Проект НЛО: Рассекречено: После разоблачения. (16+)
20.00, 20.45 Тайны песка. (16+)
21.30 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)
22.30, 23.25, 00.20 Женщины на фронте. (16+)
01.10 5 субмарин против нацистов. (16+)
02.05 Призрак из Каменного века. (12+)
03.00 Неандертальцы против хомо сапиенс. (12+)
03.50, 04.35 Территория тамплиеров. (16+)
05.20 Мирский замок, Беларусь. (12+)

ИСТОРИЯ

06.00, 14.35, 23.10 Версаль - цена величия. (12+)
06.45, 15.20, 23.55, 05.20 Марина Влади. Моя правда. (16+)
07.35, 08.20, 16.10, 16.55, 00.45, 01.30 Моцарт. (12+)
09.05, 17.40, 02.10 Мария-Антуанетта: Гильотина для королевы. (16+)
11.05, 19.40 Железная воля. Наследие Гюстава Эйфеля. (12+)
12.05, 20.40, 03.55 Весёлые ребята. Дунаевские. (12+)
12.55, 21.30 Досье Туганхана. (12+)
В 1922 году Говард Картер нашёл то, что искало человечество: нетронутую гробницу фараона. Сокровища Туганхана потрясли мир. Но с того самого дня началась другая история - история загадок, над которыми учёные бьются уже целый век. Почему величайшее открытие стало и величайшим проклятием для тех, кто к нему прикоснулся? Отчего умер юный правитель? И как маленькая усыпальница пережила тысячелетия, укрывшись от грабителей, когда великие пирамиды были опустошены? Команда ведущих египтологов и историков, получившая эксклюзивный доступ к архивам и последним научным данным, проводит собственное расследование.
13.50, 22.25, 04.40 Под кодовым именем «Ани-та». (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



14.20 «Игра в бисер»
с Игорем Волгиным

06.30 «Мультфильмы»
07.40 «СЕМЬЯ ЗАЦЕПИНЫХ»
09.55 Тайны старого чердака
10.25 «Курсовая работа»
11.10 «СЫН»
12.40 Дом учёных
13.10 Незыблемые маршруты России
13.50 «Невский ковчег. Теория невозможного»
14.20 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
15.05 «Элементы» с Ириной Седовой
15.35 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ»
17.10 Пешком..
17.45 «Эстрада, которую нельзя забыть»
18.35 «Александр Невский. Между Востоком и Западом»
19.30 Новости культуры
20.25 «ВЕРТИКАЛЬ»
21.40 Пласидо Доминго. Гала-концерт «Весна. Любовь. Опера»
23.55 «ПЕРЕХОДИМ К ЛЮБВИ»

ТВЦ ТВЦ



10.55 Полезная программа.
(6+)

05.45 «ДЕТДОМОВКА». (12+)
09.00 «СЕКРЕТ НЕПРИСТУПНОЙ КРАСАВИЦЫ». (12+)
10.55 Полезная программа. (6+)
11.30 События
11.45 «Петровка, 38». (16+)
11.55 «Владимир Высоцкий. Четыре четверти пути». (16+)
12.45 «ВНИМАНИЕ: ВСЕМ ПОСТАМ...» (12+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Дорогие товарищи. Сокровища Зыкиной». (16+)
15.50 «Охота на маньяка. Дело кота в цилиндре». (16+)
16.40 «Настоящий детектив. Мёртвая зона». (16+)
17.30 «МЕСТЬ НА ДЕСЕРТ». (12+)
21.20 «КАИНОВА ПЕЧАТЬ». (12+)
00.00 События
00.15 «КАИНОВА ПЕЧАТЬ». (12+)

3 ТВ-3



09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. Любовное настроение. (16+)
09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
11.45 «ТИМ ТАЛЕР, ИЛИ ПРОДАННЫЙ СМЕХ». (12+)
Германия, 2017 г. Сирота Тим Талер продаёт свой смех злому волшебнику в обмен на способность выигрывать любые пари.
14.00 «БИБЛИОТЕКАРИ». (16+)
Библиотекари, работавшие некоторое время порознь, встречаются на выставке древних артефактов - как раз в тот момент, когда колдун Просперо из книги Шекспира вызвал сильный ураган, способный уничтожить Нью-Йорк.
23.00 «ЛУКАВЫЙ». (18+)
01.15 Знаки судьбы. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



02.55 «6 кадров». (16+)

06.00 «СЕДЬМОЕ НЕБО». (16+)
09.55 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (16+)
Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Вера Шпак, Максим Щеголев, Прохор Дубравин. Успешная и красивая Анна Кольцова добилась в жизни всего, о чём можно было только мечтать. Успех, слава, любимая работа, муж, поклонники, друзья. Анна является владелицей глянцевого журнала и популярной телеведущей ток-шоу.
19.00 «АРИНА». (16+)
Россия, 2024 г. Мелодрама. В ролях: Анна Соколович, Михаил Бондарук. Домохозяйка Арина с головой погрязла в быту, муж Василий ни во что её не ставит и всячески унижает.
23.20 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПРИКОСНОВЕНИЕ». (16+)
02.55 «6 кадров». (16+)
03.15 «ПРО ВЕРУ». (16+)

5 5-й КАНАЛ

05.00 «ЛЮБОВЬ С ОРУЖИЕМ». (16+)
08.05 «ПИЛИГРИМ-4». (16+)
09.00 Фирменный рецепт. (12+)
Шеф-повар Василий Емельяненко устраивает кулинарный поединок для российских знаменитостей и выясняет, кто из них готовит круче.
09.30 «ПИЛИГРИМ-4». (16+)
15.40 «НАШ СПЕЦНАЗ-4». (16+)
22.05 «СНАЙПЕР: ОФИЦЕР СМЕРШ». (12+)
01.35 «ЛЮБОВЬ С ОРУЖИЕМ». (16+)

ЗВЕЗДА

07.25 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
09.00 «Новости недели». (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
11.30 «Легенды госбезопасности». (16+)
13.10 «Код доступа». (12+)
16.30 «Загадки века». (12+)
17.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.00 «Главное». (16+)
19.40 «Легенды советского сыска». (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.55 «Освобождение Европы». (16+)
00.35 «ЗАХВАТ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)
10.00 «Смешарики». (0+)
11.00 «Такие разные». (12+)
12.00 «Неделя». (12+)
12.30 «Марафон». (12+)
13.30 «Территория успеха». (12+)
14.00 «Великий, могучий». (12+)
14.30 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)
16.15 «Адрес истории». (12+)
16.45 «Просто жизнь». (12+)
17.15 «Точка.ру». (12+)
17.45 «ЖИВИ СВОЕЙ ЖИЗНЬЮ». (16+)
19.30 «Неделя». (12+)
20.00 «Мастерская спорта». (12+)
20.30 «Арт-Проспект». (12+)
21.00 «ОСЕНЬЮ 41-ГО». (12+)
Их пятеро: четверо мальчишек и девчонка - друзья навеки. Они смеялись и веселились, строили планы на каникулы, клялись в верности и дружбе, но... пришла война.
22.45 «Такие разные». (12+)
23.45 «Спортивная семья». (12+)
00.00 «Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буря» - «Олимпия» Кирово-Чепецк. (12+)
01.45 «Малая сцена». (12+)
03.15 «ОСЕНЬЮ 41-ГО». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
06.00 Смешанные единоборства. (16+)
08.00 Новости
08.05 17.25 22.00 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция
09.30 М/с «Чемпионы». (6+)
09.55 География спорта. (12+)
10.25 Лыжная страна
10.55 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Командный спринт. Прямая трансляция из Сыктывкара
13.35 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Смешанная эстафета. Прямая трансляция из Белоруссии
14.55 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
15.25 Баскетбол. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - «Самара». Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
18.05 Футбол. Чемпионат Испании. Прямая трансляция
20.15 22.35 Футбол. «Роман» - «Милан». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
01.55 Автоспорт. Гонка чемпионов. Трансляция из Тольятти. (6+)
06.00 06.45 20.00 Биатлон. Кубок Содружества. (6+)
07.35 18.55 «Страна спортивная». (12+)
07.55 «Человек из футбола». (12+)
08.30 05.15 Небесная грация. (6+)
08.50 01.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
10.30 05.30 Что по спорту? (12+)
11.00 13.15 16.50 19.25 Новости. (0+)
11.05 13.20 23.35 03.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
12.55 19.10 «Лица страны». (12+)
15.10 Лыжная страна. (12+)
15.40 21.45 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
16.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
19.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
21.15 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
02.50 «Взойди на свой Олимп». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ
05.00 Караокинг. (16+)
07.00 PRO-новости. (16+)
07.30 Хит-Сториз. (16+)
08.30 Тееп чарт. (16+)
08.55 Плейлист | Зима. (16+)
10.00 Звёзды с приветом. (16+)
11.00 Юмор FM чарт. (16+)
12.00 Хит-Сториз. (16+)
12.30 Плейлист | Зима. (16+)
13.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
14.00 Моя волна. (16+)
15.00 10 самых. (16+)
15.30 Хиты по-русски. (16+)
16.00 Яндекс.Музыка. (16+)
17.00 Серийный... фанат. (16+)
18.00 Лихие хиты. (16+)
19.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
21.00 Муз'итив. (16+)
22.00 Наше. (16+)
23.00 Золотая лихорадка. (16+)
01.20 Лайкер. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000 **VIJU TV1000 VIJU TV1000** **VIJU TV1000 VIJU TV1000** **суббота! СУББОТА!**
05.30 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (16+)
07.05 «НА КРАЮ ЗЕМЛИ». (18+)
09.10 «БУДИКА: КОРОЛЕВА ВОИНОВ». (16+)
11.05, 12.05, 13.05, 14.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
15.05 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (16+)
16.45 «БЕГЛЕЦ». (16+)
19.00 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА». (16+)
Остросюжетный боевик, США, 2013 г.
21.05 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (16+)
22.55 «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (16+)
01.00 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
02.50 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
04.30 «ДЖОН УИК 4». (16+)
05.30 «Царевны». Три кота. Мультсериалы. (6+)
06.45 «Простокашину». Мультсериал. (6+)
07.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
09.05 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
10.00, 10.50, 11.45, 12.35 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)
13.25 «ДУБЛЁР». (16+)
15.00 «БРАТЬЯ». (16+)
16.55 «ЖЕНИХ». (16+)
18.40 «ЛЮБВИ НЕ БЫВАЕТ?». (16+)
20.30 «АДАМ И ЕВА». (16+)
22.10 «ПО ЛЮБВИ». (16+)
23.35 «МИЛЛИАРД». (16+)
01.20 «АВАНТЮРИСТЫ». (16+)
02.50 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)
04.15 «Два хвоста». Мультфильм. (6+)
05.15 «НАБЕРЕЖНАЯ ОРФЕВР 36». (16+)
07.05 «ЗАКАТАТЬ В АСФАЛТ». (16+)
09.45 «ТЕРРИТОРИЯ ЗЛА». (16+)
11.45 «ТЁМНЫЕ ТАЙНЫ». (16+)
13.40 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
15.15 «ДОЧЬ БОЛОТНОГО ЦАРЯ». (16+)
17.10 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (16+)
19.00 «НЕМАЯ ЯРОСТЬ». (16+)
20.45 «МЕСТЬ БАНШИ». (16+)
Боевик, США, 2022 г.
22.25 «ПЕКАРЬ». (16+)
Боевик, Канада, США
00.15 «КРАСНЫЕ ОГНИ». (16+)
02.05 «ЭКСТРАСЕНСЫ». (16+)
03.35 «ОХОТНИК НА УБИЙЦУ». (16+)
05.00 14.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
14.10 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
18.00 «Буба». Мультсериал. (0+)
21.00 Богиня сыска. (16+)
22.20 Богиня свиданий. (16+)
Три девушки и три свидания, которые они устроят потенциальному жениху.
23.30, 00.00 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
00.30, 01.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.20, 03.00 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.45 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ.** **ДОМ КИНО ДОМ КИНО** **СТС LOVE СТС LOVE**
01.00 «ОСТОРОЖНО, КЕНГУРУ!» (18+)
03.20 «(НЕ)ЖДАННЫЙ ПРИНЦ». (16+)
04.50 «БЛОНДИНКА В ЭФИРЕ». (16+)
06.35 «ТАКСИ». (16+)
08.10 «ТАКСИ 2». (16+)
09.50 «ТАКСИ 3». (16+)
11.25 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)
12.55 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
14.30 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
16.20 «МАЛЕНЬКИЙ ШЕФ». (6+)
17.50 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
19.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)
21.25 «ПОБЕГ». (18+)
08.50 «ДРУГ МОЙ, КОЛЫКА!..» (16+)
10.25 «ВИТА ГЛУШАКОВ - ДРУГ АПАЧЕЙ». (16+)
11.50 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (16+)
13.45 «АДАМ И ХЕВА». (16+)
15.00 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (16+)
17.30 «12 СТУЛЬЕВ». (16+)
Молодой авантюрист Остап Бендер и бывший предводитель дворянства Ипполит Матвеевич Воробьянинов ищут сокровища!
23.00 «ТАЕЖНЫЙ ДЕСАНТ». (16+)
00.45 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (16+)
02.50 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (16+)
04.15 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». (16+)
07.15 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». Мультфильм. (6+)
08.50 «Снежная Королева-3: Огонь и лёд». Мультфильм. (6+)
10.30 «Три богатыря. Ни дня без подвига». Мультфильм. (6+)
11.40 «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». (6+)
13.00 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (16+)
14.35 «ЕЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (16+)
16.10 «ЕЛКИ». (16+)
17.25 «ЕЛКИ-2». (16+)
19.15 «ЕЛКИ-3». (16+)
21.00 «ЕЛКИ-8». (16+)
22.50 «ЕЛКИ-5». (16+)
00.30 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
02.05 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
06.00 6 кадров. (16+)
10.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
Сериал. Комедия
Полина, достигнув своей главной мечты - стать первым пилотом, готова от неё отказаться, ради любви к Лёше...
22.30 Сердца за любовь. (16+)
«Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
01.20 Ясновидящая. (16+)
03.35 6 кадров. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Завет. (6+)
06.10 «ПРИМИТЕ ТЕЛЕГРАММУ В ДОЛГ». (6+)
07.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
09.00 Простые чудеса. (12+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.30 Паломница. (12+)
13.50 День ангела: Мученица Татиана. (0+)
14.25 Голос Церкви. (0+)
15.15 Русский мир. (12+)
16.20 «СВЕРСТНИЦЫ». (12+)
18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
19.30 Щипков. (12+)
19.40 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.55 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
21.55 «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)
СССР, 1966 г. В ролях: Нина Ургант, Таня Овчинко, Эдуард Довнар
23.50 День Патриарха. (0+)
00.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
01.20 Щипков. (12+)
01.30 Голос Церкви. (0+)
02.10 Я пришёл закончить войну. (16+)
03.00 Верую и исповедую. (0+)
04.10 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

25 января
Неделя 33-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Попразднство Богоявления. Мц. Татианы и с нею в Риме пострадавших.



Свт. Саввы, архиеп. Сербского. Прп. Мартинаана Белозерского. Мч. Мертия. Мч. Петра Авессаломита. Прп. Евпраксии Тавенской. Икон Божией Матери, именуемых «Акафистная» и «Млекопитательница».

Поста нет.

«Через купель крещаемые входят внутрь райского виноградника, получая искупление от тьмы, ада и смерти, и совершенно освобождаясь от тления».

Прп. Симеон Новый Богослов

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.

Майор Петрович приехал на вызов ровно в тот момент, когда в стоящую у подъезда скорую садился высокий седовласый фельдшер. Петрович помахал ему рукой, и тот вышел из машины.

– Вы не из пятой квартиры сейчас? – спросил майор, представившись.

– Из нее, – кивнул фельдшер.

– И мы туда же, – сказал Петрович. – Что там? Точно криминал?

– Да кто ж его знает... – фельдшер раздраженно отмахивался от летящих прямо в лицо снежинок. – Анализы покажут. Но так-то, на первый взгляд, отравление. Мы промывание сделали... Может, и криминал.

– И каков ваш прогноз?

– Жить будет, – уверенно ответил фельдшер, зябко поежился и нетерпеливо оглянулся на машину скорой. – Мы это... Поедем мы уже, а? Холодно...

– Да, конечно, езжайте, – Петровичу стало даже немно-

Мезальянс и кувшин с молоком



го неловко. – Вы уж извините, что задержал вас.

– Да ладно, – фельдшер махнул на прощание рукой и буквально запрыгнул в скорую, которая тут же и уехала.

В просторном холле Петрович сразу увидел встречавшего его местного участкового, который и ввел его в курс дела.

В пятой квартире живет чета молодоженов – владелица крупной фирмы и ее новый,

третий (или даже четвертый) по счету супруг, который годится ей в сыновья.

– Такой вот, понимаешь, мезальянс, – покачал головой участковый. – Поженились они в конце осени, недавно вернулись из свадебного путешествия. Молодожены, стало быть, – фыркнул мужчина. – С ними проживает домработница – она-то и вызвала полицию и скорую. Мы с фельдшером

определили: пульс был слабый, но был. Ну, я и вызвал вашу бригаду...

– Все правильно сделал, – сказал Петрович, и они поднялись на третий этаж, где были расположены две квартиры – пятая и шестая.

Дверь пятой была приоткрыта, внутри сновали криминалисты, переминались с ноги на ногу понятные – словом, царил обычная для подобных происшествий суета. Откуда-то из глубины квартиры к ним вышел слегка растрепанный молодой человек лет тридцати. Он неуверенно огляделся вокруг и подошел к участковому с Петровичем.

– Вы муж потерпевшей? – спросил его майор.

Молодой человек кивнул. – Скажите, почему вы спите отдельно и когда вы последний раз видели жену?

– Отдельно – потому что я храплю, а жена очень чутко спит и просыпается от малейшего шороха. В половине десятого я отнес ей молоко в кувшине, она всегда на ночь

пьет парное молоко, налил в стакан и ушел в свою спальню. А потом эта придурочная заголосила. Часа через полтора примерно.

– Придурочная – это вы так о вашей домработнице?

– Ну да, о ней. Чуть что – орет дурниной, а голос – как иерихонская труба. Она зачем-то зашла к жене в спальню, ну и...

В это время к ним подошел криминалист и рассказал, что на кувшине и стакане из-под молока, найденных в спальне потерпевшей, только ее отпечатки пальцев. А в молоке –

высокая концентрация сильнейшего снотворного.

– Сама мадам проснулась бы вряд ли, – добавил криминалист.

– Откуда в доме снотворное? – спросил у молодого мужа Петрович.

– Я говорил уже, жена очень чутко спит. И засыпает плохо, без снотворного никак. У нее несколько пузырьков – по всему дому стоят. Наверное, она сама ошиблась с дозировкой...

– Ладно, лейтенант, составляй протокол, – сказал Петрович участковому. – Все мне здесь ясно.

– Ясно? – встрепенулся молодой человек. – Что вам ясно?

– Что вы, молодой человек, пытались отравить свою богатую супругу. Ради наследства, я полагаю, – ответил майор.

Участковый согласно кивнул, снял с пояса наручники и протянул неудавшемуся вдовцу.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович и участковый не поверили молодому мужу пострадавшей?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 2: Петрович подозревает Игоря – только его рост позволяет взять браслет с высоких антресолей, просто протянув руку. Причем сделать это он мог очень быстро, буквально проходя мимо, поэтому никто ничего не заметил.

Рис. Ирины Светловой

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 19 ПО 25 ЯНВАРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

19 ЯНВАРЯ

В 1955 году состоялась первая в мире телевизионная пресс-конференция.

20 ЯНВАРЯ

В 1944 году Великий Новгород был освобожден от немецко-фашистских захватчиков.

21 ЯНВАРЯ

В 1701 году указом Петра I в Москве открыта Школа пушкарского приказа.

22 ЯНВАРЯ

В 1724 году Пётр I издал Указ об обязательности знания служащими государственных учреждений Российской империи законов и уставов и о воспреещении оправдываться незнанием законов, под страхом штрафов за неисполнение.

В 1905 году началась Первая Русская революция (Кровавое воскресенье).

23 ЯНВАРЯ

В 1895 году первый человек ступил на берег Антарктиды.

В 1960 году Жак Пикар и Дон Уолш установили рекорд глубинного погружения на дно Марианской впадины.

24 ЯНВАРЯ

В 1722 году Пётр I утвердил «Табель о рангах» – закон о порядке государственной службы в Российской империи.

25 ЯНВАРЯ

С 1755 года отмечается День рождения Московского государственного университета (МГУ). В 1918 году была принята Декларация прав трудящегося и эксплуатируемого народа.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

19 ЯНВАРЯ. Феофан.

20 ЯНВАРЯ. Иоанн, Пахомий.

21 ЯНВАРЯ. Антоний, Василий, Виктор, Георгий, Григорий, Димитрий, Илия.

22 ЯНВАРЯ. Павел, Филипп.

23 ЯНВАРЯ. Анатолий, Григорий, Макарий, Феофан.

24 ЯНВАРЯ. Владимир, Михаил, Николай, Феодор.

25 ЯНВАРЯ. Пётр, Савва, Татьяна.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

19 ЯНВАРЯ ■ Крещение Господне

20 ЯНВАРЯ ■ День делопроизводственной службы МВД РФ

21 ЯНВАРЯ ■ Всемирный день любителей сыра

21 ЯНВАРЯ ■ День инженерных войск России

■ Международный день объятий

22 ЯНВАРЯ ■ День войск авиации ПВО РФ

23 ЯНВАРЯ ■ День ручного письма (День почерка)

■ День свекрови в России

24 ЯНВАРЯ ■ День госслужащего в России

■ Международный день образования

■ Международный день женского спорта

25 ЯНВАРЯ ■ День штурмана ВМФ РФ

■ День Генерального штаба ВС РФ

■ День студента (Татьянин день)

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Мели, Емеля, твоя неделя!

19 января отмечали Крещение и всегда ждали в этот день сильных морозов.

В день Ивана-Бражника, 20 января, внимательно следили за погодой: ясное небо сулило засушливое лето, южный ветер – лето суровое, яркое солнце в полдень – раннюю весну.

Про 21 января, день Емельяна зимнего, говорили: «Мели, Емеля, твоя неделя!» – касалось это не только небылиц, но и сильных метелей, часто случавшихся в этот день.

Сильный снег предвещал обилие дождей в августе. 22 января, в Филиппов день, подмечали: если ясно – значит, летом будет богатый урожай.

23 января, в день Григория-летоуказателя, прогнозировали погоду летом. Если с утра бы-

ло морозно и шел сухой снег – ждали засушливое лето. Если оттепель и снег мокрый – лето ожидали дождливое.

Про 24 января, Федосеев день, в народе говорили: «Федосеево тепло – на раннюю весну пошло». Считалось, что морозы в этот день – к затяжным холодам.

Многие народные приметы в Татьянин день, 25 января, говорили о ранней весне. Среди них – ясное звездное небо, ранний восход солнца.

Два приятеля:

– Я по жизни оптимист, считаю, что стакан наполовину полон...

– Хотел бы я посмотреть на тебя в тайге. С наполовину сухими спичками, в наполовину сухой одежде. А вокруг тебя наполовину сытые медведи.



ТЕЛЕК
Черноземье

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



Учредитель, редакция и издатель:

ООО «Издательская группа «КАРДОС»

Генеральный директор

ВАВИЛОВ А.Л.

Адрес редакции:

127018, Россия, г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4.

e-mail: telek@kardos.ru

Адрес издателя:

111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д. 13,

этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.

Тел. 8-495-580-95-77

Зам. главного редактора

ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор

ЖУЧКОВА С.С.

Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора

по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,

e-mail: distrib@kardos.ru

Отдел подписки:

Тел. (495) 937-95-77, доб. 237,

e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора

по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами БАХМУТОВА О.В.

Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273

Ведущий дизайнер: НЕМЫКИН Н.Н.

Телефон департамента рекламы:

+7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

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

№ 3 (532).

Дата подписания в печать: 01.00 час. 13.01.2026 г.

Дата изготовления: 13.01.2026 г. Срок годности не ограничен

Дата выхода в свет: 14.01.2026 г. Тираж 44 250 экз.

Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия,

г. Воронеж, проспект Труда, 48н. Тел.: +7(473) 246-52-70

Заказ 4122 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой,

Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 817 940 экз. Розничная цена свободная.

Еженедельная семейная газета для читателей 12+

Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»

Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media

Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте <https://podpiska.pochta.ru>

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

Копирование без указания источника запрещено.

«Огонь в крови не гаснет с годами»: как рукопись вождя из Анд раскрыла секрет мужской потенции

Латиноамериканский институт раскопал старые отчёты экспедиций, которые перевернули привычное представление о мужской силе. При разборе старых архивов сотрудники наткнулись на коробки с материалами, которые были забыты почти полвека. Среди них — полевые дневники исследователей, работавших в индейских племенах Анд. И именно там обнаружилось описание ритуальной формулы, благодаря которой мужчины этих племён сохраняли крепкую потенцию до глубокой старости.

Отмечалась удивительная выносливость представителей племени: даже после 60 лет у них сохранялись крепкая эрекция, высокое либидо, а продолжительность близости доходила до двух часов.

Особую ценность представляла уцелевшая рукопись старшего вождя. В ней — редкое признание того, как именно племя поддерживало мужскую силу. Вот что было найдено в переводе: «Мужчина остаётся мужчиной, пока в нём течёт горячая кровь. Чтобы она поднималась, мы смешиваем корень маки, дающий силу молодого быка, с горнякой, что разжигает желание в сердце и теле. Мы добавляем кору пиджеума, чтобы кровь шла свободно, и йохимбе, чтобы дух пробуждался даже у стариков. Марал дарит стойкость — потому мы берём его рога, высушенные солнцем. В туманную пору, когда духи гор ослабляют тело, мы подмешиваем женьшень, чтобы снять усталость, и копеечник, чтобы муж-

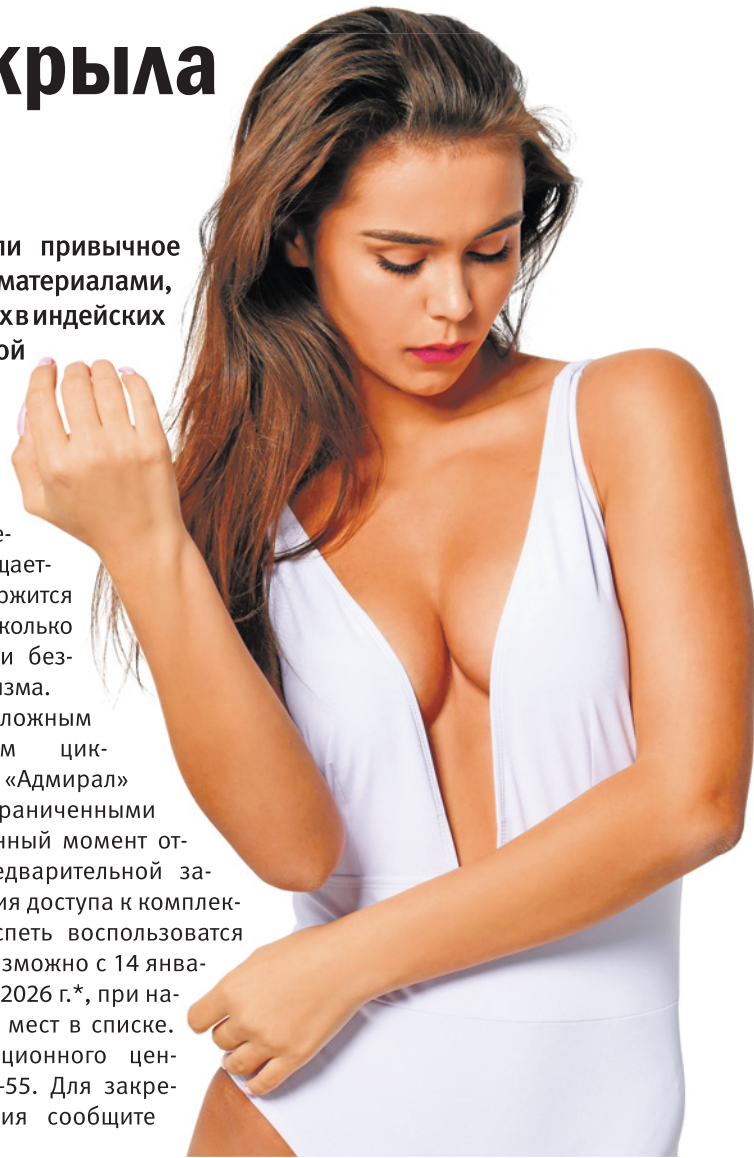
чина не терял хватку. И когда он выпивает эту смесь, огонь возвращается в его тело: мужское достоинство поднимается твёрдо, как древнее копьё, наливается силой и заметно увеличивается в размере, желание приходит быстро, а сила в нём держится целую ночь. Так мужчина снова может радовать женщину, не мучаясь страхом неудачи, и идти к ней уверенно, как воин».

После изучения всех найденных материалов группа специалистов попыталась восстановить формулу с учётом требований безопасности и современных технологий. Итог оказался успешным: воссозданный комплекс повторил действие древнего средства. Так появился комплекс «Адмирал» — капсулы, созданные по образу древних рецептов и направленные на усиление потенции, либидо и нормального кровотока.

Специалисты подчёркивают: это не «химия» и не временный стимулятор, а натуральное средство быстрого дей-

ствия. Кровь свободно приливает, потенция становится крепкой, уверенность возвращается, а результат держится ровно столько, сколько нужно — мощно и безопасно для организма.

В связи со сложным производственным циклом комплекс «Адмирал» выпускается ограниченными партиями. На данный момент открыт список предварительной записи для получения доступа к комплексу «Адмирал». Успеть воспользоваться предложением возможно с 14 января до 11 февраля 2026 г.*, при наличии свободных мест в списке. Номер информационного центра: 8-800-303-05-55. Для закрепления обращения сообщите номер 8691.



РЕВОЛЮЦИОННЫЙ СПОСОБ БОРЬБЫ С АДЕНОМОЙ ПРОСТАТЫ — ДЕНДРИТНЫЕ КЛЕТКИ!

Время от времени в истории науки случаются колоссальные открытия, благодаря которым совершается революционный прорыв в сфере борьбы с теми или иными проблемами мужского здоровья. Одним из них является открытие дендритных клеток, которые могут помочь избавиться от аденомы простаты и других проблем мужской мочеполовой системы. Мы встретились со специалистом Иваном Николаевичем, чтобы узнать больше информации о дендритных клетках.

— Иван Николаевич, что такое дендритные клетки?

— Это особые клетки нашего организма, которые способствуют рассасыванию аденомы простаты. Дендритные клетки еще называют иммунным щитом простаты. Их открыл американский ученый, чьи родители были выходцами из СССР. За это он был удостоен Нобелевской премии.

— Как дендритные клетки могут помочь справиться с аденомой?

— В норме дендритные клетки есть у каждого мужчины, они вырабатываются костным мозгом. Их основная функция — сдерживать рост предстательной железы. Но с возрастом через гормональную перестройку, перенесенные инфекции или простатит производство этих клеток нарушается. Простата остается без защиты и начинает увеличиваться — так появляется аденома. Но если простимулировать рост дендритных клеток, то это может помочь обратить процесс вспять.

— Получается, можно победить аденому?

— Дендритные клетки могут дать такой шанс. Они могут помочь решить такие проблемы при аденоме, как учащенное мочеиспускание, боли, рези, жжение и воспаление простаты при простатите. И все это без необходимости что-то резать и вставлять катетер. Но важно не

затягивать. Чем раньше вы начнете стимулировать их выработку, тем лучше.

— Как можно активировать выработку дендритных клеток?

— Для этого я рекомендую использовать «Пантодепом». Этот продукт содержит биоактивный комплекс, способствующий выработке дендритных клеток и их концентрации в месте разрастания аденомы предстательной железы. Это содействует уменьшению ее в размерах и исчезновению многих

неприятных симптомов. Кроме того, компоненты комплекса «Пантодепом» обладают противовоспалительными и антимикробными свойствами, что может помочь при простатите и других инфекционных урологических заболеваниях. По моему мнению, «Пантодепом» — это реальный шанс обрести крепкое мужское здоровье. Поэтому, если у вас есть аденома или простатит, я советую пройти хотя бы один курс этого натурального комплекса!

1 уп. в
подарок



ИНИЦИАТИВА ОТ ЗАВОДА-ИЗГОТОВИТЕЛЯ

Мы заботимся о наших гражданах, как о своих близких — с теплом, вниманием и искренней любовью. Первые 300 человек, которые позвонят с 14.01 по 11.02.2026, получат 1 упаковку «Пантоденома» в ПОДАРОК*.

Звоните по телефону
8-800-302-30-30

Назовите промокод **9453** и забирайте свой
подарок совершенно бесплатно.

Звонки и доставка бесплатные!**

Зимние виды спорта – лыжи, коньки – да и просто прогулки по свежему морозному воздуху не просто доставляют нам массу удовольствия, но и прибавляют здоровья.

Однако во время всех этих занятий не стоит забывать о том, что наши уши особенно чувствительны к холоду, и вместо здоровья мы можем получить очень неприятные проблемы.

Почему и как мёрзнут уши

Особая чувствительность наших ушей к морозу обусловлена полным отсутствием на них жировой ткани, которая на других частях тела выполняет защитную функцию, предохраняя в том числе и от переохлаждения. Прямо под кожей, не защищенной жировой прослойкой, в слуховом проходе, находятся нервы, которые могут отреагировать на понижение внешней температуры или сильный ветер острой болью. Но могут и не отреагировать, это зависит от индивидуальных особенностей организма, и в этом случае мы можем столкнуться с проблемами неожиданно и когда будет уже слишком поздно.

Кроме того, в ушах циркулирует меньше крови, поэтому при переохлаждении возрастает риск возникновения разнообразных инфекций. Особенно опасно попадание в слуховой проход влаги, что может случиться при сильном снегопаде или ледяном дожде. Холодная вода может вызвать воспаление уха.

Ну и конечно, при очень сильных морозах незащищенные уши можно просто отморозить, причем в самом прямом смысле.

Знай и помни!

Боль в ухе может быть симптомом не только ушной инфекции, но и невралгии. Дело в том, что в слуховом проходе расположены выходы веточек лицевого нерва, раздражение которых пронизывающим ветром или морозом может привести к сильной боли. Причем ощущается эта боль – очень интенсивная – глубоко в ухе. Только врач-специалист может точно определить причину боли в ухе – отит это или невралгия, и назначить адекватное лечение.

Бережём УШИ от ветра и мороза



Важно! Когда бежать к врачу

Симптомы, при появлении которых необходимо немедленно обратиться к врачу-специалисту:

- боль в одном или обоих ушах (ноющая, стреляющая или постоянная);
- жидкие выделения из слухового прохода;
- заложенность уха (или обоих ушей);
- явное снижение слуха.

Как сберечь уши от холода

Следуя нашим простым советам, вы сможете защитить свои уши от холода и ветра, и вам не придется обращаться к врачу.

1 Выходя на улицу в холодное время года, обязательно надевайте шапку, платок, шляпу, большой шарф или теплые наушники.

2 Слуховые проходы нельзя затыкать ватой или чем-либо другим для защиты от холода, так как это может привести к их воспалению.

3 После бассейна или бани необходимо перед тем, как выйти на улицу, тщательно просушить слуховые проходы.

4 Если в ухе возникла инфекция, ее обязательно нужно пролечить под наблюдением врача-отоларинголога; недолеченная ушная инфекция может обернуться очень серьезными проблемами (вплоть до менингита).

5 Металлические серьги перед выходом на мороз необходимо снимать, так как металл очень быстро и очень сильно охлаждается сам и охлаждает уши.

6 Если ушные раковины получили небольшие повреждения на морозе,

Кстати

Кто в группе риска

Особенно внимательно следует относиться к утеплению ушей тем, кто находится в группах риска. Самым серьезным рискам подвергаются люди:

- с хроническими лор-заболеваниями;
- с пониженным иммунитетом;
- после недавно перенесенной ОРВИ, особенно с сильным насморком;
- в постоперационный период.

не следует «отогревать» их теплой водой, достаточно осторожного массажа.

7 При обморожении необходимо немедленно обратиться за медицинской помощью.

8 Сморкайтесь правильно: каждой ноздрей отдельно, слегка приоткрыв рот.

9 Чистку своих ушей от скопившейся серы доверьте специалисту. При самостоятельной чистке уха есть риск не только травмировать серу, создавая пробки, но и повредить кожу слухового прохода. Ушную раковину систематически мойте под душем пальцами с мылом.

Берегите ваши уши, защищайте их от мороза и сильного ветра, соблюдайте правила гигиены, и вы наверняка сможете избежать многих проблем.

Кстати

Врачи настоятельно рекомендуют надевать головной убор, когда температура опускается ниже 5 градусов по Цельсию, а если температура опустилась ниже -10, то обязательно следует надевать шапку, прикрывающую уши. Дело в том, что на морозе уши замерзают быстрее других частей тела, поэтому отморозить их – дело нескольких минут.

Из истории вопроса Треух да долгоушка

В мороз часто вспоминают пословицы: «Пришел мороз, береги уши и нос», «Зима глаз снегами тешит, да ухо мороз рвет». Как берегли от холода уши в старину? Какие носили шапки?

Долгоушка, зимняя шапка народов Русского Севера, пришла к нам из XIX века. Шили ее из шерсти, войлока и меха, свисающие части имели завязки, которые можно было затянуть под подбородком. В Сибири в морозы носили шапки-ушанки, но самым распространенным головным убором был колпак из оленьего меха. Промысловики пользовались специально пошитыми шапками – лесовушками и накухтарницами, изготовленными из меха, самотканой шерсти и плотного сукна.

Треух – головной убор крестьян, массово носивших этот прототип шапки-ушанки в XIX-XX вв. По одной из версий – это «потомок» ордынской шапки-малахая, постепенно укоротившей тулью. Отворот разрезали по бокам, и малахай трансформировался в треух, в итоге получалась короткая часть сзади и два более длинных конца. В допетровской Руси треух носила и знать, различия были только в материалах.

При возникновении боли в ухе ни в коем случае нельзя заниматься самолечением. Так, например, распространенная практика греть воспаленное ухо, особенно если воспаление гнойное, очень вредна, медики категорически запрещают делать это. Правильный диагноз и адекватное лечение может обеспечить только врач-отоларинголог.

О том, что рафинированный сахар не полезен, знают все.

А вот с медом все не так однозначно. Пользу для здоровья он может приносить немалую. А вот не помешает ли он похудению? Давайте разбираться.

А есть ли разница?

Сахар состоит из двух простых составляющих – глюкозы и фруктозы, соединенных вместе. В состав меда входит фруктоза, глюкоза и некоторое количество сахарозы, а также биологически активные соединения: флавоноиды, фенольные и органические кислоты. Благодаря большому содержанию фруктозы (около 40 %) мед на вкус слаще сахара. Кроме того, мед менее калориен (около 300-330 ккал на 100 г), чем сахар (390 ккал на 100 г). Но это не значит, что мед можно спокойно есть при похудении. Он в любом случае остается быстрым углеводом, хоть и более полезным по сравнению с сахаром.

Мёд – друг или враг стройности?



ДЕТАЛИ

Есть противопоказания!

Не следует употреблять мед при аллергии на продукты пчеловодства, а также больным сахарным диабетом, при расстройствах желудочно-кишечного тракта, при остром гастрите, панкреатите и т.д.



Женщина должна быть как мёд: с одной стороны – мягкая и сладкая, а с другой – влип так влип!

Правильный продукт

И все же полностью исключать мед тем, кто стремится к стройности, не стоит. Если употреблять его правильно, то можно совместить полезное с приятным: сладкий вкус и целебные свойства.

Итак, правила потребления меда худеющими таковы:

✓ Он не должен быть «одинокой» добавкой к чаю, ему обязательно нужна компания. Так, к овсянке можно добавить ложечку меда и горсть свежих или замороженных ягод. Хорошо также йогурт или творог с ложечкой меда и орешками. И запеченными яблоками с медом и орехами ваш внутренний сладкоежка будет доволен.

✓ Медовые сладости должны быть на вашем столе не слишком часто, иначе расстаться с лишним весом будет тяжело.

На пути к ЗОЖ

Если рассматривать похудение не как временное явление, а как переход к здоровому образу жизни, мед может стать отличным подспорьем. Вот смотрите:

• Считается, что мед немного снижает уровень общего холестерина.

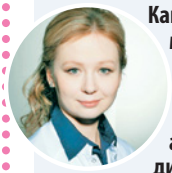
• Этот продукт имеет противовоспалительные и обеззараживающие свойства. Поэтому его применяют в том числе для заживления микроповреждений на слизистой кишечника. А это в свою очередь обеспечивает лучшие условия для размножения полезной микрофлоры и, как следствие, ускорение обмена веществ.

• Как быстрый углевод, мед быстро восстанавливает силы. Но не забывайте: чтобы не было скачков сахара в крови, мед обязательно нужно есть со сложными углеводами и белками.

• Мед помогает выведению токсинов и лишней жидкости, благотворно влияет на мозговую деятельность, улучшает работу иммунной системы.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

КАЧЕСТВО ВАЖНЕЕ ФОРМЫ



Кандидат медицинских наук, член национальной ассоциации диетологов и

нутрициологов, врач-диетолог НИИ Склифосовского Дарья Русакова помогла нам разъяснить некоторые важные аспекты употребления меда.

– Правда ли, что при похудении можно заменить сахар мёдом – например, добавлять в чай?

– Мед слаще сахара, поэтому его можно использовать в меньших количествах, но из-за высокого гликемического индекса он может вызывать быстрое чувство голода, поэтому такая замена не самая удачная.

– Какой мёд полезнее при похудении и в целом для организма – в сотах или жидкий?

– Польза меда зависит от его качества и натуральности, а не от формы, в которой он представлен. Но мед в сотах содержит и дополнительные полезные компоненты (воск, пыльца).

Татьяна МИХАЛЁВА

СОРТ № RU177 99.22.003.E.002441.09.24 от 04.09.2024 г. Реклама



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Источник коллагена Геленк Нарунг

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

Спрашивайте в аптеках вашего города.

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ: 8-800-333-06-07 (ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ), Москва +7 (495) 220-76-76

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

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Животные высокогорья

«Здесь вам не равнина, здесь климат иной» – в стихотворении Владимира Высоцкого «Вершина» несколькими словами описана природа высокогорных массивов. Давайте вспомним интересные особенности животных, которые там обитают.

1 На больших высотах живут существа, которые приспособились к экстремальным условиям. Снижение доступности кислорода и пониженная температура затрудняют жизнь на таких высотах. Но у некоторых видов произошли определённые изменения в организме, благодаря чему они вполне комфортно чувствуют себя в условиях высокогорья. Ответьте, какому виду позвоночных животных в настоящее время принадлежит рекорд по жизни в высокогорье (Анды, 6000 метров)?

а) Листоухий хомячок. б) Скалистая собака. в) Андская кошка.

2 Як – огромное животное, прекрасно приспособленное для жизни в высокогорье. Несмотря на то что яки были одомашнены ещё 3000 лет назад, до сих пор существуют и дикие стада быков. Выживать на огромных высотах этим гигантам (вес яка около тонны) помогает циркулирующий в крови фетальный гемоглобин. Он связывает в два раза больше кислорода, чем обычный. Дикие и домашние яки отличаются. Например, дикие яки молчаливы, что отражено даже в их латинском названии: *Bos mutus* («немой бык»). А вот домашние более разговорчивы. Как общаются домашние яки?

а) Мычат. б) Хрюкают. в) Блеют.

3 Снежный барс, или ирбис, – это довольно крупная кошка: до 140 см в длину и весом 30-50 килограмм. Для комфорта барса природа подарила ему густую и длинную шерсть. Хвост ирбиса также покрыт длинной густой шерстью, из-за чего кажется толстым. Во время отдыха хищник обматывает хвостом тело и морду, как шарфом. Какой длины достигает шерсть снежного барса?

а) 4 см. б) 5 см. в) 6 см.

ОТВЕТЫ

1-а. Листоухий хомячок. 2-б. Хрюкают. 3-в. 6 см.

Неомарика – тропическое растение семейства ирисовых.

Поэтому нет ничего удивительного, что красотой цветов она может поспорить даже с самими орхидеями. И вместе с тем этот удивительно красивый цветок комфортно чувствует себя в наших домашних условиях.



Освещение

Конкурентка орхидей предпочитает рассеянный яркий свет. Такое освещение особенно важно неомарике в период активного роста. Поэтому растение не следует «прописывать» в глубине комнаты, найдите ему достойное место рядом с окошком. Недостаток освещения может привести к сбрасыванию бутонов. В жаркие летние дни вполне допускается попадание утреннего и вечернего солнца, а вот от полуденных палящих лучей растение обязательно нужно притенять.

Полив

Весной и летом растению требуется обильный полив – примерно раз в 2-3 дня, в зависимости от температуры воздуха. С наступлением осени полив постепенно уменьшают. А при содержании в прохладных условиях сокращают до 1 раза в 1-2 недели. Самое главное, всегда следить, чтобы земляной ком не пересыхал.

Одна соседка говорит другой:

– Хотите, я вам отдам взрослое алоэ без горшка?

– Дорогуша, что ж вы взрослое алоэ к горшку не приучили?



Температура

Весной и летом для неомарики предпочтителен температурный режим в диапазоне 20-25 градусов. Излишнюю жару она не очень любит. Летом ее можно также вынести на балкон или в сад. И можно даже прикопать на лето в землю, а по осени вернуть обратно в горшок. Осенью и зимой для цветка очень желательно поддерживать более прохладные условия – от 8 до 12 градусов. Для зимовки конкурентке орхидеи вполне подойдет неотопливаемый утепленный балкон или лоджия. Но если подобных условий нет, то разместите цветок поближе к окошку и подальше от жарких отопительных приборов. В холодное время важно беречь растение от сквозняков и не допускать переохлаждения субстрата. Соприкосновение с излишне холодными поверхностями или понижение температуры недопустимы. Поэтому важно при прохладной зимовке под горшок с растением подложить пенопласт или другой утепляющий материал.

Конкурентка орхидей

Подкормка

В естественных природных условиях растение произрастает на бедных почвах, поэтому в излишних подкормках не нуждается. Достаточно вносить удобрение 1-2 раза в месяц. Концентрация средства должна быть меньше рекомендованной производителем. Можно использовать универсальные удобрения или удобрения для орхидей.

Пересадка

Молодые экземпляры пересаживают ежегодно, а более взрослые растения достаточно пересаживать каждые 2-3 года. Пересаживают в начале весны. Горшок выбирают широкий и неглубокий, так как корневая система растения распространяется больше вширь, чем вглубь. Земля подойдет нейтральная или слабокислая. На дно горшка обязательно выкладываются слой дренажа.

Делай шаг

Неомарика известна еще как «шагающий ирис». Она, конечно же, не ходит в буквальном смысле этого слова. Такое прозвище связано с особенностями размножения растения. В естественных природных условиях после того, как неомарика отцвела, на месте цветов начинают развиваться побеги. И по мере их развития и утяжеления, цветонос все больше наклоняется. При соприкосновении с землей побег укореняется, можно сказать, в шаге от материнского.

Влажность

Неомарика любит повышенную влажность. Жарким летом или при теплой зимовке необходимо ее чаще опрыскивать, избегая при этом попадания воды на лепестки цветов. А если растение не цветет, можно устраивать регулярные купания под душем, чтобы смыть пыль с листьев, а во время цветения лучше их протирать влажной тряпочкой. При прохладной зимовке в дополнительной влажности неомарика не нуждается.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

**ДОСТУПНО
ОНЛАЙН**

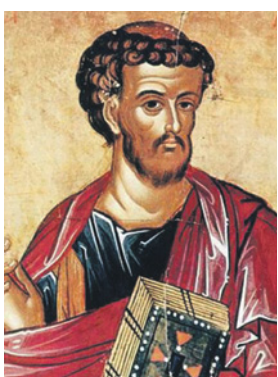
RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...ныне пришло спасение дому сему»



Потом Иисус вошел в Иерихон и проходил через него. И вот, некто, именем Закхей, начальник мытарей и человек богатый, искал видеть Иисуса, кто Он, но не мог за народом, потому что мал был ростом, и, забежав вперед, взлез на смоковницу, чтобы уви-

деть Его, потому что Ему надлежало проходить мимо нее. Иисус, когда пришел на это место, взглянув, увидел его и сказал ему: Закхей! сойди скорее, ибо сегодня надобно Мне быть у тебя в доме. И он поспешно сошел и принял Его с радостью. И все, видя то, начали роптать, и говорили, что Он зашел к грешному человеку; Закхей же, став, сказал Господу: Господи! половину имущества моего я отдам нищим, и, если кого чем обидел, воздам вчетверо. Иисус сказал ему: ныне пришло спасение дому сему, потому что и он сын Авраама, ибо Сын Человеческий пришел взыскать и спасти погибшее. (Лк, 19:1-10)

“ Не только о себе старайся, чтобы ты был добродетелен, но жену, детей и домашних твоихставляй на всякое доброе и Богу угодное дело. Берегись при них не только худое делать, но и говорить, чтобы тем не приучить их ко злу. Так будет на доме твоём Божье благословение. Помни всегда, что ты для того в свет родился, чтобы всем чем можно и во всяком случае добро делать.

Святитель Тихон Задонский

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 25 января, в воскресенье.

Жития святых свидетельствуют, что стремление к Богу и жизнь по заповедям Христовым всегда требует от человека напряжения всех его сил, в том числе и сил интеллектуальных: святые были вынуждены непрерывно искать ответы на два основных вопроса, во-первых, на вопрос о воле Божией в той или иной конкретной ситуации, а во-вторых, на вопрос о том, как осуществить волю Божию. В Евангелии мы тоже видим портреты людей, которые стремились ко спасению, а потому были вынуждены предпринимать нетривиальные действия для его достижения. Один из примеров такого рода – мытарь Закхей, который появляется на страницах Евангелия внезапно и как бы случайно. Город, в котором он жил – Иерихон, – находился на пути следования Господа Иисуса Христа. И описание Христова пути послужило основой для появления Закхей в Евангелии от Луки. Апостол Лука дает нам некоторые предварительные сведения о Закхее: он мытарь, он богат, он небольшо-

го роста, и он хочет видеть Иисуса. Из этих сведений невозможно сделать вывод о том, с чем было связано желание Закхей увидеть Христа. Кажется разумным предположение, что если причина не упомянута в Евангелии, то о ней и не стоит рассуждать, ведь есть масса примеров того, как люди, зайдя в храм фактически случайно, оказывались в нем навсегда. Само желание человека оказаться в храме или, как в случае с Закхеем, увидеть Иисуса – уже от Бога, и неважно, чем оно вызвано с сугубо практической точки зрения.

Спаситель зовет к Себе всех, однако было бы глубочайшей ошибкой думать, что Его призыв предполагает бездействие с нашей стороны. В самом деле: если кто-то пригласит человека на встречу, то приглашенный должен предпринять некоторый труд ради того, чтобы откликнуться на приглашение. Так и со Христом: Он приглашает всех, но дальше призван действовать сам человек. В зависимости от обстоятельств мы должны думать о том, как попасть на



Комментирует епископ Переславский и Угличский Феоктист

эту встречу. История Закхей показала, что даже физическое присутствие Христа рядом требует для встречи с Ним смекалки и забывания собственного статуса. Если же мы говорим о встрече со Христом в наше время – в период между Вознесением Господним и Его Вторым Пришествием – то здесь необходимо значительно больше смекалки и неспособность искать и находить пути ко Христу в любой, даже самой нетривиальной жизненной ситуации!

Однако не все понимают, как все это богатство красиво разместить. Давайте рассмотрим варианты.

Вертикальное озеленение:

что будет в моде в 2026 году?



Арка

Что это такое?

Арка в садовом дизайне – это декоративное сооружение с перекладиной прямой, дугообразной или треугольной формы. Удобная высота арки – 2-2,5 м, ширина – 1-1,5 м.

Какие задачи поможет решить?

👉 Служить опорой для растений: подойдут любые вьющиеся экземпляры (плетистые розы, клематисы, ипомея, мормордика); самая модная тенденция последнего времени – формирование при помощи арки хвойных растений.

Декорировать входную зону: важно, чтобы арка поддерживала стиль сада (для традиционных садов подойдут деревянные или металлические арки с классическими узорами, для современных – арки из металла с простыми геометрическими формами).

👉 Зонировать сад: за аркой ландшафтные дизайнеры рекомендуют размещать какой-либо интересный объект, попадающий в поле зрения проходящего через конструкцию (цветочная композиция, фонтанчик, эффектный куст, сухой ручей и т.п.).

👉 Визуально расширить и увеличить пространство: если несколько арок установить друг за другом, можно создать своеобразный живой коридор.

– Ты кем работаешь?
– Ландшафтным дизайнером.
– Ого, как здорово! На компьютере, значит.
– На бульдозере.



Шпалера

Что это такое?

Шпалера – плоскостная конструкция (рама с внутренними рейками или стойки с горизонтальными перетяжками), обеспечивающая направление роста растений для придания им определенной формы, а также позволяющая оптимально распределить свет и воздух для всех побегов растений.

Какие задачи поможет решить?

✂ Создать опору для вьющихся растений, высаженных вдоль стен, заборов: благодаря плоской форме шпалеры можно установить вплотную к постройкам, а по ним пустить плестись лианы.

Улучшить инсоляцию посадок, облегчить уход за некоторыми культурами (виноград, малина, ежевика): для таких целей шпалеры устанавливаются отдельно, вдали от построек.

Создать уникальный объект: на шпалере можно формировать яблоню или грушу с эффектной плоской кроной.

Украсить фасад, скрыть неприглядные объекты на участке – вертикальное озеленение с помощью шпалер позволяет замаскировать старую стену.

Какие растения выбрать для вертикального озеленения?

Любую конструкцию, которая станет основой для вертикального озеленения, украсят: плющ, клематис, плетистая роза, хмель, китайский лимонник, глициния, амурский или девичий виноград, горошек душистый, актинидия коломикта, жимолость вьющаяся, древогубец круглолистный, малина и ежевика, декоративная тыква, долихос, ипомея, кобея, настурция и другие.

Пергола

Что это такое?

Пергола – это своеобразный навес, служащий для защиты определенной зоны приусадебного участка, веранды или террасы от прямых солнечных лучей. Он представляет собой несколько повторяющихся арочных секций, объединенных в цельную конструкцию поперечными брусками.

Какие задачи поможет решить?

✦ Создать навес для веранды, беседки, террасы, зоны патио. Используется самостоятельно или с дополнением в виде вьющихся растений для защиты от солнца; современные конструкции могут быть дополнены тентами, защищающими от дождя, ветра, града.

✶ Сделать пространство сада более сложным, интересным: навес, обвитый лианами, – эффектный элемент ландшафтного дизайна.

👉 Служить опорой для растений: конечно, строить перголу, чтобы поддержать вьющиеся растения, нецелесообразно (проще разместить рядом обелиск или шпалеру).

Но если ваша цель – создать эффектный садовый объект, то грех не использовать эту конструкцию для поддержки декоративных вьющихся культур.

Валерия ПАШЕЧКИНА

НА ДОСУГЕ



Найди 9 отличий

Нарисуй свою Снежную королеву

Этот сказочный образ каждый представляет по-своему.

Отвѣты: длина косички слева, синяя звезда слева, кристалл на вершинѣ короны, завиток волос за косичкой у короны справа, снежинка справа вверху, волосы справа внизу, пять края рукавов, пять губ короны-вѣя, завиток волос у лица справа



ОВЕН (21.03 – 20.04)

И дома, и на работе Овнам приходится принимать сложные решения, быть сильными. Вы опора для близких. Звезды помогут вам в решении многих вопросов. Но и вам следует активно проявлять свои лучшие качества. Будьте настойчивы и терпеливы в достижении своих целей.



ЛЕВ (23.07 – 22.08)

Львам не нужно взваливать на себя слишком много обязанностей. Переключите лучше внимание на заботу о себе, своем теле и душевном равновесии. Расслабьтесь, вредно постоянно жить в напряжении. Отвлечитесь от рабочих мыслей. Все будет хорошо. Больше отдыхайте.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Активность Стрельцов будет на высоте, но необходимо очень дозированно ее проявлять. Начните с малого, приведите в порядок свои мысли и пространство, которое окружает вас на работе и дома. Звезды подарят вам новые идеи, а пути их воплощения выбирать вам.



ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

Водолеи ждут пустые разговоры, ненужные хлопоты и прочая раздражающая ерунда. Вам нужно затаиться и занять выжидательную позицию. Старайтесь не проявлять инициативу, она не будет оценена по достоинству. Лучше воздержаться от новых проектов и новых знакомств.



ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Благоприятный период у Тельцов. Сложности и заботы обойдут вас стороной. Сейчас самое время мечтать, строить планы, и часть задуманного может исполниться в ближайшее время. Звезды рекомендуют вам активней заняться своей физической формой.



ДЕВА (23.08 – 23.09)

Звезды предупреждают Дев от поспешных выводов. Вам нужно сохранять спокойствие и собирать как можно больше информации. Это вам пригодится в ближайшее время. Желательно проявить внимание к своему физическому состоянию и не перерабатывать.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

У Близнецов хороший период, чтобы взяться за любые дела. У вас все будет складываться должным образом. Вам выпадет прекрасная возможность решать многие ситуации в свою пользу. Но в круговерти дел не забудьте найти время для хобби или дружеского общения.



ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

Весам самое время проявить себя в сфере социальных отношений: позаботиться о близких, навестить пожилых родственников, заняться благотворительностью. В делах рабочих и творческих вы можете добиться реализации желаний и стремлений.



РАК (22.06 – 22.07)

Раков ждут домашние дела и хлопоты. Избегайте пустого времяпрепровождения, займитесь вплотную важными делами. С близкими людьми остерегайтесь конфликтов и внимательно относитесь к своему здоровью. В отношениях с любимым человеком проявляйте больше романтики.



СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Скорпионам нужно настроиться на лучшее и не вспоминать прошлые обиды. Вам предстоит многого достигнуть, у судьбы на вас большие планы. Но и вам надо быть активней. Возможно, на этой неделе вам предстоит встреча с необычным человеком, который поможет вам.



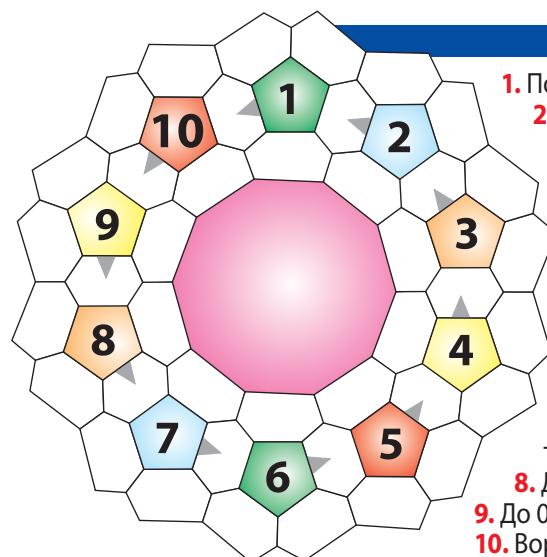
КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Козероги получают заслуженное одобрение от друзей и партнеров. Будьте открыты, но не забывайте про уверенность в себе и высокий уровень компетентности. Поддержать силу духа вам помогут умеренные физические нагрузки и спорт.



РЫБЫ (19.02 – 20.03)

Хороший период у Рыб для участия в каких-то новых мероприятиях, будь то бизнес, хобби, общественная жизнь. Особенно благоприятны прогулки или занятия спортом на свежем воздухе. Выходные подойдут для встречи с людьми, по которым вы в последнее время скучали.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- Потакание.
- Музыкальный инструмент скомо-роха.
- Толстый холст из грубой льняной пряжи.
- «Качок» для камеры велосипеда.
- Всходы, ждущие весну с осени.
- Соревнование двуполых пар в теннисе.
- Птица семейства соколиных, питающаяся только рыбой.
- Дерево с плоской хвоей.
- До 00:00 у Золушки была еще каретой.
- Ворон, предсказывающий будущее.

Ответы: 1. Угода. 2. Домра. 3. Рядно. 4. Насос. 5. Озимь. 6. Микст. 7. Скопа. 8. Пихта. 9. Тыхва. 10. Вешун.

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

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

КАК ОПЛАТИТЬ

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

Скидки
уточняйте
у менеджера

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ:

ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле

График: 4 дня в неделю

Получение печатной продукции на складе, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчёт.

Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.

Наличие моб. приложения «WhatsApp» – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

8 (903) 135-29-85, 8 (965) 353-81-09 Антон Юрьевич



ООО «ПЕЧАТЬ ЧЕРНОЗЕМЬЯ» ПРИГЛАШАЕТ ПРОДАВЦОВ

ПЕЧАТНОЙ ПРОДУКЦИИ (книги, газеты, журналы) В КИОСКИ

Мы предлагаем:

- Работу в крупной, стабильной и развивающейся компании!
- Подходящий вам график работы: 2/2, 3/3 и 7/7;
- Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- Своевременная оплата труда от 7 500 рублей за неделю;
- Возможность подработки;
- Вакансия подходит для КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА

Телефоны для связи:

8 (952) 956-14-98, 8 (473) 277-27-00



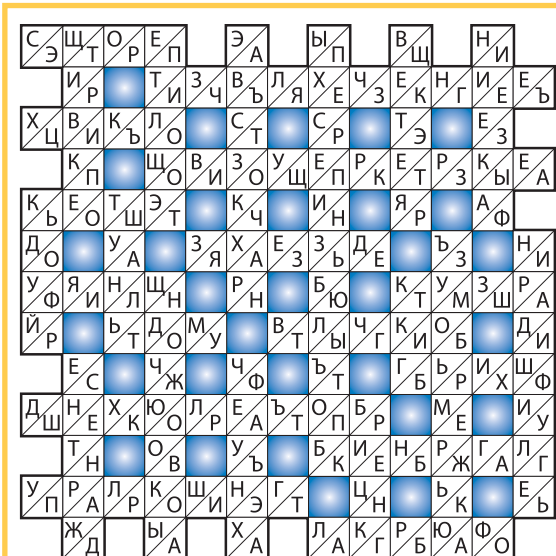
КУПЛЮ

■ 8 (999) 715-35-60 КУПЛЮ вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны, йены, шекелы, канадские доллары старого образца и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины, книги (домашние библиотеки целиком), фарфор, янтарь, часы. Тел.: 8 (999) 715-35-60.

РАБОТА

■ 8 (929) 061-63-84 Требуется уборщицы в г. Липецк. Московская, 157. Замятаина, 3. Славянова, 3. Московская, 61. Тел.: 8 (929) 061-63-84, Юлия

ПРИЁМ РЕКЛАМЫ В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»: 8 (903) 792-47-73



КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

По горизонтали: Стоп. Извлечение. Цикл. Овощерезка. Кошт. Заезд. Финн. Туша. Том. Выгиб. Гриф. Декоратор. Кинжал. Паркинг. Аграф.

По вертикали: Трико. Пилот. Автокар. Переизбыток. Ветер. Низка. Кофр. Шунт. Зубрежка. Надфиль. Но-жовка. Тиг. Сенаж. Фауна. Ринг.

ПЛОХО СЛЫШИТЕ ИЛИ ШУМИТ В УШАХ?

Вам срочно нужен лечебный прибор, восстанавливающий слух!

«ФИЗИОТОН» ВОЗВРАЩАЕТ РАДОСТЬ ХОРОШО СЛЫШАТЬ



Марина Вадимовна, г. Киров
– Марина Вадимовна, Вы меня хорошо слышите?
– Слышу, сынок. Очень хорошо тебя слышу!
– Я же говорил Вам, что «Физиотон» поможет. Всего несколько недель использовали его?

– Да! Вот и радуюсь теперь. К дочке уже съездила в Москву, у нее на концерте побывала. Она у меня оперная певица – как соловушка поет. Так мое сердце радовалось, что наконец я голосок своей кровинушки четко-четко слышала! А то чужие люди ее слушают, на концерты ходят, а я только завидовала. Теперь каждый день записи ее песен включаю, и моя душа вместе с ней поет.



Татьяна Федоровна, г. Краснодар
Мои мучения, наконец, закончились, и я невероятно этому рада. Я вновь веду полноценную жизнь и больше не чувствую себя затворницей. После использования «Физиотона» прекрасно слышу. Знакомые по привычке

продолжают говорить мне громко в ухо, а я шучу: «Чего орете, как оглашенные!» Теперь я уже не «глухая тетеря», как раньше сама себя называла, а уважаемая соседка и бабушка Таня. Я больше не «какаю», могу спокойно смотреть телевизор на нормальной громкости, легко и уверенно общаюсь с людьми. Я начала по-настоящему ценить слух, когда едва не потеряла его окончательно.



Валерий Иванович, г. Тула
– Добрый день, Валерий, рад Вас видеть без слухового аппарата!

– И я рад, что от этой затычки в ушах избавился. А то был как шпион на пенсии – слуховой аппарат из уха торчит.
– Мешал он Вам?

– Да трещал он так, что я чуть с ума не сошел! А когда снимал его, вообще как потерянный становился.

– Значит, сейчас Вы хорошо слышите?

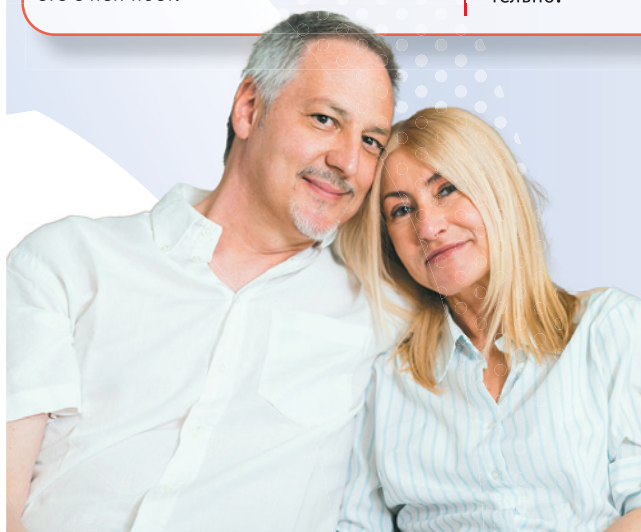
– А то ж! Я ведь использовал «Физиотон». Благодаря ему снял слуховой аппарат где-то через месяц, почувствовал, что вернулся хороший слух. А знаете, как понял? Дело в том, что на ночь я свой слуховой аппарат снимал. Так вот, меня впервые за 10 лет разбудил дождь, стучащий в окно! Еще никогда в жизни я так дождю не радовался.



Аркадий, г. Санкт-Петербург

Проблемы со слухом начались у меня несколько лет назад. Слух снижался постепенно, в итоге я почти перестал слышать. Приноровился читать по губам. Страшно стало выходить из дома: я не слышал ни

машин, ни велосипедистов. А самокатчики – вообще беда: носятся по тротуарам. Однажды я с таким столкнулся, и после этого начал носить слуховой аппарат. Но слышал я с ним не намного лучше, зато голова буквально раскалывалась. Тогда я решил применять «Физиотон». И теперь слышу отлично! Слуховым аппаратом не пользуюсь, при разговоре не переспрашиваю и на улице уже ничего не боюсь.



Истории о том, какие трудности приносит тугоухость не могут оставить равнодушными. Сколько же вокруг людей, которые мечтают ясно услышать пение птиц, голос близких, любимую песню! Чтобы протянуть им руку помощи, мы решили узнать мнение врачей-отоларингологов по этому животрепещущему вопросу.

– **Слуховой аппарат может решить проблему?**

– Нет, он лишь временно усиливает остатки слуха. Человек пользуется этим «костылем», в то время как патологические изменения в ухе продолжают. И наступит тотальное глухота.

– **Все так безнадежно?**

– Медицина сделала большой шаг вперед. Сейчас этот процесс можно повернуть вспять. И для этого не нужны ни лекарства, ни слуховые аппараты, ни операция. Тугоухость устраняется и слух постепенно возвращается, если его хорошенько простимулировать с помощью специального медицинского прибора «Физиотон».

– **Что представляет собой «Физиотон»?**

– «Физиотон» – многофункциональный медицинский прибор, который эффективно борется с тугоухостью. Почему? В этом современном устройстве сочетаются электрическое, магнитное, фотохромное и микро-

вибрационное воздействие на органы слуха. Каждый из этих режимов выполняет свои особые терапевтические функции.

Электроимпульсная терапия – помогает растворить холестериновые бляшки, рассосать спайки и рубцы, повысить тонус сосудов и нервов, улучшить кровоток в органах слуха.

Магнитное поле – способствует восстановлению волосковых клеток ушной улитки, отвечающих за хороший слух. Также магнитное поле подавляет воспаление, улучшает звуковую проводимость.

Красное монохромное излучение – улучшает питание и работу барабанной перепонки и слуховых косточек (молоточка, стремечка и наковальни), отвечающих за усиление слышимости.

Низкочастотная вибрация – стимулирует кровоток и выведение токсинов и старых клеток, улучшает тонус сосудов ушей и проводимость слухового нерва.

Все эти воздействия в комбинации дают мощный оздоровительный эффект. «Физиотон» не временно заменяет человеку его собственный слух, как это делает слуховой аппарат, не вторгается внутрь, как это делается при операции, а ЛЕЧИТ органы слуха и ВОЗВРАЩАЕТ естественный здоровый отменный слух на постоянной основе.

– **Говорят, что «Физиотон» – настоящая гордость российской медицины?**

– Так и есть. «Физиотон» победитель конкурса «100 лучших товаров России», награжден двумя золотыми знаками качества «Всероссийская марка». Более того, он зарегистрирован в Росздравнадзоре, как медицинское изделие.

– **Как меняется жизнь человека с хорошим слухом!**

– «Физиотон» дарит возможность прожить счастливую, уверенную, полную общения и прекрасных звуков жизнь. Представьте, как с возвращением остроты слуха все преобразится! Вы будете активно участвовать в жизни своих близких, полноценно вести беседы, понимать шутки и слышать важные объяв-

“ КОГДА СЛЫШИШЬ СМЕХ ДЕТЕЙ И ВНУКОВ – ПОНИМАЕШЬ, РАДИ ЧЕГО ЖИВЕШЬ! ”



Медицинский прибор

ния. Сможете общаться по телефону, слушать любимые песни и смотреть телепередачи.

Только помните, медлить нельзя. Начинайте пользоваться «Физиотоном» в ближайшее время. Ведь каждый день промедления – это еще один шаг к жуткой тишине и упущенная возможность хорошо слышать.

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8-800-300-77-70

ТЕЛ. ДЛЯ ЗАКАЗА И БЕСПЛАТНОЙ КОНСУЛЬТАЦИИ

**ВНИМАНИЕ! ДЕЙСТВУЕТ
СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ
С 14 ЯНВАРЯ ПО 11 ФЕВРАЛЯ 2026 Г.!**

**200 АППАРАТОВ
СО СКИДКОЙ ОТ
ПРОИЗВОДИТЕЛЯ**

**ПРОМОКОД
АКЦИИ 3186**

НЕ УПУСТИТЕ ШАНС ПОБОРОТЬ ТУГОУХОСТЬ!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

ИП Добрынин Дмитрий Андреевич. ИНН: 025601745183. ОГРНИП: 323774600210720. 115142, г. Москва, а/я 20. Срок проведения акции с 14 января по 11 февраля 2026 г. *С информацией об организаторе такого мероприятия, о правилах его проведения можно узнать по телефону 8-800-300-77-70 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.