

№03
(728)

ТВ-программа с 19 по 25 января 2026 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**ДЕЛИМ
ДОМАШНИЕ
ОБЯЗАННОСТИ
ПО-ЧЕСТНОМУ**

стр. 4

**СКОРЕЕ
ПРИГОТОВЬ
ВКУСНУЮ
МОРКОВЬ**

стр. 10

**МАРИЯ
ЛИСОВАЯ**

**ПРОФЕССИЯ ДАЁТ МНЕ
СМЫСЛЫ**

стр. 6

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
КРЕЩЕНИЕ
ГОСПОДНЕ**

стр. 14

**МЕДОВОЕ
ПОХУДЕНИЕ:
ПРАВДА ИЛИ
ВЫМЫСЕЛ?**

стр. 13

**СПАСИТЕ
НАШИ... УШИ!**

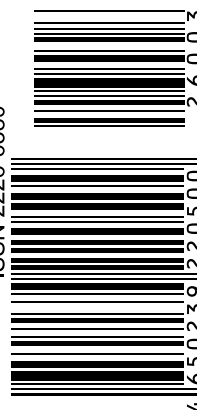
стр. 12

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото из личного архива Марии Лисовой
Фотограф: Владимир Макарадзе

ISSN 2226-6380



Реклама

LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8(800) 500-18-45 и получи ПОДАРОК*!

Скидки
на ТВ-ХИТЫ
до 60%

Костюм «Астрид»

- Свободная посадка
- Не скатывается, сохраняет форму и цвет

до 60 размера



Фактурный узор

Материал: 95% ПЭ, 5% спандекс.
Размер: 44-46, 48-50, 50-52, 54-56, 58-60.
Цвет: черный, синий, белый.

лот 314677

4999р. 3999р.



Синий

Белый

Черный

Годовой запас средств «Просто блеск»

- Супер порошок 100 в 1, 2 уп. по 500 г
- Спрей для удаления жира, 750 мл
- Спрей для чистки стекол, 750 мл

Чисто все и быстро!



2 шт.

500г

лот 106030-03

2499р. 1499р.

Набором дешевле!

Складная стиральная машина «Лотос»

СТИРКА за 10 мин!

7,5л



1,2 кг Вес

3 программы стирки + отжим

Не требует подключения к водопроводу

лот 104006

3999р. 2999р.

Зеленый

Размер: 29x29x30 см

Бежевый

Жидкая резина «Фикс Про 3 в 1»

- Герметик
- Резина
- Клей

Цвет на выбор:
Белый
Прозрачный
Черный

Подходит для разных поверхностей

лот 102640

1299р. 999р.



3 шт. по 450 мл

Мини-печь «Чудо-жар»

9 л



лот 203839

5999р. 4999р.

Размер, см: 27,5x37x20,5

Режим работы, Т: 100-250°C

Электрический измельчитель «Молния»

3 в 1

- Мясорубка
- Блендер
- Миксер

Работает от сети 220 В

лот 22634

2499р. 1699р.

1,8 л Объем чаши



Универсальный набор «Открывайка» 9 в 1

5 в 1

- Для бутылок и банок

2 открывалки в комплекте

лот 204211

1299р. 999р.



Вешалка напольная с полками и крючками

- Для обуви, одежды и аксессуаров
- Порядок в доме

до 50 кг

5 полок 8 двойных крючков

Размер: 170x60x26 см

Материал: металл (штанги), пластик (соединения), нетканый материал (полки)

лот 105894

1599р. 1299р.



Дверная штора «Уютный дом»

Размер: 90x200 см



Сохраняет тепло внутри дома

Установка за 5 мин

Магнитные замки

Серый

лот 103716

4999р. 2999р.

Коричневый

Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер» + Лосьон в ПОДАРОК!

- Бритва
- Триммер для бороды
- Триммер для носа

60 мин работы

лот 402968-03

1999р. 1499р.

В ПОДАРОК: Лосьон после бритья

5 Вт



Точилка для ножей и ножниц «Просто остро»

- Для ножей и ножниц

лот 203635-01

1399р. 999р.

Пружинный механизм заточки

Размер: 12x7x16 см



Складные очки «Фокус Плюс»

2 шт.



лот 43063-01

1999р. 999р.

Небьющиеся линзы

Футляр в комплекте

160% Увеличение

Шапка с фонарем «Теплый свет»

Серый

3 режима яркости

Универсальный размер

Материал: 35% акрил, 65% ПЭ.

лот 104807

1499р. 999р.

Черный



Термобелье «Аляска» от Leomax

до -20°C



Выводит влагу

Сохраняет тепло

Универсальный размер:

(Ж. 44-56, рост 155-170 см

М. 48-58, рост 170-185 см)

лот 45536-01 муж.

лот 45536-02 жен.

1999р. 1299р.

Термоноски «Аляска»

2 пары

Согреют ваши ноги в любую погоду!

лот 45368

999р. 699р.

Размер единый: 34-41 (жен.), 40-46 (муж.).

70% хлопок



Массажный матрас «Блаженство»

9 в 1

Вибромассаж

Термотерапия

Работает от сети

4 массажные зоны



Материал: велюр, пластик, металл

В комплекте: матрас, блок питания, пульт управления

Размер: 49x135 см

лот 403912-01

7999р. 4999р.

Прибор для чистки ушей «Чистые ушки», 3 шт.

Безопасная и эффективная чистка ушей

8

Сменных силиконовых насадок

Питание от 2 батареек AA (в комплект не входят)

лот 41984-02

1399р. 999р.



Усилитель звука «Чуткий слух»

Может усиливать звуки до 30 дБ, на расстоянии до 10 м

Регулятор громкости

лот 404616

1499р. 999р.



Топ «Ажур Бра»

Белый

Бежевый

Черный

Серо-голубой

Дышащий материал

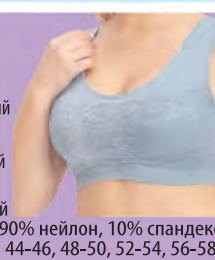
Комфортная посадка

лот 313589

1299р. 999р.

Состав: 90% нейлон, 10% спандекс.

Размер: 44-46, 48-50, 52-54, 56-58.



Диск здоровья от Leomax + ПОДАРОК!

- Укрепляет мышцы рук, ног, ягодиц, спины и живота

27 см

до 120 кг



Уменьшает объем талии

Массаж стоп

Зеленый

Фиолетовый

лот 404737

1999р. 1299р.

В ПОДАРОК: Чудо-мазь «Маули» согревающая



Умный браслет «Здоровье»

Тонометр

Шагомер

Счетчик калорий

Время и дата

Зарядка через USB-провод (в комплекте)

лот 402115-02

2999р. 1999р.

24 см

Длина окружности



ВАШ ПОДАРОК* при заказе

от 2999 р.:

Доска разделочная + нож в чехле

(цвет в ассортименте)

лот 102640

1299р. 999р.

3 шт. по 450 мл



ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!

* При единовременном заказе на сумму от 2999 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-18-45. Предложение действительно с 01.01.26 по 31.03.26 г. Продавец: ООО «ШОП ТВ» ОГРН 5117746036128, 115432, г. Москва, ул. Трофимова, дом 2А. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по телефону (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

8(800) 500-18-45

Анастасия Сиваева рассказала о «Папиных дочках»

Телеканал СТС и онлайн-кинотеатр START приступили к съёмкам пятого сезона сериала «Папины дочки. Новые». Действие в фильме будет разворачиваться сразу после окончания событий полнометражного фильма «Папины дочки. Мама вернулась».



По сюжету Даша (Анастасия Сиваева) возвращается домой после двух лет отсутствия и сталкивается с неожиданными проблемами: Веник (Филипп Бледный) отвык от жены, а повзрослевшие дочери стали слишком самостоятельными. Параллельно Боря (Алексей Демидов) и Галина Сергеевна (Лиза Арзамасова) учатся быть родителями, Диана (Ева Смирнова) и Лиза (Вита Корниенко) ищут свое место в изменившейся семейной иерархии.

– Как и миллионы зрителей, я смотрела новых «Папиных дочек» с первого сезона, удивлялась некоторым сюжетным поворотам, а теперь рада снова стать частью этой истории, – рассказывает Анастасия Сиваева. – Безусловно, это волнительно и ответственно как для меня, так и для моей героини. Ведь Даше важно объяснить многие моменты, которые не были раскрыты в полнометражном фильме.

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 Богомолова, 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



Сериал «За полчаса до весны» охватит три десятилетия

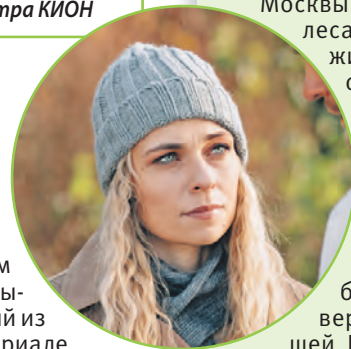
На Первом канале – премьера сериала «За полчаса до весны». Кинолента рассказывает о жизни народного артиста СССР Владимира Мулявина, основателя вокально-инструментального ансамбля «Песняры».

Роль главного героя в разных возрастах исполнили три актера: Артём Волобуев, Глеб Калужный и Даниил Васильев. Режиссерами проекта выступили Степан Коршунов, Оксана Барковская и Кирилл Папакуль, каждый из режиссеров отвечал за определенный период событий, показанных в сериале.

Фильм охватит три десятилетия и расскажет о трех этапах становления главного героя сериала в 50-х, 60-х, 70-х годах, от знакомства с музыкой и робких аккордов на отцовской гитаре и до яркого, убедительного успеха в 70-е.

«За полчаса до весны» – это совместный проект START, Первого канала и Первой КиноВидеоКомпании Республики Беларусь. Проект также создан при участии дочери Владимира Мулявина – Марины.

Съемки сериала проходили в Беларуси (Минск, Логойск, Борисов), а также в Калининградской и Московской областях и завершились в Москве.



Анастасия Крылова представила свою Дарью

Телеканал «Домашний» завершил съемки 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 уединении, в природе, в духовности. Думаю, зритель будет искренне переживать за Дарью. Хочется, чтобы у такой женщины все сложилось хорошо.

Фото пресс-службы телеканала «Домашний»

«Тайного миллионера» снимали в Индии

В Джайпуре закончились съемки 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



СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Слышать, понимать, жить!

Швейцарские слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи и шумоподавлением.

bernafon

Цифровые и аналоговые, внутриушные, внутриканальные, заушные.

Профессиональная консультация.

м. Войковская (рядом с метро), 4-й Новоподмосковный пер., 4

Тел.: 8 (499) 150-88-88, 8 (916) 879-74-31 www.neoton-sluh.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

БЕССОННИЦА? СТРЕСС? ПРОБЛЕМЫ СО ЗРЕНИЕМ?

ПРИХОДИТЕ НА БЕСПЛАТНЫЙ ТЕСТ ДРАЙВ ЛЕГЕНДАРНОГО АППАРАТА ВИЖИ!

НОВОГОДНИЕ
СКИДКИ!

17 ЛЕЧЕБНЫХ
ПРОГРАММ

УСТРАНЕНИЕ ПРОБЛЕМ
СО СНОМ



УДОБНОЕ РАСПОЛОЖЕНИЕ. РАБОТАЕМ ПО АДРЕСАМ:

м. «Пионерская», ул. Малая Филевская, д. 18 | м. «Варшавская», ул. Артековская, д. 1А
(ВХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

ГРАФИК РАБОТЫ УТОЧНЯЙТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ: 8 (499) 110-43-58

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ: + гарантированный подарок при покупке аппарата*

ЗАБОТА ProDEX

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 14.01.2026 по 14.02.2026. 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. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

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? Отправьте 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 надзирателя, 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

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.



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 смотря 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?

Леденящий 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 gostеприимно 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 ПРЕДЪЯВИТЕЛЬНО ДОАННОГО 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.

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

Мария ЛИСОВАЯ:

«Не придаю значения неудачам»

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 героиню 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.

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.

– 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 художественному 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 и не соглашаюсь на роли, которые уже были. Во мне живет внутренний режиссер, который помогает и учит видеть себя со стороны.

«Профессия даёт мне смыслы»

– Вы затронули тему режиссуры. Прочитала в одном из ваших интервью, что к сорока годам



Спектакль «Девять», в роли Лели Гусевой.

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 вплетено. Искусство кино и театра настолько объемны, что цепляют за собой много всего другого – от музыки до живописи. И это невероятно интересно, все хочется постигнуть, понять, осмыслить.

Наталья АНОХИНА

ПОДРОБНОСТИ

– 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 поуча-

«Беру краски и иду на пленэр»

ствовать 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 художе-

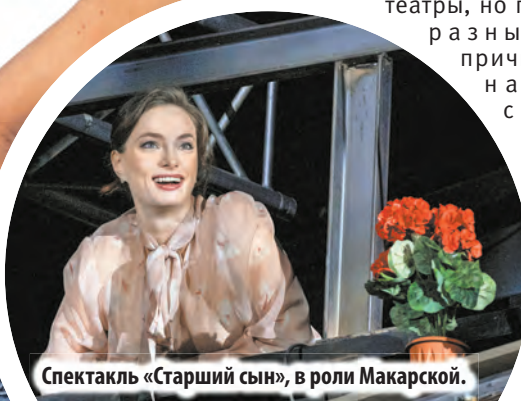
ственное училище или в театральное...

– 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 «Девять», в роли Лели Гусевой.



Спектакль «Старший сын», в роли Макарской.

ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

ФИЛИАЛЫ В КАЖДОМ ОКРУГЕ СТОЛИЦЫ
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

585-я или 583-я проба – 5 100 р. за 1 г. 750-я проба – 6 900 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки – дорого

Компания по скупке золота и ювелирных изделий «Аурум» – одна из крупнейших столичных компаний в этом сегменте, принимающая ювелирную продукцию по государственным образцам. Ориентир на цену золотовалютной биржи, современный и точный и процесс оценки.

Разбираем, чем это лучше ломбарда? Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по госу-

дарственным образцам, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

Чем скупка «Аурум» отличается от других?

Филиалы по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровке, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий

будет реализована в них. А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

Выездная скупка от компании «Аурум».

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



81

ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА 8 (800) 551-84-34 ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ, НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!



Максимальная
оценка



Выплата наличными
или переводом на карту



Любые драгоценные металлы,
в любом состоянии



Высокие рыночные
цены



Принимаем в скупку дороже
любого ломбарда



Не продавайте без нашей
экспертной оценки

Компания «АУРУМ» – Ваш надежный партнер вот уже 2 года!

За это время услугами компании воспользовались более 1 470 читателей газеты!

Выездная скупка, насколько это удобно? Спросили у читателей их историю и мнение об услуге.

Татьяна Филипповна, 67 лет

— Стоит только подумать: «Как же все хорошо складывается!» – и сразу проблемы... У нас с мужем дачный сезон в этом году выдался просто на удивление: ягод было огромное количество, овощей заготовили на всю зиму себе и детям, яблок – просто куча, даже продать удалось и немного заработать. И тут, так сказать, под занавес, когда уже основные работы закончились, и мы собирались домой, как гром среди ясного неба – прорвало водопровод... Он у нас под землей проложен, так что пришлось нанять рабочих и перекапывать полукруг, чтобы найти и отремонтировать поломку. Конечно, незапланированные траты вышли далеко за пределы нашего скромного пенсионного бюджета... Хорошо, что вовремя вспомнили о золотых украшениях, которые нам обоим остались по наследству от родственников.

Вернулись в город, обратились в «Аурум», вызвали специалиста – и уже через пару дней нужная сумма была на руках! Благодаря этому ремонт успели завершить до наступления морозов. Представляете, что было бы, если бы пришлось искать деньги еще неделю? Пришлось бы весь водопровод менять, не меньше! Так что спасибо «Ауруму» за оперативность и хорошую цену на золото, а погоде – что подождала с холодами!

Елена, 32 года

— Моя дочь занимается фигурным катанием. Вид спорта очень красивый и популярный! Дочь тренируется с удовольствием, а мы с мужем рады, что ребенок развивается физически и характер формирует сильный, спортивный. Единственное «но» – дорогая экипировка. Ботинки, лезвия, чехлы, костюмы для соревнований – и это

не считая дополнительных тренировок и мастер-классов. Мы с радостью поддерживаем дочь, но бывает, что купить что-то нужно срочно, а до зарплаты еще неделя. Микрозаймы – не наш вариант. Друзей беспокоить тоже не хочется, у них тоже дети и свои заботы. Зато есть золотые украшения, которые бабушка подарила мне несколько лет назад. Я про них как раз подумала, когда ждала дочь с тренировки и читала газету – а там реклама компании «Аурум». Сразу позвонила, договорились о встрече. Пока ждала специалиста, сходила в ближайший ломбард, чтобы было с чем сравнивать, узнала цены. Вернулась домой, и вскоре пришел человек из «Аурума». Просто и доступно разъяснил мне все детали, быстро оценил золото и предложил цену выше, чем в ломбарде. Конечно, я согласилась. Оформили все бумаги, я получила

наличные и этим же вечером оплатила мастер-класс, о котором дочь мечтала.

Сергей, 48 лет

— Хочу сказать спасибо компании «Аурум» за помощь в трудной ситуации! Пришло время платить налоги, и оказалось, что не хватает денег заплатить за один из объектов. Сумма небольшая, но в моменте ее не было. Пришлось расстаться с золотыми часами. Изучил предложения на рынке, отзывы, поговорил с друзьями и остановился на «Ауруме». Я сам бизнесмен и ценю, когда люди работают четко и не тянут резину. Звонок – специалист приезжает со всем необходимым оборудованием, грамотно отвечает на вопросы, сразу называет сумму, за которую готов выкупить вещь. Перевод на карту – и моя проблема решена. Всем рекомендую! Налоги уплачены вовремя, а часы я себе новые куплю!



**Весь январь и февраль
+10 000 руб.***



ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00 • м. «Трубная», ул. Петровка, 26, стр. 2 (вход в магазин «Кристалл мечты») • м. «Аэропорт», Ленинградский пр-т, 62 • м. «ВДНХ», пр-т Мира, 146 • м. «Проспект Мира», пр-т Мира, 38 • м. «Улица 1905 года», ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 (вход в магазин «М.Видео») • м. «Бауманская», ул. Бауманская, 33/2с1 • м. «Братиславская», ул. Братиславская, 12, стр. 1 • м. «Кузьминки», ул. Маршала Чуйкова, 4 • м. «Ломоносовский проспект», Мичуринский пр-т 3 • м. «Тёплый стан», Новоясеневский просп., 2Б, стр. 2 • м. «Кантемировская», Пролетарский пр-т, 23А • м. «Проспект Вернадского», пр-т Вернадского, 39 • м. «Варшавская», Варшавское ш., 87 • м. «Преображенская площадь», Большая Черкизовская ул., 3, корп. 1 • м. «Курская», ул. Земляной Вал, 27, стр. 2 • м. «Отрадное», ул. Декабристов, 21Г • м. «Таганская», ул. Нижняя Радищевская, 5 стр. 2 • м. «Домодедовская», Каширское шоссе, 106 • м. «Медведково», ул. Широкая, 14, корп. 1 • м. «Строгино», Строгинский бул., 21 • м. «Арбатская», ул. Арбат, 20 (вход в тату-салон «Дракон») • м. «Селигерская», Коровинское ш., 1А • м. «Водный стадион», Головинское ш., 4 • м. «Перово», Зеленый пр-т, 27, корп. 1 • г. Одинцово, ул. Верхне-Пролетарская, 1Б

ПОКАЖИТЕ ЭТО ОБЪЯВЛЕНИЕ И ПОЛУЧИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО 500 руб. К ОЦЕНКЕ!**

*10 000 руб. выплачиваются при сумме оценки от 100 000 руб. **Действует при сумме оценки от 20 000 руб. Предложение действует с 01.01.2026 г. по 20.02.2026 г. ООО «АУРУМ», ОГРН 1207700387245, ул. Петровка, 26, стр. 2. ЛО23-00119-77/00389972 от 22 декабря 2021 г. РЕКЛАМА.

Для большинства зрителей наша сегодняшняя гостья – одна из четверых неунывающих девушек из шоу «Женский форум», которое выходит на VK видео.

А режиссер Жанна Кадникова рассмотрела в ней актрису для своего проекта «Вечерняя школа», стартовавшего на СТС 12 января. Как следует из названия, главные герои комедийного сериала – это взрослые люди, которым по разным причинам пришлось сесть за школьную парту, чтобы получить среднее образование. Поэтому мы начали наш разговор с Натальей вопросами о съемках.

В атмосфере добра и позитива

– Наталья, пожалуй, последний большой фильм про вечернюю школу – «Большая перемена». Из более ранних – «Весна на Заречной улице». Видели вы эти картины и есть ли у вашего фильма с ними некая переключка? О чём вообще комедия «Вечерняя школа»?

– Я помню, когда была маленькая и папа смотрел «Большую перемену», всегда подсаживалась к нему, и мы продолжали просмотр вместе. Не думаю, что зрителю стоит ждать схожести сюжетов, но атмосфера добра и позитива точно будет поймана.

– Рассказывать о серьёзном через смешное непросто. На ваш взгляд, насколько это удалось режиссёру? Юмор бывает разным.

– Для меня Жанна Кадникова – яркий пример неоспоримого таланта. Оценивать ее работу не имею права. Все, за что она берется, получается идеально. Надеюсь, в этот

Наталья БОРИСОВА:

// Юмор – в ДНК нашей культуры



Дословно Всегда в обойме

– Публичная жизнь диктует определённый регламент жизни, какие-то ограничения. Какие именно? Трудно всегда держать себя в форме или с годами выработалась привычка, от которой не устаёте?

– Самое сложное – найти баланс между жизнью и работой. Я всегда хочу быть в обойме, боюсь упустить возможности. Я ведь из совсем маленького города на Дальнем Востоке. Продолав такой большой путь, не только в километрах, но и в трудах, очень волнительно все потерять. Но также хочу уделять время себе, друзьям, семье, здоровью и сну. Получается ли у меня это на 100 %? Нет! Но я стараюсь.

«Психологи говорят: если вы можете пошутить над проблемой, значит, вы уже сделали первый шаг на пути к восстановлению. Может, и у нас получится стать своего рода терапией для зрителя...»

раз зритель также оценит ее и наш труд. Точнее, надеюсь, мы не испортим ее труд своей актерской игрой (улыбается). А поднимать серьезные вопросы через юмор – это вообще в ДНК нашей русской культуры, как мне кажется. Даже психологи говорят: если вы можете пошутить над проблемой, значит, вы уже сделали первый шаг на пути к восстановлению. Может, и у нас получится стать своего рода терапией для зрителя...

Долгий путь к роли мечты

– Как проходили кастинг в проект «Вечерняя школа»? Утверждение на роль Кристины было сложным?

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Я желаю читателям сохранять позитивный настрой в это неспокойное время. Любите, рискуйте, храните тепло в душе. И помните, что вы главный герой своего сериала, а значит, все можете!

– Это был путь длиной почти в год. Сначала я вообще хотела отказаться, меня смущали роль и героиня, если честно. Но потом передумала и пришла на первую встречу с режиссером и кастинг-директором, после этого поняла, что это роль мечты. Вышла с четким ощущением: меня никто не писал около пяти месяцев! Я уже перестрадала и отпустила, а потом получила заветное сообщение: «Наталья, вас утвердили». Но после этого были еще ансамблевые пробы, съемка трейлера/тизера. И на каждом этапе я волновалась, что не пройду дальше. Поэтому – да, путь для меня был сложный. И я очень удивилась, когда сама Жанна сказала, что меня утвердили почти сразу.

– Расскажите о своей героине. Образ сразу сложился или пришлось подбирать детали, интонации?

– Я представляла Кристину более резкой и грубой. Жанна очень помогла и направила. Оказалось, что моя героиня сильная,

уверенная, но мягкая и очень добрая внутри. С первого дня работы я влюбилась в нее и поняла, что не хотела бы играть никого другого. А еще я заметила, что Жанна утверждала мне дубли, в которых я говорю более низким голосом... Но это между нами... Может, мне показалось (смеется).

«Учили текст и слушались режиссёра»

– Хорошая команда – одно из условий удачного проекта. Какая команда в этом фильме? Приходилось с кем-то раньше общаться, работать?

– У нас команда мечты! Начиная от состава в кадре и заканчивая каждым работником внутри. Вы не представляете, как нас поддерживали! Даже в фургончике с кофе каждый день писали позитивные сообщения на день: «у тебя все получится», «улыбнись» и т.д. Если все же говорить о коллегах в кадре, то со многими была знакома и ранее, но ни с кем плотно не общалась и не дружила. Я очень ра-

да, что благодаря сериалу круг моих друзей расширился. И мы уже точно не просто коллеги.

– Много импровизации было на съёмочной площадке?

– Было много смеха, иногда истерического, иногда губительного – смеха, за который нас ругали. Но импровизации – не очень. Мы старались быть послушными учениками не только по сценарию, но и в жизни. Учили текст и слушались режиссера.

Актёрство как приключение

– У вас достаточно широкий спектр творческих проявлений: вы модель, блогер, ведущая, актриса. Какое из них вам ближе всего? В чём интереснее, ярче проявляетесь как личность?

– Каждая из этих сфер приходила постепенно и в нужное время. Когда-то мне было комфортно работать в кадре как модели, но я даже не задумывалась о сфере комедии. Сейчас юмор – это уже часть жизни. Ну а актерская деятельность – это удивительное, будоражащее приключение, которое я хочу продолжить. Надеюсь, у меня еще будет возможность себя проявить в будущем. Хотя бы все кастинг-директора это прочитали! У нашей страны уже есть Юра Борисов. Вдруг Наташа Борисова тоже сможет?

Ольга БЕЛЬСКАЯ

ПОДРОБНОСТИ

Планы, гастроли, гости

– Праздники с обильными застольями легко переживаете?

– Играючи! Обожаю праздники и застолья. Главное вовремя остановиться!

– Какие творческие планы на 2026 год? Может быть, уже какие-то проекты в работе? Где увидим вас в ближайшем будущем?

– Если честно, очень надеюсь на второй сезон сериала «Вечерняя школа». А также что у меня получится поучаствовать в новых, но не менее интересных проектах в кино. Но, вообще, в следующем году уже расписан гастрольный тур «Женского форума». Мы поедем по многим городам России и даже доберемся до Дальнего Востока. Также планируем продолжать съемки с интересными гостями. И сняли один новый проект с девочками из «Женского форума», но это пока секрет.

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, расстраивается 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 облежать 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. 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 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 трансформера. Самыми актуальными этой зимой стали шапки-ушанки из искусственного меха.

Капюшон

Капюшон, если он действительно теплый и достаточно глубокий, вполне способен и сохрани-



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

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!



PEKTIAM

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 одновременной 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

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 тепкое 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 °C 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 их до появления отчетливого аромата и убрать 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. Готовый суп пюрировать с помощью погружного блендера, добавить мед, довести до кипения, снять с огня; подавать немедленно.
- 5** 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 °C духовке 10-20 минут (зависит от размера формочек).

22 МАРТА
LIVE
АРЕНА



ЛЕОНИД АГУТИН
ДМИТРИЙ МАЛИКОВ
ОЛЕГ ГАЗМАНОВ
ТАТЬЯНА КУРТУКОВА
АЛЕКСЕЙ ЧУМАКОВ
АЛЕКСАНДР БУЙНОВ
И МНОГИЕ ДРУГИЕ



БИЛЕТЫ УЖЕ В ПРОДАЖЕ!

12+

РЕКЛАМА, ООО «ЦЕНТР НОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ» *ЛАЙФ АРЕНА

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 – 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. Хороши 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

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

СОГР № RU77 99.22.003.E.002441.09.24 от 04.09.2024 г. Реклама



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Источник коллагена Геленк Нарунг

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

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

Спрашивайте в аптеках
вашего города.

НЕ ВЫБЕЖАТЕ С ЛЕКАРСТВОМ

ДОМАШНИЙ ПОВАР

КОТЛЕТЫ, ЖАРКОЕ, СТЕЙКИ



Дорогие читатели, друзья!

Наш новый сборник рецептов для тех, кто любит готовить, называется «Котлеты, жаркое, стейки».

Как всегда, для рецептов мы выбирали легкодоступные ингредиенты, которые можно приобрести в магазине или супермаркете. Кулинарный процесс, разделенный на этапы, сделает приготовление выбранного вами блюда удобным.

В этом журнале вы найдете рецепты:

- самых разнообразных котлет;
- жаркого и стейков;
- знаменитых блюд, названных в честь известных людей.

Кроме того, на страницах справочника вы найдете:

- время приготовления блюд, их калорийность, количество порций;
- поварские хитрости;
- полезные советы.

Номер в продаже с 23 января!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927

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



Слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи!

Разбирать речь по телевизору – это просто!



Скидка от 20 до 50%!

- Гарантия качества
- Пенсионерам скидки
- Выезд специалиста на дом
- Пробное ношение слухового аппарата
- Узнайте, как получить компенсацию за слуховой аппарат!
- Ремонт слуховых аппаратов

8 (495) 411-90-16
mirsluha.ru

«МИР СЛУХА»

Реклама. 119017, Москва, ул. Пятницкая, д. 28, ООО «Мир слуха Пятницкая», ОГРН 1157746542953

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

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 неповрежденною и свежою и после столь долгого времени не уступает водам, только что взятым из источников”.

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



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.

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.

жую. Поэтому и таинство Крещения считается духовным рождением человека. Человек приобретает возможность иметь вечную жизнь. И Иисус Христос, сам Спаситель, показал нам этот путь.

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).



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

«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-

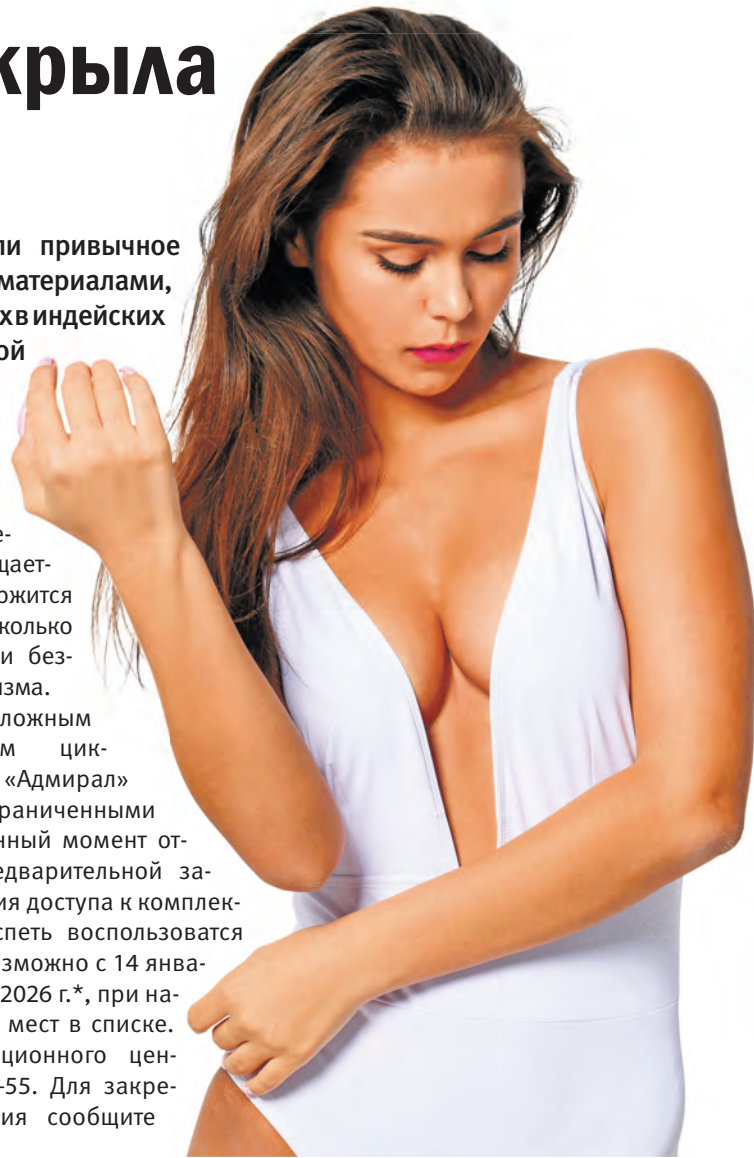
чина не терял хватку. И когда он выпивает эту смесь, огонь возвращается в его тело: мужское достоинство поднимается твёрдо, как древнее копье, наливается силой и заметно увеличивается в размере, желание приходит быстро, а сила в нём держится целую ночь. Так мужчина снова может радовать женщину, не мучаясь 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!**

ПЕРВЫЙ



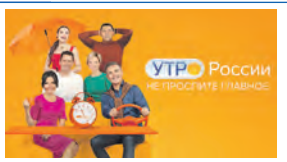
05.00 Телеканал «Доброе утро»

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+)
 Минск. 1970-е. Неожиданно Мулявин находит «тот самый голос» - ресторанную певицу Елену Елисееву. Однако заполнить Алю оказывается не так-то просто: ревнивый муж срывает девушке прослушивание в самих «Песнярах».
 23.00 «Большая игра». (16+)
 00.10 «Время героев». (16+)
 01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
 03.00 Новости
 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
 05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
 08.05 Фирменный рецепт. (12+)
 08.40 Знание - сила. (12+)
 Документально-познавательная программа.
 09.00 Известия. (16+)
 09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
 09.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
 13.00 Известия. (16+)
 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+)

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+)
 В безлюдном месте обнаружен труп замёрзшего мужчины. Причина смерти - отравление метиловым спиртом. При этом мужчина совершенно не похож на человека, который стал бы пить всё без разбора. Участковый опознаёт в погибшем Юрия Сомкина - шеф-повара ресторана «Красный тюльпан».
 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. Ткацкая фабрика переживает тяжёлые времена. Многих сократили, зарплаты не выплачивают месяцами, растёт недовольство. Жизнь трёх подруг, бывших лимитчиц, тоже радикально изменилась. Маша стала директором фабрики.
 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 02.15 «РАЙСКИЙ». (16+)
 03.00 Вести
 03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.00 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (12+)
 07.00 «Сегодня утром». (12+)
 09.00 13.00 17.00 19.00
 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
 11.00 «Перелом. Хроника Победы». (16+)
 11.30 13.25 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)
 13.55 15.05 17.15 03.35 «ЖУКОВ». (16+)
 18.50 «Спецрепортаж». (16+)
 19.55 «По горячим следам». (16+)
 20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
 23.15 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)
 00.55 «БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО». (12+)

ТВЦ



13.45 «Мой герой». (12+)

06.00 «Настроение»
 08.15 «Смех, дрожь и видео». (16+)
 08.50 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
 10.50 «Петровка, 38». (16+)
 11.00 «Городское собрание». (12+)
 11.30 События
 11.50 02.45 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ДИКАЯ РОЗА». (12+)
 13.45 «Мой герой». (12+)
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: ОДЕРЖИМОСТЬ». (12+)
 Россия, 2022 г. Детектив. В ролях: Софья Хилькова, Петр Рыков.
 16.55 «Актёрские драмы. Любовь с первого кадра». (16+)
 17.50 События
 18.10 «ЗАГОВОР НЕБЕС». (12+)
 22.00 События
 22.35 «10 самых...» (16+)
 23.05 «Знак качества». (16+)
 00.00 События. 25-й час
 00.30 «Петровка, 38». (16+)
 00.45 «Настоящий детектив. Жемчужная нить». (16+)
 01.25 «Долгая дорога к ЗАГСу». (16+)
 02.05 «90-е. Русская мафия Нью-Йорка». (16+)
 04.15 Прощание. (16+)
 04.55 «Мой герой». (12+)
 05.30 «Смех, дрожь и видео». (16+)

ОТР

06.00 «ЖАСМИН». (12+)
 07.30 20.15 «Календарь». (12+)
 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00
 08.05 08.35 Пёстрый мир
 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
 11.00 23.50 «НИКА». (16+)
 11.45 «На приёме у главного врача». (12+)
 15.15 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
 16.30 «Большая страна». (12+)
 17.00 «Преодоление». (16+)
 17.40 «Конструкторы будущего». (12+)
 20.45 21.30 «13 КЛИНИЧЕСКАЯ. НАЧАЛО». (16+)
 22.15 «ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ». (12+)
 00.40 «Моя история». (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+)
 Вместе с немецкими коллегами Клаусом и Гретой опера выезжают на новое дело - в баре умер известный журналист, а его глаза были кровавого цвета. Оказывается, журналисту вкололи неизвестное вещество.
 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, три года державший в страхе криминальный бизнес Петербурга. Шибанов выступает на суде по делу Рожкова в качестве свидетеля. Адвокат надеется на условный срок.
 22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
 00.10 «Сегодня»
 00.30 «ПАУТИНА». (16+)
 03.55 «По следу монстра». (16+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
 10.00 10.30 11.00 11.20 11.30 12.00 12.20 12.30 13.00 14.00 14.20 14.30 15.00 15.20 15.25 16.00 16.20 16.25 17.00 17.20 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 22.00 22.30 23.00 «Новости». (16+)
 10.20 11.10 «Атмосфера». (12+)
 11.15 12.15 14.15 15.15 16.15 17.15 «Деньги 24». (12+)
 11.35 14.35 21.35 05.35 «Спецреп». (12+)
 12.45 17.45 «Доктор 24». (12+)
 13.20 18.20 «Вопрос спорный». (12+)
 15.50 20.50 «Это Москва. Инфраструктура». (12+)
 16.30 04.25 «Интервью». (12+)
 21.20 23.45 05.20 «Московский патруль». (16+)
 00.10 «Мослекторий». (12+)
 01.35 Познавательный фильм

РОССИЯ К



20.05 Правила жизни

06.30 Лето Господне
 07.15 Черные дыры. Белые пятна
 07.55 «Невский ковчег. Теория невозможного»
 08.25 22.15 «МЕГРЭ»
 Мегрэ получает срочное задание: помочь богатому адвокату Парандону...
 10.00 12.30 17.00 19.30 23.55
 10.00 Новости культуры
 10.15 Наблюдатель
 11.10 01.00 «XX век»
 «Это наша профессия»
 11.45 «Доживем до понедельника». Счастье - это когда тебя понимают
 12.45 Новости. Подробно. АРТ
 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 майя»
 02.15 «Приключения Аристотеля в Москве»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 07.00 «Новости МО»
 06.00 «Простая медицина»
 06.25 «Всё просто!». (12+)
 06.50 «Суперферма 360». (12+)
 08.00 «Последний день». (16+)
 08.40 16.50 17.45 «Город с историей». (12+)
 09.05 12.20 «Внимание, еда!»
 09.35 «Сделано в России». (12+)
 10.05 «Семейный маршрут»
 10.35 «Погода на любой вкус»
 11.20 «Зима в Подмосковье»
 12.50 «Диванная экономика»
 13.15 «За МКАДом». (12+)
 14.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
 16.05 22.30 «Невероятная наука». (16+)
 17.05 «Викторина 360»
 18.15 20.45 «Разбор полетов»
 18.35 19.05 «Это Китай!». (16+)
 19.30 «Главные события дня»
 20.30 «Полиция в городе». (16+)
 23.15 «В мире еды». (16+)
 00.05 «Лепта». (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 поймать перо жар-птицы». (0+)
 11.20 «Крепость: Щитом и мечом». (6+)
 12.55 «Князь Владимир». (16+)
 Невиданная и загадочная Древняя Русь - деревянные города и необъятные просторы, жестокие сражения и щедрые пиры, шумные ярмарки и грандиозные охоты.
 14.25 «Царство против разбойников». (6+)
 15.50 «УЧИТЕЛЬ ГОДА». (12+)
 17.55 «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА». (16+)
 20.00 «ВОЛНА». (16+)
 Норвегия, 2015 г. Фильм-катастрофа. В ролях: Кристофер Йонер, Эни Даль Торп.
 Сигнал тревоги разносится над спящим городом. То, чего так боялись сейсмологи, сбылось - сильнейший тектонический сдвиг вызывает обрушение горного массива.
 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+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

05.20 05.55 08.05 11.55 18.05
 «Новости дня». (16+)
 05.30 03.20 «Москва на все времена». (16+)
 06.00 «Моя Москва». (12+)
 06.10 «Юмор на все времена». (12+)
 06.55 «Улицы московские». (12+)
 07.20 «Тайны кино». (16+)
 08.10 09.20 «ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ». (16+)
 10.30 Мой район. (12+)
 11.25 «Звёзды советского экрана». (16+)
 12.00 22.40 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ». (16+)
 15.35 «ПУЛЯ». (16+)
 20.00 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» (16+)
 21.10 «СРОК ДАВНОСТИ». (16+)

РЕН	ТНТ	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<div></div> <div>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</div>	<div></div> <div>21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)</div>	<div></div> <div>01.00 Кадони шоу. (16+)</div>	<div></div> <div>08.30 Улётное видео. (16+)</div>	<div></div> <div>12.35 Специальный репортаж. (12+)</div>	<div></div> <div>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</div>	
05.00 18.00 00.35 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «САШАТАНЯ». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.40 «СОЛДАТЫ-3». (16+)	06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 10.00	06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)	
06.00 «С бодрым утром!» (16+)	09.00 «Выжить в Стамбуле». (16+)	08.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	07.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)	10.00, 12.55, 15.30, 03.55 Новости	07.25 04.45 Давай разведёмся! (16+)	
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	11.30 «САШАТАНЯ». (16+)	08.45 «Слепая». (16+)	08.30 Улётное видео. (16+)	10.10 Лица страны. (12+)	08.25 Тест на отцовство. (16+)	
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)	09.45 Гадалка. (16+)	13.00 Притворщики. (16+)	10.30 Спортивный дайджест. (16+)	10.40 «Понять. Простить». (16+)	
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	23.00 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)	15.30 «Слепая». (16+)	Реалити-расследование Влада Чижова о людях, которые выдают себя за тех, кем не являются на самом деле. Ведущий проекта поможет реальным людям распутать клубок взаимных обвинений, ненависти и подозрений. Он проведет зрителя тропой настоящего детектива - но только пострадавший решает идти с доказательствами вины в полицию...	11.35, 22.00, 00.45 Все на Матч! Пр.тр.	11.45 00.30 «Порча». (16+)	
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	Россия, 2025 г. Комедия. В ролях: Диана Пожарская, Павел Прилучный. Виктория - успешная бизнес-леди, в ее строго распланированной жизни нет места хаосу, и тем более мужчинам. Она упорно идёт к своему крупному контракту в своей карьере с инвесторами из ОАЭ.	18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)	15.00 Решала. (16+)	12.35 Спецрепортаж. (12+)	12.55 «Знахарка». (16+)	
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	00.50 «ЁЛКИ-ИГОЛКИ». (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 Зиминной и даже предложил ей помощь в получении адвокатской лицензии.	18.00 Охотники. (16+)	13.00 Есть тема! Пр.тр.	13.30 «Верну любимого». (16+)	
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	Россия, 2025 г. Комедия. В ролях: Алина Алексеева, Павел Прилучный. Катя - ландшафтный дизайнер. 31 декабря она развозит новогодние елки заказчикам...	23.15 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+)	21.00 Влад решает. (16+)	14.25 Лыжная страна. (12+)	14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)	
15.00 «Засекреченные списки». (16+)	02.30 «Однажды в России». (16+)	Бельгия, Франция, 2020 г. Эллиот отправляется в джунгли Амазонки на поиски индейского племени. Он считает, что люди там добрые, а место, где они живут, - настоящий рай.	22.00 Заступницы. (16+)	15.00 «Лига в лицах». (12+)	14.40 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБОРОТНЯ». (16+)	
17.00 01.30 «Тайны Чапман». (16+)	05.00 «Утро ТНТ»-2026». (16+)	01.00 Кадони шоу. (16+)	00.45 Опасные связи. (18+)	15.35 Громко. Пр.тр.	19.00 «РОКОВАЯ ПОДМЕНА». (16+)	
19.55 «ГРЯЗНЫЕ ИГРЫ». (16+)	05.50 «САШАТАНЯ». (16+)	01.45 Экстра такси. (16+)	02.20 Улётное видео. (16+)	16.55 «Флойд Мейвезер». (16+)	23.25 «Понять. Простить». (16+)	
22.20 23.30 «ПОДСТАВА». (16+)		02.15 Знаки судьбы. (16+)	03.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)	18.05 Бокс. Дж. Лейн - Д. Пейг. Bare Knuckle FC. А. (16+)	01.25 «Знахарка». (16+)	
			04.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)	19.15 Хоккей. СКА (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Минск). Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.	01.50 «Верну любимого». (16+)	
			04.45 «СОЛДАТЫ-3». (16+)	22.35 Футбол. «Лацио» - «Комо». Чемпионат Италии. Пр.тр.	02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)	
				01.55 Скелетон. Кубок мира. Мужчины. (6+)	02.45 Тест на отцовство. (16+)	
				04.00 Баскетбол. (6+)	04.25 «6 кадров». (16+)	

КОМПЬЮТЕРНЫЙ МАСТЕР НИКИТА

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 30%

РАБОТАЮ ЕЖЕДНЕВНО С 9.00 ДО 22.00 БЕЗ ВЫХОДНЫХ

- Удаление вирусов
- Установка Windows
- Ремонт ноутбуков и ПК
- Настройка сети Wi-Fi
- Консультации, обучение
- Модернизация ПК
- Настройка телевизоров
- Smart TV, ТВ-приставок

8 (964) 510-69-46

ПЕНСИОНЕРАМ!

ДОГОВОР РЕНТЫ С «ЖИЛСОЦГАРАНТИЕЙ»

Надежность, подтвержденная 30-летним стажем

- Забота, помощь по дому, честные выплаты
- До 7 млн. рублей сразу, до 50 тысяч ежемесячно

являемся непосредственным плательщиком ренты*

Звоните: (495) 626 45 55

*ООО "Жилсоцгарантия" ИНН 7701090069. ОГРН 1157746172220

Чистый натуральный звук обеспечит комфорт и полноценное общение!

В нашем ЦЕНТРЕ СЛУХА Вы сможете приобрести **ЦИФРОВОЙ СЛУХОВОЙ АППАРАТ**

8 (495) 517-10-71
8 (499) 769-51-29
8 (925) 477-20-47

Ст. м. «Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, д. 8. Первый вагон из центра, после турникетов направо, при выходе на улицу – налево, 100 метров от метро.

Возможна оплата по электронным сертификатам

РУ РЗН № РЗН 2020/11896 от 09.09.2020 ООО «АЭРОН» Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

СУСТАВЫ ПОД ЗАЩИТОЙ

С годами суставы подвергаются износу и если не давать хондроцитам своевременного необходимого питания и не насыщать хрящевую ткань нужными аминокислотами, то уже в раннем возрасте человек может столкнуться с такими неприятными последствиями как артрит и артроз. Нужно беречь свою подвижность и восполнять все дефициты организма!

«АКТИАР» – сбалансированный премикс для поддержания подвижности и эластичности суставов, защищает весь опорно-двигательного аппарат. Это новый современный продукт содержащий **пептид рыбного коллагена**, включающий в себя более **19 аминокислот**, среди которых есть **ПРОЛИН** и ряд других незаменимых для организма человека микро- и макроэлементов. Состав продукта сбалансирован таким образом, чтобы нести пользу не только суставам, но и всему организму: сосудистой системе, эндокринной системе, ЦНС.

В составе «АКТИАР» содержится 6 экстрактов лекарственных трав, гиалуроновая кислота и комплекс витаминов. Пептиды рыбного коллагена в совокупности с растительными экстрактами в составе «АКТИАР» быстро дают питание суставом, связкам и костям, способствуют улучшению подвижности.

Защитите свои суставы сейчас!

ПОЛНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О ПРОДУКТЕ ВЫ МОЖЕТЕ УЗНАТЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 333-47-79, 8 (495) 966-20-67

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ	VIJU TV1000	VIJU TV1000 РУССКОЕ	VIJU TV1000 ACTION
06.05 «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ». (16+) 07.05 Мультфильмы. (0+, 16+) 08.40 «ПОЛУСТАНОК». (16+) 09.55 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (16+) 11.20 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+) 12.40 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (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+) 01.15 «САМАЯ ОБЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (16+) 02.35 «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (16+)	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 СИВЕР». (16+) 15.15 «ИЗ ПАРИЖА С ЛЮБОВЬЮ». (16+) Триллер, Франция, 2010 г. 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 «ВЕЛИКОПЕННАЯ АНЖЕЛИКА». (16+)	05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Пин-код», «Смешарики», «Три кота». Мультсериалы. (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 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!» (16+) 04.45 Мультфильмы. (6+)	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+)

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	ДОМ КИНО
00.05 «ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕНЯ КИНУЛ». (18+) 01.55 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+) 03.15 «ЛАРРИ КРАУН». (16+) 04.50 «РАВНЫЕ». (16+) 06.30 «ДИВЕРГЕНТ». (16+) 08.40 «МУШКЕТЕРЫ». (16+) 10.20 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+) 12.05 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+) 13.55 «СЛУЧАЙНЫЙ НАПРОКАТ». (16+) 15.10 «ХИЖИНА». (16+) 17.15 «СПЕНСЕР». (16+) 19.00 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+) 20.30 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+) 22.00 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+) Комедия, мелодрама, США, Канада, 2008 г. 23.25 «СЕМЬЯНИН». (12+)	07.00 «МАРУСЯ». (16+) 08.25 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+) 10.05 «МИСТЕР НОКАУТ». (16+) 12.15 «22 МИНУТЫ». (16+) 13.50 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+) Драма, Россия, 2020 г. 16.20 «БОРЦУ НА БОЛЬШОЮ». (16+) 17.40 «МИНИМАКС». (12+) Комедия, фантастика, Россия, 2020 г. 19.15 «ДВА ДНЯ». (16+) Мелодрама, Россия, 2011 г. 21.00, 22.00, 23.00, 00.00 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 1-4 серии. (16+) Сериал. Военный, Россия, 2010 г. 00.55 «КРИК ТИШИНЫ». (16+) 02.35 «ФЛЭШМОБ». (16+) 04.20 «МИСТЕР НОКАУТ». (16+)	01.20 «КИЛЛЕР В ОТСТАВКЕ». (12+) 02.55 «ДМБ». (16+) Комедия, Россия, 2000 г. 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+) 23.20 «БАТЯ». (16+)	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+) Россия, 2015 г. В ролях: Игорь Угольников, Фёдор Бондарчук 00.40 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+) 02.20 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+) Россия, 2020 г. В ролях: Светлана Ходченкова, Иван Колесников 03.45 «НЕФУТБОЛ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН	CINEMA	РОДНОЕ КИНО	РЕТРО
07.05 «О ЧЕМ ОНА МОЛЧИТ». (16+) 10.50 «НЕЧАЯННАЯ РАДОСТЬ». (16+) 14.15 «ЦЕНА ИЗМЕНЫ». (16+) 15.55 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО ПРАВИЛАМ». (16+) 17.40 «ЗАКЛЯТЫЕ ПОДРУГИ». (16+) 2017 г. В ролях: Анастасия Дубровина, Ирина Антоненко, Алексей Сидоров, Олег Филиппик 21.00 «ВЫРАЖИ СУДЬБЫ». (16+) 2019 г. В ролях: Екатерина Астахова, Михаил Гаврилов, Александр Кобзарь, Виктория Литвиненко 00.20 «32 ДЕКАБРЯ». (16+) 02.05 «СИНЕЕ КАК МОРЕ ПЛАЗА». (16+) 03.35 «ОПЯТЬ ЗАМУЖ». (16+) 05.00 «ЦЕНА ИЗМЕНЫ». (16+)	07.10 «ПЕКАРЬ». (18+) 08.55 «СЛАВНЫЕ ПАРНИ». (18+) 10.55 «ОСТРОВ ИЛЛЮЗИЙ». (18+) 12.30 «БАНДИТ». (18+) 14.30 «ПРЕСТУПНИК». (18+) 16.25 «АВТОБАН». (18+) Великобритания, Германия, 2016 г. 18.00 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (16+) США, 2013 г. 20.00 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+) Франция, США, 2014 г. 22.00 «ПРОПАВШАЯ». (18+) США, 2022 г. 23.35 «ВЫШКА». (18+) Великобритания, США, 2022 г. 01.25 «НА КРАЮ». (18+) 02.45 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (16+) 04.30 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)	00.05 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+) 02.20 «ТАЙСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЫЧА». (18+) 04.10 «ИСПАНСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЫЧА». (16+) 05.40 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (16+) 07.20, 08.10, 09.05 «ГРАЖДАННИН НАЧАЛЬНИК». (16+) 10.05 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА...» (16+) 12.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ». (16+) 13.45 «ВА-БАНК». (16+) 15.40, 16.50, 18.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+) 19.00 «ТРИ ПОЛУГРАЦИИ». (16+) 21.20 «СЫН ЗА ОТЦА...» (16+) 22.55 «ПЕРВЫЙ ТРОЛЛЕЙБУС». (6+)	07.25 «АКВАЛАНГИ НА ДНЕ». (16+) 08.40 «ИМ БЫЛО ДЕВЯТНАДЦАТЬ». (16+) 10.05, 22.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+) 11.45, 23.40 «ЖДИ МЕНЯ, АННА». (16+) 13.00 «ПЕТЛЯ ОРИОНА». (0+) 14.35 «ГОЛУБАЯ СРЕЛА». (16+) 16.15, 00.50 «МОИ ДОРОГИЕ». (16+) 17.30, 02.00 «ВЕРНОСТЬ». (16+) 19.00, 03.20 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». (16+) 20.25, 05.40 «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СЛЕЗ». (16+) 04.35 «В лесной чаще». Мультфильм. (16+) 04.55 «Ночь перед Рождеством». Мультфильм. (16+)

суббота!	СУББОТА!	 ФЕНИКС ПЛЮС КИНО	СТC LOVE	СТC LOVE	 TB 21	TB21
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 2026. (16+)
00.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)	01.00 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)	02.00, 02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)	03.30 «Приключения Пети и Волка». Мультсериал. (12+)	04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)		
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (18+)	Сериал. Драма, Россия, 2017 г.	10.00, 18.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (16+)	11.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-3». (16+)	12.00, 20.00, 04.00 «АЛИБИ». (18+)	13.00, 21.00, 05.00 «ЛАНЦЕТ». (16+)	14.00, 22.00, 06.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)	Сериал. Криминал, драма, боевик, Россия, 2002 г. В ролях: Нодар Мгалоблишвили, Сергей Бехтерев, Лилиан Малкина, Ксения Раппопорт, Ервант Арумянян					
06.00 Даёшь молодёжь! (16+)	10.00 «РАНЕТКИ». (16+)	Папа Леры одобряет нового кавалера дочери. Степнов собирается на свидание, но неожиданная новость заставляет его отменить встречу. Концерт «Ранеток» находится на грани срыва. Вадим пытается помешать выступлению девочек, однако Матвею и Платону удается остановить его. Концерт проходит с большим успехом.	14.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)	17.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)	20.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)	01.35 «МАРГОША». (16+)
03.55 Даёшь молодёжь! (16+)						
07.00 «Иван Царевич и серый волк». Мультфильм. (6+)	08.35 «Иван Царевич и серый волк-3». Мультфильм. (6+)	10.00 «Иван Царевич и серый волк-4». Мультфильм. (6+)	11.35 «Иван Царевич и серый волк-5». Мультфильм. (6+)	13.00 «ХОРОШАЯ ЖЕНЩИНА». (18+)	14.40 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)	16.35 «ТАКСИ». (16+)
18.15 «ТАКСИ-2». (16+)	19.50 «ТАКСИ-3». (16+)	21.20 «ТАКСИ-4». (16+)	22.55 «ДОГМЕН». (18+)	Франция, США, 2023 г.	00.55 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМШКО». (16+)	02.45 «ЖЕНЩИНА, КОТОРАЯ УБЕЖАЛА». (16+)
04.00 «ТРОНУТЫЕ». (16+)	05.35 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ФАКИРА». (16+)					

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР	ПОБЕДА	ПЯТНИЦА	Ю
05.00 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (16+) 06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости 06.15, 00.10, 03.25 Наше кино. История большой любви. (16+) 07.30 «ТАЙНА «ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ». (16+) 09.25, 10.20 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (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 судейские. (12+) 18.00 Вместе каждый день 18.40 Дела судейские. Деньги верните! (16+) 20.30 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+) 22.05 Игра в кино. (16+) 23.30 Миллион за 5 минут. (16+) 01.00 Первый Евразийский канал. (12+) 01.55 «ТАИНСТВЕННЫЙ ОСТРОВ». (16+) 04.15 «КОМИССАРША». (16+)	04.20 «Путь к Победе». (16+) 05.20 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+) 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, скрепленной кровью, мужестве и настоящей любовью. Летчика Илью Бестужева вызывают в главный штаб, где повышают в звании до подполковника и приказывают сформировать собственный полк на базе новейших истребителей Як-3. Он отправляется в Москву и встречается со своим бывшим ведомым, Героем Советского Союза - летчиком Леонидом Шугаевым. 01.30 «КАДИШ». (16+) 03.00 «КАДЕТ». (16+)	05.00 Секреты на кухне. Хлеб. (16+) 05.50 Пятница News. (16+) 06.20 На ножах. Подольск. Синяя птица. (16+) 07.20 На ножах. Екатеринбург. У Вани. (16+) 08.30 Молодые ножи. Супы разных стран. (16+) 09.50 Адский шеф. (16+) Обладатели чёрных кителей отправятся в кинотеатр. Там поварам предстоит сделать сет из 5 закусок, которые подожли бы к просмотру фильма. А во втором испытании недели ученики Константина Ивлева посоревнуются с бывшими участниками проекта. 12.50, 15.00, 17.00, 19.00, 21.00 Битва шефов. (16+) 23.10 Секретный артист. (16+) 00.30 Самородки. Юрий Стоянов и Ида Галич. (16+) 01.50 Пятница News. (16+) 02.20, 03.10 На ножах. (16+) 04.00 Секреты на кухне. Быстрый перекус. (16+) 04.30 Пятница News. (16+)	05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+) 06.25 Званный ужин. (16+) 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+) Папе, который уже давно забил, скинув детей и быт на супругу, предоставляется возможность перезагрузить семейные отношения. Если глава семьи сделает долгожданный ремонт и выполнит все задания, семья получит 100 тысяч рублей. 21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+) 00.05 Измены (субтитры). (18+) Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну. 01.40 Неотложка. (16+) 03.20 Моя свекровь - монстр. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ	VIJU HISTORY	VIJU HISTORY	ИСТОРИЯ
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 Позывной «Царь». (16+) 04.00 Это подкаст. История. (12+) 04.55 Карим Хакимов. (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: #завашуинашу-свободу. (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 - Победоносец. (16+) 16.50 Освоение Крыма. (12+) 19.00 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+) 20.50 Забытые войны России. (12+) 22.15 Народный фронт Победы: Московский цирк. (12+) 22.55 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)	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 Призраки из Каменного века. (12+) 19.00 Неандертальцы против хомо сапиенс. (12+) 20.00, 20.50 Исторические убийства. (16+) 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+)	06.00, 06.45, 23.35, 00.20 Без обид. Александр Ширвиндт. (12+) 07.35, 01.15 Леди Сapiенс. (12+) 08.35, 02.05 Русские тайны. XX век. Украина. Невдуманные 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 Королёва. (12+) 14.50, 15.50 Ваза. Корабль-призрак. Галлеон, 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+)	06.00, 06.45, 23.35, 00.20 Без обид. Александр Ширвиндт. (12+) 07.35, 01.15 Леди Сapiенс. (12+) 08.35, 02.05 Русские тайны. XX век. Украина. Невдуманные 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. Возник

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

- 06.00** Профилактика на канале с 06.00 до 10.00
10.00 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
10.30 Лыжная страна. (12+)
11.00, 13.10, 16.20, 19.15 Новости. (0+)
11.05 Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Скиатлон. Женщины. (6+)
12.10 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Масс-старт. Мужчины. Трансляция из Ярославской области. (6+)
13.15 Сюрплиз. (12+)
13.45 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Динамо» (Москва). (12+)
15.35 «География спорта. Уват». (12+)
16.00, 22.20 Специальный репортаж. (12+)
16.25 «Спорт, который есть. Городики». (12+)
16.45 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)

- 18.40** «Взойди на свой Олимп». (12+)
19.20 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Астраханочка» (Астрахань) - «Черноморочка» (Новороссийск). (6+)
20.45 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
21.10 Громко. (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
23.55 Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Скиатлон. Женщины. Трансляция из Казани. (6+)
01.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Масс-старт. Мужчины. Трансляция из Ярославской области. (6+)
02.00 Футзал. Бетсити Суперлига. «Кристалл» (Санкт-Петербург) - «Синара» (Екатеринбург). (6+)
03.45 «Небесная грация». (6+)
04.00 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
04.25 Смешанные единоборства. ACA. Расул Магомедов против Алексея Полпудникова. Трансляция из Краснодара. (16+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00** Муз'итив. (16+)
06.10 Тор чарт Европы плюс. (16+)
07.00 Музэнерго. (16+)
08.25 PRO-новости. Лучшее. (16+)
09.00 Звёзды о звёздах. (16+)
10.00 Плейлист | Зима. (16+)
11.30 Top-30. Народный хит. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
15.30 Лига свежих клипов. (16+)
16.00 Звёзды 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 Пельменей мне, пельменей! Почему иностранцы рвутся в Россию? (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Top-30. Народный хит. (16+)
00.30 Плейлист | Зима. (16+)
01.00 Золотая лихорадка. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00** Время малышей. (0+)
07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
07.15, 14.00, 19.25 «Маша и Медведь». (0+)
08.30 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
09.30, 21.00, 00.30 «Барбоскины». (0+)
10.00, 04.20 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
10.30, 21.25, 05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
11.50 «Бумажки». (0+)
13.00 «Кошечки-собачки». (0+)
15.00 «Геройчики». (0+)
16.00 Время малышей. «Фиксики. Дай пять!» (0+), «Джи-Джи Бонд: супергонщик» (6+)
17.00, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.15 «Дракоша Тоша». (0+)
18.50, 00.00 «Лунтик». (0+)
20.20 «Сказочный патруль». (0+)
22.25 «Буба». (6+)
23.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
02.10 «Планета Ай». (0+)
02.50 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)

О!

- 05.00** «Песенки с Лёвой». (0+)
05.05 «Три кота». (0+)
06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)
07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
07.05 «Три кота». (0+)
09.30 «Лунтик». (0+)
11.00 «Ум и Хрум». (0+)
12.00 «Три кота». (0+)
15.30 «Барбоскины». (0+)
17.00 О! Кино! «Три богатыря и наследница престола». (6+)
18.20 «Мультителки. Шоу». (0+)
18.25 «Три кота». (0+)
21.30 О! Кино! «Три богатыря. Ход конём». (6+)
Приветливый конь Гай Юлий Цезарь на свою беду подслушивает разговор бояр и узнает о заговоре против Князя. Что же делать?
22.40 «Смешарики. Пинкод». (6+)
00.00 «Белка и Стелка. Тайны космоса». (0+)
02.00 «Бодо Бородо». (0+)
04.00 «Жужжалка». (0+)
04.05 «Три кота». (0+)

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. Друзья летают на облачных велосипедах, пекут вкуснейшие кексы, учатся заботиться о питомцах и устраивают походы с ночными сказками.
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+)
Герои мультсериала Джи-Джи Бонд и доктор Муха увлечены идеей участия в гонках, поэтому отправляются на планету Турбодайва. Там они знакомятся со Старом Нави - сыном легендарного гонщика Галы.
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 Сюрпрайз». (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+)
Мультсериал про приключения и приключения неразлучных друзей - неугомонной девчушки Маши и обаятельного медведя Миши.
22.45 «Дикие скричеры!» (6+)
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
23.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.15 «Смешарики». (0+)
Весёлые и музыкальные, неожиданные и мечтательные, домашние и авантюрные - целый мир в одной уютной Ромашковой долине!
02.55 «Умка». (0+)

Амур

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 12.00, 18.00** «Живой гараж». (0+)
06.25, 12.25, 18.25 «Цветняшки». (0+)
06.40, 12.40, 18.40 «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55 «Карбот. Кунг». (6+)
08.30, 14.30, 20.30 «Край Бебис Мэд-жик Тирс». (0+)
08.50, 15.30, 20.50 «Тара Дункан». (6+)
09.25, 16.10, 21.25 «Смарт и чудосумка». (0+)
09.55, 16.40 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есенин». (0+)
10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)
11.15, 14.50, 23.15 «Роботы-поезда. Теневая энергия». (0+)
13.50 «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

Мультиландия

- 06.00** «Котики, вперед!» (0+)
Коты и Коты - два маленьких котенка, брат и сестра. Коты - умный и рассудительный, а маленькая Катя - милая непоседа.
07.30 «Чебурашка». (0+)
08.15 «Три кота». (0+)
11.30 «Чебурашка». (0+)
12.00 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Чебурашка». (0+)
15.00 «Котики, вперед!» (0+)
16.00 «Три кота». (0+)
17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)
18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
20.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
22.00 «Чемпионы». (6+)
22.30 «Три кота». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (6+)
02.00 «Круткисы». (6+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

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». 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 «Бесогон». 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 Филе. 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. Феофана, 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. Феофан Затворник

СТРАНА СОВЕТОВ

Отбеливатель – мощный помощник в борьбе с пятнами и желтизной, но его неправильное использование может испортить вещи и даже навредить здоровью. Как выбрать подходящее средство и применять его безопасно?

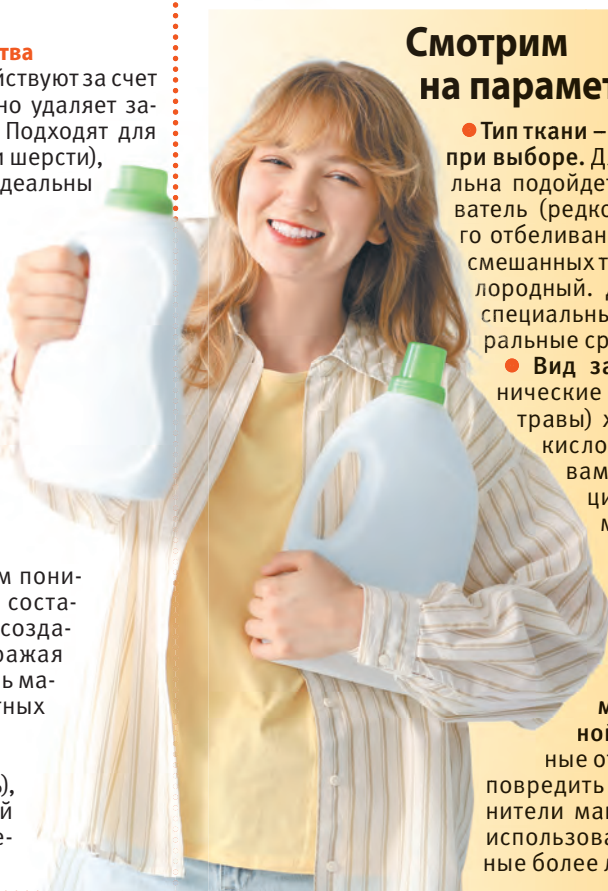
Виды отбеливателей: химия и природа

Кислородные (перкарбонатные) средства
Самые популярные и безопасные. Действуют за счет активного кислорода, который бережно удаляет загрязнения при температуре 40-50 °С. Подходят для цветных и белых тканей (кроме шелка и шерсти), не повреждают структуру волокон. Идеальны для регулярного использования.

Хлорсодержащие средства
Созданы на основе гипохлорита натрия. Обладают сильным дезинфицирующим эффектом, идеально отбеливают белую хлопковую и льняную ткань. Однако агрессивны: разрушают эластан, шерсть, шелк, цветные ткани. Могут вызвать аллергию и раздражение дыхательных путей. Требуют осторожности в дозировке и обязательного проветривания во время использования.

Оптические отбеливатели
Это не отбеливатели в классическом понимании, а люминесцентные частицы в составе порошков. Они оседают на ткани и создают оптический иллюзия белизны, отражая ультрафиолет. Не удаляют пятна, а лишь маскируют желтизну. Безопасны для цветных тканей.

Натуральная альтернатива
Лимонный сок, перекись водорода (3%), сода. Подходят для деликатных тканей и не вызывают аллергии, но имеют умеренный отбеливающий эффект.



Смотрим на параметры

● **Тип ткани – главный ориентир при выборе.** Для белого хлопка и льна подойдет хлорный отбеливатель (редко, для интенсивного отбеливания). Для цветных и смешанных тканей – только кислородный. Для деликатных – специальные гели или натуральные средства.

● **Вид загрязнений.** Органические пятна (чай, кофе, травы) хорошо выводятся кислородными составами. Для дезинфекции (например, в доме с маленькими детьми) временно можно использовать хлорный состав, но строго по инструкции.

● **Совместимость со стиральной машиной.** Хлорные отбеливатели могут повредить резиновые уплотнители машинки при частом использовании. Кислородные более лояльны к технике.

Важные меры предосторожности

● **Никогда не смешивайте разные средства, особенно хлорные с кислотными или аммиачными!** Это может вызвать химическую реакцию с выделением токсичного газа.

● **Строго соблюдайте дозировку.** Больше – не значит лучше.

● **Храните в недоступном для детей месте в оригинальной упаковке.**

● **При ручной стирке с агрессивными средствами используйте перчатки.**

● **Проветривайте помещение при использовании хлорных составов.**



Вместо вывода

Для ежедневного безопасного использования выбирайте кислородные отбеливатели. Они эффективны, щадят ткани и здоровье. Резервом для сильного отбеливания белья или дезинфекции пусть останется хлорный – но применяйте его точно и с осторожностью. И всегда читайте этикетки на одежде и флаконах!

Светлана СИДОРЧУК

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+)
Свердловск. 1961 год. Спокойная жизнь с матерью Володи позволяет Лиде выносить и родить здоровую девочку. Тем временем художник Томской филармонии озабочен привлечением в зал молодого зрителя. Мулявин выступает с реформаторским предложением.
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
08.25 Страна советов. (16+)
Цикл программ о товарах народного потребления и услугах, которые жители нашей страны получают ежедневно.
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
09.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
13.00 Известия. (16+)
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+)

РОССИЯ 1



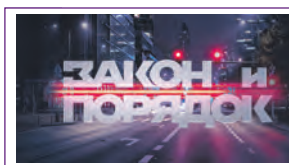
09.55 О самом главном. (12+)

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+)
Во время похорон Анжели Мурадян случается чрезвычайное происшествие. В приготовленной для захоронения могиле находят тело мужчины без документов с ножевыми ранениями.
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 для своей племянницы Кати. Маша готова пожертвовать личным счастьем, чтобы сохранить убыточную фабрику и своих людей.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.15 «РАЙСКИЙ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

ЗВЕЗДА

05.15 13.55 15.05 17.15 03.35 «ЖУКОВ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
11.15 19.55 «По горячим следам». (16+)
11.35 13.25 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)
20.10 «Улика из прошлого». (16+)
22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.15 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЦИ». (12+)
00.55 «ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ». (12+)
02.20 «Шедевры военных музеев». (12+)

ТВЦ



22.35 «Закон и порядок». (16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
10.35 «Олег Басилашвили. Переиграть судьбу». (16+)
11.30 События
11.50 02.50 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: КОНУС ГЕОГРАФИЧЕСКИЙ». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: ВЗРЫВ». (12+)
16.55 «Актёрские драмы. Бремя славы». (16+)
17.50 События
18.10 «СМЕРТЬ НЕ ТАНЦУЕТ ОДНА». (12+)
22.00 События
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. В постели с тираном». (16+)
01.25 «90-е. Двое на миллион». (16+)
02.05 «90-е. Мужья звёзд и звёздочек». (16+)
04.15 «Олег Басилашвили. Переиграть судьбу». (16+)
04.55 «Мой герой». (12+)
05.30 «Тайны великих сказочников. Ганс Христиан Андерсен». (12+)

ОТР

06.00 11.45 «На приеме у главного врача». (12+)
06.50 00.40 «Преодоление». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
11.00 23.50 «НИКА». (16+)
15.15 «ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ». (12+)
17.00 «Очевидно. Вероятно». (12+)
17.40 Спецрепортаж. (12+)
20.45 21.30 «13 КЛИНИЧЕСКАЯ. НАЧАЛО». (16+)
22.15 «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД». (12+)
01.20 «Свет и тени». (16+)
01.50 ОТражение. Итоги. (12+)

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+)
Во время показа мод убивают известного кутюрье Кастелли. Макс допрашивает жену Кастелли, которая объясняет, что смысла убивать мужа у нее не было, ведь все имущество и так записано на нее.
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, и выгоняет его. Тот в отместку подсылает киллеров. В это время в городе начинаются странные убийства: на улицах в разных районах неизвестный шилом убивает прохожих.
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.10 «Сегодня»
00.30 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
01.10 «ПАУТИНА». (16+)

МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
10.00 10.30 11.00 11.20 11.30 12.00 12.20 12.30 13.00 14.00 14.20 14.30 15.00 15.20 15.25 16.00 16.20 16.25 17.00 17.20 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 22.00 22.30 23.00 «Новости». (16+)
10.20 11.10 «Атмосфера». (12+)
11.15 12.15 14.15 16.15 17.15 «Деньги 24». (12+)
11.35 «Спецреп». (12+)
12.45 17.45 «Доктор 24». (12+)
13.20 18.20 «Вопрос спорный». (12+)
14.35 21.35 «20 минут». (12+)
15.15 19.50 «Техно». (12+)
15.50 20.50 «Это Москва. Инфраструктура». (12+)
16.30 04.25 «Интервью». (12+)
21.20 23.45 05.20 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)
01.35 Познавательный фильм

РОССИЯ К



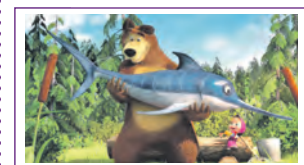
15.45 Сати. Нескучная классика...

06.30 Диалоги о животных
07.20 13.00 00.10 «Таинственные города майя»
08.25 22.15 «МЕГРЭ»
Похитительница драгоценностей, за которой шли по пятам Мегрэ с племянником, найдена мертвой в конюшне возле шлюза на канале, где ходят одни только баржи. Комиссар, исследуя место преступления, устанавливает, что это не убийство с целью ограбления.
10.00 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.00 «XX век»
«Ираклий Андроников о русских тройках»
12.45 Новости. Подробно. Книжки
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

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 07.00 «Новости МО»
06.00 «Простая медицина»
06.25 «Всё просто!» (12+)
06.50 «Суперферма 360». (12+)
08.00 14.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
08.40 16.50 17.45 «Город с историей». (12+)
09.05 12.20 «Внимание, еда!»
09.35 «Сделано в России». (12+)
10.05 «Семейный маршрут»
10.35 «Погода на любой вкус»
11.20 11.35 «Зима в Подмосковье». (12+)
13.15 «За МКАДром». (12+)
16.05 22.30 «Невероятная наука». (16+)
17.05 «Викторина 360»
18.15 23.15 «В мире еды». (16+)
19.05 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня». (16+)
20.30 «Полиция в городе». (16+)
20.45 «Разбор полетов». (16+)
00.05 «Шестое чувство». (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+)
США, 2023 г. Фэнтезийная комедия. В ролях: Мейсон Бломберг, Джуджи Джорни Бренер, Шон Уолен. Эмили и Даг много работают ради того, чтобы обеспечить себя и двойняшек, поэтому не могут уделять им слишком много внимания и заботы.
12.35 «ЛЕССИ - ЛОХМАТЫЙ ДЕТЕКТИВ». (6+)
14.20 «КОРОЛЕВСКАЯ НЯНЯ». (12+)
16.05 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
17.55 «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА». (16+)
20.00 «ВЫШКА». (16+)
США, 2022 г. Триллер. В ролях: Грэйс Фултон, Вирджиния Гарднер. Скалолазы Бекки, её муж Дэн и подруга Шайло покоряют очередную вершину. Дэн срывается и погибает. Спустя год Бекки по-прежнему находится в депрессии, тоскует по мужу и залива-ет горе алкоголем.
22.10 «ФУКУСИМА». (16+)
00.30 «НОЙ». (16+)
02.35 «ТАЙФУН». (16+)
03.45 «Отель «У овечек». (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

05.10 05.50 08.00 11.55 18.05 «Новости дня». (16+)
05.25 03.15 «Москва на все времена». (12+)
05.55 «Моя Москва». (12+)
06.05 «Юмор на все времена». (12+)
06.50 «Улицы московские»
07.15 15.15 «Тайны кино». (16+)
08.05 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (16+)
09.15 20.00 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» (16+)
10.30 Мой район. (12+)
11.25 «Звёзды советского экрана». (16+)
12.00 22.50 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ. ПРОЩАЛЬНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)
15.30 «ПУЛЯ». (16+)
21.20 «ТЕНЬ У ПИРСА». (16+)

РЕН	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 06.00 «С бодрым утром!» (16+)	 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)	 18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)	 06.15 «СОЛДАТЫ-3». (16+)	 13.00 Есть тема!	 13.35 «Верну любимого». (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+)	07.00 «САШАТАНЯ». (16+) 21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+) 23.00 «МЭР ПОНЕВОЛЕ». (16+) Россия, 2025 г. Комедия. В ролях: Яна Кошкина, Ян Цапник, Кирилл Нагиев. Мэр города Николай Николаевич представляет своего нового зама. Крупного специалиста, которого он переманил из столицы. В администрации никто и не догадывается, что еще неделю назад Катерина Петровна была текила-герл. 00.55 «СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО». (18+) 02.40 «Однажды в России». (16+) Все мы живём в одной стране - от чиновников до врачей, от пожарных до туристов. Все они встречаются здесь, чтобы посмеяться над самими собой. 05.00 «Утро ТНТ»-2026. (16+) 05.50 «САШАТАНЯ». (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 ДЬАВОЛОМ». (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+)	06.15 «СОЛДАТЫ-3». (16+) 08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+) Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. 09.00 Улётное видео. (16+) 13.00 Притворщики. (16+) 15.00 Решала. (16+) Культовый проект телеканала «ЧЕ!». Влад Чижов помогает жертвам мошенников раскрыть обман, найти тех, кто за ним стоит, и вернуть украденные средства. Каждый выпуск помогает зрителям учиться на чужих ошибках и показывает, что делать, если ты столкнулся с обманщиком в реальной жизни. 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+)	06.00, 15.00 «Лига в лицах». (12+) 06.30 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.30, 03.55 Новости 07.05, 11.35, 15.35, 23.35 Все на Матч! Пр.тр. 09.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+) 09.25 «Команда мечты». (12+) 10.30 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор. (6+) 13.00 Есть тема! Пр.тр. 14.25 «Человек из футбола. Дмитрий Хохлов». (12+) 16.55 «Новак Джокович. Только победа». (12+) 18.05 Смешанные единоборства. UFC. (16+) 19.15 Хоккей. «Шанхайские Драконы» - «Спартак». Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр. 22.00 Бильярд. Пр.тр. 00.45 «Флойд Мейвезер». (16+) 01.55 Бобслей. (6+)	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+)	



ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 | Номер свидетельства о государственной регистрации 024.266



Гарантируем организацию достойного прощания за указанную цену. Возможны как более бережливые, так и более премиальные варианты. Выбор за Вами.

ЗАХОРОНЕНИЕ

150 000 ₽

30 ЛЕТ МЫ ПОМОГАЕМ ЛЮДЯМ

8 495 103 18 95

RITUAL.RU

ООО «Ритуал.ру» ОГРН 5167746491237 / Реклама 18+. Услуги оказываются партнёрами, входящими в группу компаний Ritual.ru. Информацию о партнерах и составе товаров и услуг Вы можете получить на сайте Ritual.ru

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

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



1. «На торной дороге ... не растёт» (пословица).
2. Национальность Эрнэ Рубика, создателя кубика Рубика.
3. Пастух под небом Аргентины.
4. «Мой первый слог сидит в ..., он на Востоке быть обязан». Какое слово пропущено в шараде старика Синицкого?
5. На ней парус полощется.
6. Дебри Сибири.
7. Очень большой камень.
8. Больше карта, но меньше болида.
9. Краска гуще акварели.
10. Смесь в доменной печи.

Попытка. 1. Трава. 2. Вепрь. 3. Гаучо. 4. Чалма. 5. Мачта. 6. Тайга. 7. Глыба. 8. Багря. 9. Глыба. 10. Шихта.



Пенсионерам! Социальная рента

является плательщиком ренты

ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ СТАБИЛЬНЫЙ ДОХОД НА ВСЮ ЖИЗНЬ:

- до 10 млн. руб. – сразу!
- до 60 тыс. руб. – ежемесячно.

Оплата всех коммунальных услуг, помощь по хозяйству.
Пожизненное проживание в своей квартире.

8 (495) 227-22-54, 8 (495) 997-22-54

ст. м. «Кузнецкий мост», ул. Рождественка, д. 5/7, стр. 1, эт. 3, оф. 11

Сайт: patronazn.ru

ООО «Социальная Рента», ИНН: 9702068905, ОГРН: 1247700502906. Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.40 Мультфильмы. (0+)
07.10 «Приключения пингвиненка 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+)
02.00 Перерыв в вещании с 02.00 до 10.00

TV1000 VIJU TV1000

06.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТЕД-ДИ». (6+)
07.10 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПЫЙСКИХ 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 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)
Фантастический триллер, США, 2018 г.
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+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Пин-код», «Смешарики», «Три кота». Мультсериалы. (6+)
08.25 «РОДИТЕЛИ СТРОГО 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 ПЕТБУРГ 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», «Серебряные копытцы». Мультфильмы. (6+)

TV1000 VIJU TV1000 ACTION

05.35 «ТУННель: 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+)
Фантастический фильм, Австрия, 2022 г.
23.10 «ДИТЯ ОСИРИСА». (16+)
Фантастический боевик, Австралия, 2016 г.
00.50, 02.20 «АЛАКТИЧЕСКАЯ ВОЙНА». (16+)
03.45 «ДЕНЬ ТРИФИДИДОВ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.20 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
02.55 «МУШКЕТЕРЫ». (16+)
04.35 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
05.50 «ХИЖИНА». (16+)
07.55 «СПЕНСЕР». (16+)
09.45 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)
11.15 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
12.45 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
14.10 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
15.35 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
16.55 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
18.40 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)
20.30 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
22.25 «КИНОЗВЕЗДА В ПОГОНАХ». (16+)
23.55 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.15 «ОДИННАДЦАТЬ МОЛЧАЛИВЫХ МУЖЧИН». (16+)
08.10 «22 МИНУТЫ». (16+)
09.45 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
12.15 «БОРЦЕ НЕ БОЛЬНО». (16+)
13.35 «МИНИМАКС». (12+)
15.10 «ДВА ДНЯ». (16+)
16.55, 17.55, 18.55, 19.55 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 1-4 серии. (16+)
Сериал. Военный, Россия, 2010 г.
21.00 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)
Драма, Россия, 2023 г.
22.55 «НА МОРЕ». (16+)
Комедия, Россия, 2008 г.
00.40 «МИСТЕР НОКАУТ». (16+)
Драма, спорт, Россия, 2022 г.
02.35 «РЮБО». (16+)
04.00 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.50 «БАТА 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 «ТАКШИ 2». (16+)
15.25 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)
17.30 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
19.30 «МАЛЕНЬКИЙ ШЕФ». (6+)
20.55 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)
Мелодрама, комедия, США, 2005 г.
22.30 «ЖЕНИХ». (16+)

ДОМ КИНО

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 Вечер вместе. «НАПАРИК». (16+)
Россия, 2017 г. В ролях: Сергей Гармаш, Елизавета Арзамасова, Ян Цапник
00.10 «ЗАКРЫТЫЙ ШКОЛА». (16+)
01.55 «ПИРАММИДА». (16+)
Россия, 2011 г. В ролях: Алексей Серебряков, Фёдор Бондарчук, Пётр Фёдоров, Екатерина Вилкова, Никита Салопин
03.40 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

06.30 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО ПРАВИЛАМ». (16+)
08.05 «ЗАКЛЯТЫЕ ПОДРУГИ». (16+)
11.15 «ВИРАЖИ СУДЬБЫ». (16+)
14.30 «ПОСЛЕДНИЙ ДОВОД». (16+)
16.15 «ЛЮБОВЬ НА ЧЕТЫРЕХ КОЛЕСАХ». (16+)
18.00 «ЛЮБОВЬ НЕЖДААННАЯ НАГРЯНЕТ». (16+)
2014 г. В ролях: Елена Яковлева, Валерий Афанасьев, Владимир Стержаков
21.00 «СИЛА ВЕРЫ». (16+)
2013 г. В ролях: Марина Денисова, Никита Салопин, Галина Петрова, Анжелика Агурбаш
00.35 «ЗАЕЗЖИЙ МОЛОДЕЦ». (16+)
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00

CINEMA

06.20 «ИГРУШКА». (16+)
07.55 «МАТАДОР». (18+)
09.35 «ЛУЛУ И БРИГГС». (18+)
11.20 «ВАЛДО». (16+)
13.15 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (18+)
Франция, США, 2008 г.
14.55 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)
Франция, Бельгия, 2015 г.
16.30 «ЗАСТУПНИК». (18+)
США, 2021 г.
18.20 «ИНОСТРАНЕЦ». (18+)
Великобритания, Китай, 2017 г.
20.15 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (18+)
Мексика, США, 2021 г.
22.00 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (18+)
США, 2013 г.
23.45 «МИДУЭЙ». (16+)
США, Китай, 2019 г.
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00

РОДНОЕ КИНО

00.35, 01.35, 03.15, 04.15 «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШХ». (16+)
05.25 «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШХ 2». (16+)
06.25 «ИГРУШКА». (16+)
08.10, 09.10, 10.10 «ГРАЖДАННИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
11.00 «СЫН ЗА ОТЦА...». (16+)
12.35 «ЗОЛОТО ПАРТИИ». (16+)
14.15 «ВА-БАНК II, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
16.00, 17.00, 18.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
19.00 «БУМЕР». (18+)
21.10 «РУССКИЙ БИЗНЕС». (16+)
22.35 «ТАЙСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЫЧА». (18+)
Комедия, приключения, Россия, 2005 г.

РЕТРО

07.10 «МОИ ДОРОГИЕ». (16+)
08.20 «ВЕРНОСТЬ». (16+)
09.50, 22.05 «ПЕТЛЯ ОРИОНА». (0+)
11.25, 23.35 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (16+)
13.00 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». (16+)
14.25 «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СПЕЗ». (16+)
16.05, 01.05 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
17.45, 02.35 «ЖДИ МЕНЯ, АННА». (16+)
19.00, 04.10 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (16+)
20.20, 05.25 «ДВЕ ВЕРСИИ ОДНОГО СТОЛКНОВЕНИЯ». (16+)
03.50 «Храбрый заяц». Мультфильм. (16+)
03.40 «Петушок - Золотой гребешок». Мультфильм. (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

05.00, 10.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (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 2026. (16+)
00.00, 01.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.00, 02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.25 «Приключения Пети и Волка». Мультсериал. (12+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (18+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРЮ «ВСЕГДА»-3». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2006 г. В ролях: Мария Порошина, Ярослав Бойко
12.00, 20.00 «АЛИБИ». (18+)
13.00, 21.00 «ЛАНЦЕТ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
04.00 «ТРИГГЕР». (18+)
05.00 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+)
Сериал. Мелодрама, детектив, Россия, 2022 г. В ролях: Эльвира Боглова, Дмитрий Ульянов, Елена Коренева, Анна Немченко, Екатерина Сахарова

CTC LOVE

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+)
Лазарев страшно недоволен работой юриста...
04.05 Даёшь молодёжь! (16+)

TB21

07.00 «ДОРОГА К ДОМУ». (6+)
08.15 «Три богатыря и морской царь». Мультфильм. (6+)
09.45 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)
11.20 «Алеша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
12.50 «ЖЕНИХ». (18+)
14.30 «СЕРЕНА». (16+)
16.30 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (18+)
18.05 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (18+)
19.55 «1+1». (18+)
21.55 «ЛЕГЕНДА О ПИАНИСТЕ». (18+)
00.10 «СТРИНГЕР». (18+)
02.10 «СТОЛКНОВЕНИЕ». (18+)
03.55 «КРАСИВЫЙ, ПЛОХОЙ, ЗЛОЙ: НАЧАЛО». (18+)
05.30 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00, 06.15, 10.10 «КОМИКСАРША». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости
12.30 Понять. Простить. (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.15, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
18.00 Вместе каждый день
18.40 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
20.30 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН». (16+)
Комедия, СССР, 1982 г.
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, СССР, 1941 г.
03.30 «БЕСНА». (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+)
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 Аверва Конрадом фон Бютцовом. История начинается 21 июня 1941 года. Волков везёт в Советский Союз партию изумрудов по торговому договору между СССР и Германией, а также секретные документы, ценность которых выше любых камней. Начинается война. Поезд, в котором едет Волков, захватывают немцы...
00.30 «ВЫСОТА 89». (16+)
02.20 «ДВА ФЕДОР». (12+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. Картофель. (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
06.20 Гастротур. Байкал. (16+)
07.10 На ножах. Астрахань. Очень вкусно. (16+)
08.20 На ножах. Калазин. Усадьба. (16+)
09.30 Молодые ножи. Хиты мировой кулинарии. (16+)
10.40 Адский шеф. (16+)
13.10, 14.10, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00 Чёрный список. На кухне. (16+)
19.00 Что я наделала. (16+)
20.00 Что я наделала. Треугольник смерти. (16+)
21.00 Чёрный список. Косметологи на дому. (16+)
22.00 Чёрный список. Повара-диетологи. (16+)
23.00 Секретный артист. (16+)
00.20 Самородки. Юрий Стоянов и Валя Карнавал. (16+)
01.40 Пятница News. (16+)
02.20, 03.10 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. Полезный выпуск. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
06.25 Званный ужин. (16+)
08.20 Непыльный вопрос. (16+)
09.15 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». Сериал. Россия, 2023 г.
10.20 Супермама. (16+)
12.20 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.30 Чадю из ада. (12+)
Реалити о перевоспитании избалованных подростков из обеспеченных семей. По просьбе родителей мажор без кредиток, наличных и смартфона на три дня отправляется жить в многодетную семью со скромным достатком. Поможет ли подростку эксперимент и осознает ли он, что счастье не в деньгах, а в человеческих отношениях?
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.05 Измены (субтитры). (18+)
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Это подкаст. История. (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: #завашинуашу-свободу. (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: Владычная палата Новгородского кремля. (12+)
23.25 Боги войны. (16+)

VIJU 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 авто. (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 Путифафа. (16+)
05.15 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)

VIJU HISTORY

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 Королёва. (12+)
11.20, 12.20 Ваза. Корабль-призрак. Галеон, спасённый из небытия. (12+)
13.20 Мир накануне катастрофы. XX век. Гигиена 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

ИСТОРИЯ

УСАДЬБА

06.00, 06.25, 09.10, 09.40, 17.00, 18.00, 00.00, 00.55, 03.30, 03.55 Дачные радости. (12+)
06.50, 07.00, 16.00, 16.15 Огород круглый год. (12+)
07.15, 01.45 Обнови свой сад. (12+)
07.40, 04.45 Ландшафтные эксперименты. (12+)
08.10, 05.10 Муж на час. (12+)
08.40, 08.55 Цветик-семицветик. (12+)
10.05, 10.20 Вершки-корешки. (12+)
10.35, 12.00, 12.15, 19.00, 19.20 Огород с блоками-Мечталиными. (12+)
11.30 Декоративный огород. (12+)
12.35 Один день из жизни фермера. (12+)
13.00 Новые Робинзоны. (12+)
13.25 заСАДА. (12+)
14.00, 21.05 Сельские профессии. (12+)
14.25, 14.40, 21.35, 21.50 Дачная кухня. (12+)
15.00 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)
16.30, 23.35 Сад своими руками. (12+)
17.30, 00.30 Частный сектор. (12+)
18.30, 18.50 Зеленые квадраты. Спецвыпуск. (12+)
19.35, 02.10 Ландшафтные решения. (12+)
20.05, 02.40 Умная стройка. (12+)
20.35, 03.05 Как поживаете? (12+)
22.05 Идеальный сад. (12+)
23.05 Агротуризм. (12+)
01.20 Ботаника с Павлом Стерховым. (12+)
04.20 Сад в радость. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 02.05 Водоёмы Прибалтики. (12+)
06.30, 02.30 Зимняя рыбалка в Грузии. (16+)
06.55, 15.20, 03.25 Двое против рыбы. (16+)
07.55, 21.15, 0

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Локомотив» (Калининградская область) - «Ленинградка» (Санкт-Петербург). (6+)

07.50 «Лучшая лига мира». (12+)

08.20 Громко. (12+)

09.25 «Корона спортивной империи. Лидия Иванова». (12+)

10.25 «Взойди на свой Олимп». (12+)

11.00, 13.10, 16.20, 18.50 Новости. (0+)

11.05, 23.55 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Скиатлон. Мужчины. (6+)

12.10, 01.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок России. Масс-старт. Женщины. Трансляция из Ярославской области. (6+)

13.15, 21.25 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)

13.45 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)

15.35 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)

16.00 Специальный репортаж. (12+)

16.25 «Спорт, который есть. Кок-бору». (12+)

16.45 Смешанные единоборства. АСА. Расул Магомедов против Алексея Полпудникова. Трансляция из Краснодара. (16+)

18.25 Сюрплас. (12+)

18.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Пари Нижний Новгород» - «Енисей» (Красноярск). Прямая трансляция. (12+)

20.55, 04.00 Лыжная страна. (12+)

21.55 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)

22.20 Специальный репортаж. (12+)

22.40 Есть тема! (16+)

02.00 Футзал. Бетсити Суперлига. «Кристалл» (Санкт-Петербург) - «Синара» (Екатеринбург). (6+)

03.45 «Страна спортивная». (12+)

04.25 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. Трансляция из Москвы. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)

07.00 Звезды на утро. (16+)

08.00 Музэнерго. (16+)

08.40 PRO-новости. (16+)

Мы знаем о звездах всё!

09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)

10.00 ЯНАМУЗТВ. (16+)

11.00 Плейлист | Зима. (16+)

11.30 10 самых с Оксаной Самойловой. (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! Как нами рулит мистика. (16+)

21.40 PRO-новости. (16+)

22.00 Короли чартов. (16+)

23.00 Ликне хиты. (16+)

00.00 Наше. (16+)

01.00 Золотая лихорадка. (16+)

02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 12.00 Время малышей. (0+)

О том, как познавать мир вместе с любимыми героями.

07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)

07.15, 14.00, 19.25 «Маша и Медведь». (0+)

08.30 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)

09.30, 21.00, 00.30 «Барбоскины». (0+)

10.00 «Муся, Чук и Станислав». (6+)

10.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

11.50 «Бумажки». (0+)

13.00 «Кошечки-собачки». (0+)

15.00 «Геройчики». (0+)

16.00 Время малышей. «Фиксики. Дай пять!» (0+), «Джи-Джи Бонд: супергонщик» (6+)

17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

18.15 «Дракоша Тоша». (0+)

18.50, 00.00 «Лунтик». (0+)

20.20 «Сказочный патруль». (0+)

21.25 «Фиксики. Новенькие». (0+)

22.25 «Буба». (6+)

23.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)

01.00 Профилактика на канале до 10.00

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00 «Живой гараж». (0+)

06.25, 12.25, 18.25 «Цветняшки». (0+)

06.40, 12.40, 18.40 «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)

07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)

07.55, 13.55, 19.55 «Карбот. Кунг». (6+)

08.30, 14.30, 20.30 «Край Бебис Мэд-жик Тирс». (0+)

08.50, 15.30, 20.50 «Тара Дункан». (6+)

09.25, 16.10, 21.25 «Смарт и чудосумка». (0+)

09.55, 16.40 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)

10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есенин». (0+)

10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)

10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)

11.15, 14.50, 23.15 «Роботы-поезда. Теневая энергия». (0+)

13.50 «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)

21.55 «Бабушкины сказки». (12+)

22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

О!

05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)

05.05 «Три кота». (0+)

06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)

07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)

07.05 «Три кота». (0+)

09.30 «Лунтик». (0+)

11.00 «Ум и Хрум». (0+)

12.00 «Три кота». (0+)

15.30 «Барбоскины». (0+)

17.00 Кино! «Иван Царевич и Серый Волк-2». (0+)

Счастливая пара - Иван Царевич и Василиса - успешно начали свою супружескую жизнь. Но так ли они счастливы?..

18.10 «Мультителки. Шоу». (0+)

18.15 «Три кота». (0+)

21.30 Кино! «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)

22.40 «Смешарики. Пинкод». (6+)

00.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)

02.00 «Бодо Бородо». (0+)

04.00 «Жужжалка». (0+)

04.05 «Три кота». (0+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Котики, вперед!» (0+)

07.30 «Чебурашка». (0+)

Чебурашка и Гена спешат на помощь жителям уютного городка. Новые захватывающие приключения любимых героев.

08.15 «Три кота». (0+)

11.30 «Чебурашка». (0+)

12.00 «Простоквашино». (0+)

14.30 «Чебурашка». (0+)

15.00 «Котики, вперед!» (0+)

16.00 «Три кота». (0+)

17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)

18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)

20.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)

22.00 «Чемпионы». (6+)

22.30 «Три кота». (0+)

00.00 «Бодо Бородо». (0+)

02.00 «Крутиксы». (6+)

03.45 «Простоквашино». (0+)

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+)

Край Бебис - милые девочки, которые живут в мире Волшебных Слез. Их особенность - это самые милые пижамки на свете и слёзки, которые появляются от безудержного смеха и огромной любви, когда они обнимают друг друга.

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+)

Мультсериал «Турбозавры» - это большое приключение удивительных динозавров и обычных детей. Петя, Катя и Ипполит вместе с рептилиями-машинками организуют команду спасателей и каждый день решают важные задачи: помогают друзьям и соседям, спасают животных, защищают окружающую среду.

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 невероятно крутые гаджеты, смекалку и воображение!

21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

21.15 «Маша и Медведь». (0+)

22.45 «Дикие скриачеры!» (6+)

23.00 «Фьюжи Макс». (6+)

23.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)

01.15 «Смешарики». (0+)

02.55 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

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 сурдодопереводом). (0+)

19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

20.35, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдодопереводом). (12+)

21.35, 01.45 День Ангела: Мученик Або Тбилиский. (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 очищать 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

ЦВЕТОВОДСТВО

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 окном. 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 нужно притенять обязательно.

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?



Конкурентка орхидей

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 конкурентка орхидей вполне подойдет неотапливаемый утепленный балкон или лоджия. Но если подобных условий нет, то разместите цветок поближе к окну 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 положить пенопласт или другой утепляющий материал.

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 выкладывают 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

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+)
Минск. 1976 год. «Песняры» на волне всесоюзной популярности. Они - желанные гости и на телевидении, и в Колонном зале Дома Союзов. Неожиданно Черневич узнает, чем на самом деле занимается Мулявин с музыкантами, и ставит вопрос о роспуске коллектива.
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
06.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
06.50 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
08.25 «Стройнадзор». (16+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
13.00 Известия. (16+)
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-6». (16+)
04.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)

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+)
В лесопарке найден труп Инны Газаровой - владелицы крупной фирмы, производящей кондитерские изделия. Газарова была задушена собственным шарфом. Её деловой партнёр Доронин разыскивает Инну со вчерашнего дня, когда она перестала отвечать на звонки.
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 бартер ей отказывают. Их прошлые договорённости больше недействительны. Маше становится плохо, и она попадает в больницу.
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.15 «РАЙСКИЙ». (16+)
03.00 Вести
03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.15 13.55 15.05 17.15 03.35 «ЖУКОВ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
11.15 19.55 «По горячим следам». (16+)
11.35 13.25 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
15.00 Военные новости. (16+)
20.10 «Секретные материалы». (16+)
22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.15 «НА ДРУГОМ БЕРЕГУ». (16+)
01.20 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (12+)

ТВЦ



22.35 «Хватит слухов!» (16+)

- 06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.40 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
10.40 «Инна Чурикова. Я и так согласна». (16+)
11.30 События
11.50 02.50 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: КИНО ПО-ОЛЬХОВСКИ». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: ФАРФОРОВЫЕ МУДРЕЦЫ». (12+)
Россия, 2022 г. Детектив.
16.55 «Актёрские драмы. Яблоко от яблони». (16+)
17.50 События
18.10 «ТАЙНА «БЕЛОЙ ВОРОНЫ». (12+)
22.00 События
22.35 «Хватит слухов!» (16+)
23.05 Прощание. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Дорогие товарищи. Невозвращенцы». (16+)
01.25 «Знак качества». (16+)
02.05 «90-е. Смерть советской песни». (16+)
04.20 «Инна Чурикова. Я и так согласна». (16+)
05.00 «Мой герой». (12+)
05.30 «Тайны великих сказочников. Шарль Перро». (12+)

ОТР

- 06.00 11.45 «На приеме у главного врача». (12+)
06.50 00.40 «Очень личное». (12+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
11.00 23.50 «НИКА». (16+)
15.15 «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД». (12+)
17.00 «Отчий дом». (12+)
17.10 «Человек и судьба». (16+)
17.40 «Почитаем!» (16+)
20.45 21.30 «13 КЛИНИЧЕСКАЯ. НАЧАЛО». (16+)
22.15 «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ». (12+)
01.20 «Свет и тени». (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+)
В городе происходит несколько загадочных смертей. Все жертвы - молодые люди - перед смертью вели себя странно: ни с того ни с сего начинали испуганно кричать, отбиваться от невидимых врагов.
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. Брагина включают в следственную группу военной полиции для поимки Лукашова. Макс приводит домой девушку, Вера в шоке, требует, чтобы Брагин разоблачил с сыном.
22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
00.10 «Сегодня»
00.30 «ПАУТИНА». (16+)
04.05 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
10.00 10.30 11.00 11.20 11.30 12.00 12.20 12.30 13.00 14.00 14.20 14.30 15.00 15.20 15.25 16.00 16.20 16.25 17.00 17.20 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 22.00 22.30 23.00 «Новости». (16+)
10.20 1.10 «Атмосфера». (12+)
11.15 12.15 14.15 15.15 16.15 17.15 «Деньги 24». (12+)
11.35 14.35 21.35 «Спецреп»
12.45 17.45 «Доктор 24». (12+)
13.20 18.20 «Вопрос спорный». (12+)
15.50 03.45 «Это Москва. Инфраструктура». (12+)
16.30 04.25 «Интервью». (12+)
20.45 «Торги Москвы». (12+)
21.20 23.45 05.20 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослестерий». (12+)
01.35 Познавательный фильм

РОССИЯ К



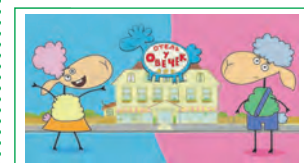
15.45 Белая студия

- 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 01.10 «XX век»
«Гости бывают разные»
12.15 Кристальные истории
Научно-популярный фильм, созданный на основе коллекции Минералогического музея им. Ферсмана.
12.45 Новости. Подробно. Кино
13.00 00.10 «Таинственные города майя»
13.50 02.10 «Острова»
14.30 «КАПИТАН НЕМО»
15.45 Белая студия
16.30 Библийский сюжет
17.15 «Жил-был царь»
«Государева супруга». Эта свадьба не пела и не плясала. Чинные гости, духовные песнопения. Это была государева свадьба, с которой начиналась семейная жизнь русского монарха и его молодой супруги-царицы. И в этой серии мы расскажем о русских царицах - их быте, увлечениях и иных секретах жизни женской половины государева терема XVI-XVII веков.
17.45 Мастера российской концертной сцены
18.45 Семинар
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.35 Спокойной ночи, малыши!
20.50 Абсолютный слух
21.30 Власть факта
22.15 «МЕГРЭ»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 «Новости МО»
06.00 «Простая медицина»
06.25 «Всё просто!» (12+)
06.50 «Суперферма 360». (12+)
08.00 14.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
08.40 16.50 17.45 «Город с историей». (12+)
09.05 12.20 «Внимание, еда!»
09.35 «Сделано в России». (12+)
10.05 «Семейный маршрут»
10.35 «Погода на любой вкус»
11.20 11.35 «Зима в Подмосковье». (12+)
13.15 «За МКАДом». (12+)
16.05 22.30 «Невероятная наука». (16+)
17.05 «Викторина 360»
18.15 23.15 «В мире еды». (16+)
19.05 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня». (16+)
20.30 «Полиция в городе». (16+)
20.45 «Разбор полетов». (16+)
00.05 «Шестое чувство». (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+)
Чужеземцы вторгаются в амазонские джунгли и хотят навести свои порядки в деревне Кандамо.
14.40 «ЗОВ ПРЕДКОВ». (16+)
16.20 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДРУГ». (12+)
17.55 «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА». (16+)
20.00 «ДЕНЬ СПАСЕНИЯ ЗЕМЛИ». (16+)
21.55 «УДАРНАЯ ВОЛНА. БИТВА ЗА ГОН-КОНГ». (16+)
Китай - Гонконг, 2020 г. Боевик. В ролях: Энди Лау, Шон Лау, Ни Ни. Главный сапёр подразделения SWAT Гонконга при разминировании бомбы допускает роковую ошибку, и по всему городу происходит серия крупных взрывов.
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+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 05.15 05.55 07.50 11.55 18.15 «Новости дня». (16+)
05.30 03.10 «Москва на все времена». (12+)
06.00 «Моя Москва». (12+)
06.10 «Это было смешно». (16+)
06.35 «Улицы московские». (12+)
07.05 15.50 «Тайны кино». (16+)
07.55 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (16+)
09.05 20.00 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» (16+)
10.30 Мой район. (12+)
11.25 15.20 «Звёзды советского экрана». (16+)
12.00 22.40 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ. ОГНЕННЫЙ СЛЕД». (16+)
16.35 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». (16+)
18.20 «РОКИРОВКА В ДЛИННУЮ СТОРОНУ». (16+)
21.10 «ВЫКУП». (16+)

РЕН	ТНТ	ТНТ	3	ТВ-3	Че!	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p>	 <p>21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)</p>	 <p>09.45 Гадалка. (16+)</p>	 <p>18.00 Охотники. (16+)</p>	 <p>15.30 Новости</p>	 <p>07.15 Давай разведёмся! (16+)</p>				
05.00 18.00 00.55 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «САШАТАНЯ». (16+) 21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+) 23.00 «МИНИСТЕРСТВО НЕДЖЕНТЛЬМЕНСКИХ ДЕЛ». (18+) США, Великобритания, Турция, 2024 г. Боевик. В ролях: Генри Кавилл, Алан Ричсон. 1942 год, Великобритания. Они - отпетые авантюристы и первоклассные спецы, привыкшие действовать в одиночку. Но когда на кону стоит судьба всего мира, им приходится объединиться в сверхсекретное боевое подразделение и отправиться на выполнение дерзкой миссии против нацистов. 01.15 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+) 02.50 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+) 04.15 «Однажды в России». (16+) 05.00 «Утро ТНТ»-2026. (16+) 05.50 «САШАТАНЯ». (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+)	06.25 «СОЛДАТЫ-3». (16+) 08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+) 09.00 Улётное видео. (16+) 13.00 Притворщики. (16+) 15.00 Решала. (16+) 18.00 Охотники. (16+) Ведущие проекта под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. Их задача не просто вернуть деньги и проучить аферистов. Их цель - остановить или предотвратить мошенничество. Они идут по следу преступников через подозрительные объявления, рекламу и форумы с пострадавшими. Они выслеживают мошенников и внедряются в преступные группировки. 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+)	06.00, 15.00 «Лига в лицах». (12+) 06.30 «Человек из футбола. Дмитрий Хохлов». (12+) 07.00, 09.00, 12.55, 15.30, 03.55 Новости 07.05, 11.35, 15.35, 23.35 Все на Матч! Пр.тр. 09.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+) 09.25 «Команда мечты». (12+) 10.30 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура. (6+) 13.00 Есть тема! Пр.тр. 14.25 «Вид сверху». (12+) 16.55 «Лионель Месси». (12+) 18.05 Смешанные единоборства. UFC. (16+) 19.15 Хоккей. «Нефтехимик» - «Динамо». Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр. 22.00 Бильярд. Пр.тр. 00.45 «Новак Джокович. Только победа». (12+) 01.55 Бобслей. (6+) 04.00 Баскетбол. (6+)	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+)				

ТЕЛЕМАСТЕР



РЕКЛАМА

ДМИТРИЙ

НАСТРОЙКА КАНАЛОВ
НАСТРОЙКА НОВОГО ТЕЛЕВИЗОРА
СОРТИРОВКА КАНАЛОВ

НАСТРОЙКА СМАРТ ТВ	ТИХИЙ ЗВУК
НАСТРОЙКА ЦИФРОВОЙ	ПРОКЛАДКА АНТЕННОГО
ТВ-ПРИСТАВКИ	КАБЕЛЯ
ПРОШИВКА ТЕЛЕВИЗОРА	ПОДКЛЮЧЕНИЕ И НАСТРОЙКА ТВ
РЯБИТ	НЕТ СИГНАЛА
ПЛОХО ПОКАЗЫВАЕТ	ПЛОХО РАБОТАЕТ ПУЛЬТ

8 (906) 055-44-48

МОСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА РЕНТЫ

ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ НА ВЫГОДНЫХ УСЛОВИЯХ



МОСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА РЕНТЫ

РАБОТАЕМ В СООТВЕТСТВИИ С ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ РФ

www.socrenta.ru

ООО «Городская служба ренты». ОГРН 1157746587195.

8 (495) 226-07-07
8 (495) 625-03-88

Москва, Сретенский бульвар, дом 2, офис 8

РЕКЛАМА

Московская меховая фабрика Мех-экспо

Продажа высококачественной меховой продукции от производителя

ЖЕНСКИЕ ШУБЫ ИЗ МЕХА НОРКИ, МУТОНА, КАРАКУЛЯ, КРОЛИКА
ЖЕНСКИЕ И МУЖСКИЕ ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ

АКЦИЯ!

УСПЕЙТЕ СДАТЬ СТАРУЮ ШУБУ И ПОЛУЧИТЕ СКИДКУ НА ПОКУПКУ НОВОЙ ШУБЫ

ШУБЫ ИЗ МУТОНА ОТ 9 900 Р

8 (495) 971-55-55, 8 (926) 843-95-55

Время работы: пн. – сб. с 11:00 до 17:00, вых. – вс.
Москва, ул. Семеновская площадь, д. 7
БЦ «Вэронд», этаж 3, офис 3. 08,
1 минута от м. «Семеновская».

www.shop.mech-expo.ru

АКЦИЯ ПРОДЛИТСЯ ДО 31 ЯНВАРЯ

Полную информацию об условиях и организаторе акции, порядке ее проведения, количестве подарков, порядках, сроках и месте их получения узнавайте по телефону. Акция действительна с 01.01.26 по 31.01.26 г. Реклама

Предъявителю купона скидка на шубы 3000 рублей

СТОП ожирению и САХАРУ в КРОВИ!



Диабет – сложная эндокринная патология, которая вопреки распространенному стереотипу может возникнуть не только у сладкоежек. Причин его развития множество, начиная от наследственности, и заканчивая нездоровым образом жизни. При проблемах с сахаром страдает весь организм: поджелудочная железа перестает нормально функционировать, поражаются сердце, почки, сосуды, зрение, возрастает риск инсульта, может наступить преждевременное старение.

Натуральный препарат **Exitus premium (ЭКСИТУС ПРЕМИУМ)** направлен на регуляцию функций поджелудочной железы и уровня сахара в крови. Способствует восстановлению чувствительности пептидов клеток к инсулиновому гормону, предотвращает гибель клеток поджелудочной железы при лекарственном, токсическом, инфекционном, наследственном факторах. Помогает отрегулировать обменные процессы и липидный обмен, способствует растворению жировых отложений на органах.

Биогенная формула препарата оказывает многофункциональное дополнительное регулирующее действие на проблемы организма, возникающие на фоне недостаточности проинсулина и превышения содержания глюкозы в крови: предупреждает нарушения функций сердечно-сосудистой и пищеварительной систем, прочности и проницаемости кровеносных сосудов и капилляров;

- регулирует артериальное давление;
- уменьшает воспалительные процессы;
- избавляет от хронической усталости;
- способствует нормализации массы тела, снимает отечность;
- нормализует окислительные процессы и останавливает преждевременное старение.

При длительном применении эффект действия не снижается. Возможно принимать постоянно в качестве профилактического продукта.

КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: 8 (800) 777-87-14 (Звонок по России бесплатный) • 8 (495) 989-60-45 (Москва)

КИНО И СЕРИАЛЫ

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 «ЩАРЕБУЙЦА». (12+)
 СССР, Великобритания, 1991 г.
00.50 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (16+)
02.20 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
03.50 «МУЖИКИ!». (16+)
05.20 «СТАНЦИОННЫЙ СМОТРИТЕЛЬ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

02.35 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)
04.05 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
05.30 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
06.50 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
08.35 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)
10.25 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
12.20 «КИНОЗВЕЗДА В ПОГОНАХ». (16+)
13.50 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
15.55 «МУШКЕТЕРЫ». (16+)
17.40 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)
19.05 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
20.30 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)
22.10 «УЛЁТНЫЕ КАНИКУЛЫ». (16+)
23.45 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

10.00 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА С РЕБЕНКОМ». (18+)
12.05 «Я ОСТАЮСЬ». (16+)
14.10 «МАЙСКИЙ ДОЖДЬ». (16+)
15.50 «ПОСЛЕДНЯЯ ЖЕРТВА». (16+)
17.30 «РАДИ ЖИЗНИ». (16+)
 2020 г. В ролях: Вероника Делион, Антон Вохмин, Максим Радугин, Наталья Чернышова, Анна Даныкова, Дмитрий Гарнов
21.00 «ФЕРМЕРША». (16+)
 2019 г. В ролях: Елена Панова, Виталий Кудрявцев, Анастасия Матвеева, Александр Усердин, Людмила Дребнева
00.30 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (16+)
02.20 «СЕЗОН ЛЮБВИ». (16+)
05.45 «ПОСЛЕДНЯЯ ЖЕРТВА». (16+)

СУББОТА!

05.00, 08.00, 15.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (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 2026. (16+)
00.00, 01.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
02.00, 02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
03.25 «Приключения Пети и Волка». Мультсериал. (12+)
04.20 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

VIJU TV1000

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+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.10 «ЭКИПАЖ». (16+)
08.30 «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+)
09.50 «МИНИМАКС». (12+)
11.25 «ДВА ДНЯ». (16+)
13.10, 14.10, 15.15, 16.15 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 1-4 серии. (16+)
17.15 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)
19.05 «НА МОРЕ». (16+)
21.00 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)
 Комедия, драма, мелодрама, Россия, 2021 г.
22.35 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)
 Драма, мелодрама, Россия, 2021 г.
00.15 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
02.30 «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+)
03.40 «МИНИМАКС». (12+)
05.00 «ДВА ДНЯ». (16+)

CINEMA

10.10 «ОХОТА НА ВОРОВ». (18+)
12.35 «1+1: ГОЛЛИВУДСКАЯ ИСТОРИЯ». (18+)
 США, 2017 г.
14.40 «МАЛАВИТА». (18+)
 Франция, США, 2013 г.
16.30 «ДОРОГА ЧЕСТИ». (18+)
 США, 2014 г.
18.05 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (18+)
 США, 2013 г.
20.15 «ДРАЙВ». (18+)
 США, 2011 г.
22.00 «КОЛОМБИАНА». (16+)
 Франция, США, 2011 г.
23.50 «22 МИЛИ». (18+)
 США, Китай, 2018 г.
01.20 «АВТОБАН». (18+)
 Великобритания, Германия, 2016 г.
02.50 «16 КВАРТАЛОВ». (16+)
04.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (18+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРЮ «ВСЕГДА»-3». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ТРИГГЕР». (18+)
 Сериал. Драма, Россия, 2018 г. В ролях: Максим Матвеев, Игорь Костоловский, Светлана Иванова, Виктория Маслова, Роман Маякин
13.00, 21.00, 05.00 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+)
14.00, 22.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
 Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г.
15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)

TV1000

05.30 «Простоквашино». «Царевны», «Пин-код», «Смешарики», «Три кота». Мультсериалы. (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 ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (16+)
 Комедия, Россия, 2013 г.

КИНОКОМЕДИЯ

00.10 «ВАСАБИ». (18+)
02.25 «ДРАКУЛОВ». (16+)
04.00 «БАТЯ». (16+)
05.30 «БАТЯ 2. ДЕД». (12+)
07.10 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
09.00 «ТАКСИ». (16+)
10.35 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». (18+)
12.30 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)
14.15 «ТАКСИ 3». (16+)
15.50 «МАЛЕНЬКИЙ ШЕФ». (6+)
 Комедия, Россия, 2025 г.
17.20 «ПОБЕГ». (18+)
19.30 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМЫЙ». (16+)
21.20 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
 Комедия, ужасы, Канада, 2009 г.
23.00 «НЕЖДАНЫЙ ПРИНЦ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.30, 01.30, 02.30 «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШЬИХ 2». (16+)
03.35 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ». (16+)
05.20 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)
07.10, 08.05, 09.00 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
09.55 «ПЕРВЫЙ ТРОЛЛЕЙБУС». (6+)
11.35 «ИГРУШКА». (16+)
13.25 «ТРИ ПОЛУГРАЦИИ». (16+)
15.50, 16.55, 17.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
19.00 «ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО». (16+)
 Драма, Россия, 1995 г.
20.55 «ВОЛКОДАВ». (16+)
 Боевик, СССР, 1991 г.
22.55 «ИСПАНСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЫЧА». (16+)
 Комедия, Россия, 2006 г.

CTC LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
10.00 «РАНЕТКИ». (16+)
14.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
17.10 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
20.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
 Максим уговаривает Тольку пойти ради него на преступление. Володя вызывает Князя на встречу и под дулом пистолета заставляет рассказать правду о смерти своего отца. Анна осознает, что из-за нее может пострадать невинный человек, но послушаться приказов Войтевича, не может...
01.50 «МАРГОША». (16+)
04.00 Даёшь молодёжь! (16+)

TV1000

05.15 «ДЕНЬ ТРИФОИДОВ». (16+)
06.45 «СКАЙЛАЙН». (16+)
08.15 «СКАЙЛАЙН 2». (16+)
10.05 «ДИТЯ ОСИРИСА». (16+)
11.45 «МАКС СТИЛ». (16+)
13.25 «СОЛДАТ ДЖЕЙН». (16+)
15.35 «НЕ БРАТЬ ЖИВЫМ». (16+)
17.35 «КРАЙНЕ ОПАСЕН». (16+)
19.05 «УЩЕЛВШИЙ». (16+)
21.20 «ЗАСАДА». (16+)
 Военный боевик, США, 2023 г.
23.05 «ТЕРРИТОРИЯ ЗЛА». (16+)
01.05 «ДЕТИ КУКУРУЗЫ». (16+)
02.30 «ДЕТИ КУКУРУЗЫ 2: ПОСЛЕДНЯЯ ЖЕРТВА». (16+)
03.55 «ДЕТИ КУКУРУЗЫ 3: ГОРОДСКАЯ ЖАТВА». (16+)

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+)
 Россия, 2022 г. В ролях: Павел Табаков, Данила Козловский, Ингрид Олеринская, Валентина Ляпина
00.40 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
02.25 «ДОЛЖОК». (16+)
 Россия, 2017 г. В ролях: Владимир Яглык, Александр Яценко, Дмитрий Шаракоис
03.50 «УСПЕХ». (16+)
 Россия, 2019 г. В ролях: Роман Курцын, Алексей Чадков

РЕТРО

06.55 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
08.25 «ЖДИ МЕНЯ, АННА». (16+)
09.45, 21.55 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». (16+)
11.10, 23.20 «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СЛЕЗ». (16+)
12.45 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (16+)
14.10 «ДВЕ ВЕРСИИ ОДНОГО СТОЛКНОВЕНИЯ». (16+)
15.50, 00.50 «ПЕТЛЯ ОРИОНА». (0+)
 Фантастика, СССР, 1980 г.
17.25, 02.10 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (16+)
 Боевик, СССР, 1958 г.
19.05, 03.40 «ДОЧЬ СТРАТИОНА». (16+)
 Драма, военный, СССР, 1964 г.
20.20, 04.50 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (16+)
 Драма, СССР, 1978 г.

TB21

07.00 «ФАРАОН». (12+)
09.45 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ВРАГ». (16+)
11.35 «ДЖОБС. ИМПЕРИЯ СОБЛАЗНА». (16+)
13.50 «ОГРABЛЕНИЕ ПОДЖЕНТАЛЬМЕНСКИ». (16+)
15.25 «К-19». (16+)
 Великобритания, Германия, Канада, США, 2002 г.
17.55 «БРАТ». (18+)
 Россия, 1997 г.
19.40 «БРАТ-2». (18+)
 Россия, 2000 г.
22.00 «БУМЕР». (18+)
 Россия, 2003 г.
00.05 «БУМЕР ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (18+)
 Россия, 2006 г.
02.00 «В ОБЪЯТИЯХ ЛЖИ». (18+)
03.35 «#ЯЗДЕСЬ». (16+)
05.05 «ЛЮБОВЬ И СТРАСТЬ. ДАЛИДА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

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, 18.40 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
07.55, 11.35, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
09.05, 10.10, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
12.30 Понять. Простить. (16+)
13.15 Мирное 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+)
03.35 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (16+)

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. Их сдерживают героические усилия советских воинов и рано наступившая морозная зима. Положение на фронте очень тяжелое. Руководство рейха решает нанести сокрушительный и коварный удар - убить Сталина. Осуществить «операцию» поручено специальной группе офицеров из команды Аверера «Бранденбург-800», которой помогает глубоко внедренный в нашу армию фашистский агент...
01.35 «ПРИКАЗ: УНИЧТОЖИТЬ». (16+)
03.15 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. Дичь. (16+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 Гастротур. Республика Башкортостан. (16+)
06.50, 08.00 На ножах. (16+)
09.10 Молодые ножи. Французская кухня. (16+)
10.20 Адский шеф. (16+)
12.50 На ножах. Рязань. Базар. (16+)
14.00 На ножах. Сочи. Corner Cafe. (16+)
15.00 На ножах. Санкт-Петербург. ФилоСовия. (16+)
16.10 На ножах. Долгопрудный. Дюшес. (16+)
17.40 Молодые ножи. Неправильный перевод названий блюд. (16+)
19.00, 21.40 Последний шеф. (16+)
00.10 Самородки. Ольга Бузова и Регина Тодоренко. (16+)
01.40 Пятница News. (16+)
02.20, 03.10 На ножах. (16+)
04.00 Секреты на кухне. Вторая жизнь. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

10.00 Супермама. (16+)
12.05 Моя свекровь - монстр. (16+)
 Реалити-шоу, в котором 5 команд, состоящих из свекровей и их невесток, борются за звание «Лучшая хозяйка» и приз в 100 тысяч рублей.
17.00 Беременна по обману. (16+)
 Первое реалити про женщин, которые стали жертвами обмана со стороны женатых мужчин. Они надеялись на крепкие и долгие отношения, их возлюбленные обещали им надежную семью. И вот, забеременев от своего любимого человека, они узнают правду - их мужчине женат и ведет двойную жизнь.
21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.05 Измены (субтитры). (18+)
01.45 Неотложка. (16+)
03.25 Моя свекровь - монстр. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Революция LIVE: завауинашу-свободу. (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, 12.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)
11.05 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+)
12.50 Забытые войны России: Походы Святослава. (12+)
13.45, 17.45, 22.00 Легенды науки. (12+)
14.15, 18.15 Народный фронт Победы. (12+)
14.55 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)
16.00, 16.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)
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+)
22.35 Русское наследие. Южные рубежи: Купеческая архитектура новых регионов. (12+)
22.55 Донбасс. Истерзанное сердце России. (16+)

УСАДЬБА

06.00, 06.25, 13.55, 15.00, 18.00, 18.30, 21.50, 22.00, 00.50, 01.10, 03.25, 03.50 Дачные радости. (12+)
06.50, 07.05, 08.00, 16.00, 16.15, 19.00, 04.50 Огород с Блокиным-Мечталыным. (12+)
07.20, 01.35 Сад в радость. (12+)
07.45, 04.40 Вершки-корешки. (12+)
08.55, 05.35 Декоративный огород. (12+)
09.25 Один день из жизни фермера. (12+)
09.55 Новые Робинзоны. (12+)
10.25 заСАДА. (12+)
10.55 Сельские профессии. (12+)
11.25, 11.40 Дачная кухня. (12+)
12.00, 12.15 Огород круглый год. (12+)
12.30, 12.40 Офисное садоводство. (12+)
13.00 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)
13.30 Сад своими руками. (12+)
14.25, 21.30 Частный сектор. (12+)
15.25, 15.45 Зеленые квадраты. Спецвыпуск. (12+)
16.35, 23.30 Ландшафтные решения. (12+)
17.00, 23.55 Умная стройка. (12+)
17.35, 00.25 Как поживаете? (12+)
19.30, 02.05 Ландшафтные эксперименты. (12+)
20.00, 02.30 Муж на час. (12+)
20.25, 20.40, 03.00, 03.10 Цветик-семицветик. (12+)
22.30 Ботаника с Павлом Стерховым. (12+)
23.00 Обнови свой сад. (12+)
04.10, 04.25 Лучки&Пучки. (12+)

VIJU 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 Путифафа. (16+)
05.10 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 18.40, 19.00 От первого лица. (12+)
06.15, 01.35 Экстремальный фидер. (16+)
06.40, 02.00 Охота на хищника. (16+)
07.10, 02.30 Рыбалка с Дмитрием Елисеевым. (16+)
07.35, 02.55 Егерский кордон. (16+)
08.00, 17.00 К сезону готов. (16+)
08.10, 03.25 Утиные истории. (16+)
08.40, 12.50, 05.10 Зима. Удочка. Поклепка. (16+)
09.10, 17.35, 01.05, 05.35 Территория льда. (16+)
09.40, 18.10 Рыбалка в России. (16+)
10.10, 10.45 Родные просторы. (16+)
11.20, 23.50 Двое против рыбы. (16+)
12.20, 20.35 Рыболовный дневник. (16+)
13.20, 21.20 Охота на судака. (16+)
13.55 Давай зарубимся! (12+)
14.10, 14.50 Пути-дороги. (16+)
15.55 Большая заруба. (16+)
16.

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва). (6+)
07.50, 19.25 «До и после. Луиза Носкова». (12+)
08.20, 16.45 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Пари Нижний Новгород» - «Енисей» (Красноярск). (6+)
10.10 «Небесная грация». (6+)
10.30 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
11.00, 13.10, 16.20, 19.20 Новости. (0+)
11.05 Бокс. Профессиональная бойцовская лига «Сокол». Руслан Проводников против Хосе Луиса Кастильо. Трансляция из Красноярска. (16+)
13.15 «Лучшая лига мира». (12+)
13.45, 03.45 «Страна спортивная». (12+)
14.00 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. Трансляция из Москвы. (6+)

15.35, 21.55 «Вид сверху». (12+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)
16.25 «Время чемпионов». Специальный репортаж. (12+)
18.35 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
19.00 «Спорт, который есть. Кануполо». (12+)
19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Уралмаш» (Екатеринбург). Прямая трансляция.
22.20 Специальный репортаж. (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
23.55 Смешанные единоборства. АСА. Расул Магомедов против Алексея Пондурникова. Трансляция из Краснодар. (16+)
01.35 «Что по спорту? Иваново». (12+)
02.00 Футзал. Бетсити Суперлига. «Тюмень» - КПРФ (Москва). (6+)
04.00 Биапон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
04.25 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

10.00 Плейлист | Зима. (16+)
11.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
13.00 Лихие хиты. (16+)
14.00 Плейлист | Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Народный микрофон. (16+)
Телезрители задают вопросы звездам МУЗ-ТВ прямо на улицах столицы. Только честные ответы звезд и лучшие клипы любимых артистов!

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 пленки до нейронки: мутация клипов. (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Top-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+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

10.00, 04.20 «Мыся, Чук и Станислав». (6+)
Супергерои белочка Мыся, енот Чук и волк Станислав никогда не дремлют. Они пристально следят за порядком и придут на помощь.
10.25, 21.25 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
11.50 «Бумажки». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.00 «Кошечки-собачки». (0+)
14.00, 19.25 «Маша и Медведь». (0+)
15.00 «Геройчики». (0+)
16.00 Время малышей. «Фиксики. Дай пять!» (0+), «Джи-Джи Бонд: супергонщик» (6+)
17.00, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.15 «Дракоша Тоша». (0+)
18.50, 00.00 «Лунтик». (0+)
20.20 «Сказочный патруль». (0+)
21.00, 00.30 «Барбоскины». (0+)
22.25 «Буба». (6+)
23.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)
02.10 «Планета Ай». (0+)
02.50 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

Детский мир

06.00, 12.00, 18.00 «Живой гараж». (0+)
06.05, 12.05, 18.05 «Команда матч». (0+)
06.25, 12.25, 18.25 «Цветяшки». (0+)
06.40, 12.40, 18.40 «Тоботы». (6+)
07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55 «Карбот. Кунг». (6+)
08.30, 14.30, 20.30 «Край Бебис Мэд-жик Тирс». (0+)
08.50, 15.30, 20.50 «Тара Дункан». (6+)
09.25, 16.10, 21.25 «Смарт и чудосумка». (0+)
09.55, 16.40 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есенин». (0+)
10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)
11.15, 14.50, 23.15 «Роботы-поезда. Теневая энергия». (0+)
11.30, 15.00, 23.30 «Патруль Дино». (0+)
13.50 «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

O!

05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)
05.05 «Три кота». (0+)
06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)
07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
07.05 «Три кота». (0+)
09.30 «Лунтик». (0+)
11.00 «Ум и Хрум». (0+)
Вкусные приключения монстриков.
12.00 «Три кота». (0+)
15.30 «Открытия». (0+)
15.45 «Барбоскины». (0+)
17.00 О! Кино! «Белка и Стелка. Звёздные собаки». (0+)
Анимационный фильм о приключениях самых известных собак в мире!
18.25 «Мультипелки. Шоу». (0+)
18.30 «Три кота». (0+)
21.30 О! Кино! «Белка и Стелка. Карибская тайна». (6+)
22.45 «Смешарики. Пинкод». (6+)
00.00 «Белка и Стелка. Тайны космоса». (0+)
02.00 «Бодо Бородо». (0+)
04.00 «Жужжалка». (0+)
04.05 «Три кота». (0+)

Мультиландия

06.00 «Котики, вперед!» (0+)
07.30 «Чебурашка». (0+)
08.15 «Три кота». (0+)
В маленьком уютном домике живёт кошачья семья - мама, папа и три котёнка. Старший котёнок Компот умный и рассудительный, средний - Коржик - веселычак, а младшая Карамелька самая сообразительная.
11.30 «Чебурашка». (0+)
12.00 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Чебурашка». (0+)
15.00 «Котики, вперед!» (0+)
16.00 «Три кота». (0+)
17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)
18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
20.00 «Приключения Пети и Волка». (6+)
22.00 «Чемпионы». (6+)
22.30 «Три кота». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (6+)
02.00 «Крутиксы». (6+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние птички. «Бодо Бородо», «Майло», «Буба». (6+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Край Бебис». (0+)
07.45 «Лунтик». (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 Диномир, чтобы изучать и спасать от опасностей динозавров.
11.45 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
12.00 «Турбозавры». (0+)
13.35 «Карбот». (6+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)
Познакомьтесь с миром захватывающих сражений и невероятных приключений вместе с героями «Инфинити Надо»! В каждом сезоне новые герои и команды выходят на арену, чтобы доказать свою силу, фазиться с могущественными соперниками и раскрыть тайны, скрытые в легендарных Надо. От городских турниров до масштабных приключений в фантастических мирах, герои учатся побеждать не только силой, но и дружной, смелостью и верой в себя.
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.40 «Буба». (6+)
16.40 «ЛОЛ Сюрприз». (6+)
16.50 «Сказочный патруль». (0+)
Невероятные приключения четырех юных волшебниц - Аленки, Вари, Маши и Снежки.
18.50 «Ум и Хрум». (0+)
Сериял о вкусных приключениях двух обаятельных друзей-монстриков.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Маша и Медведь». (0+)
22.45 «Дикие скриачки». (6+)
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
23.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.15 «Смешарики». (0+)
02.55 «Луддвилль». (0+)

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+)
СССР, 1957 г.
14.25 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)
16.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
17.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 3 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 Исцеление. (16+)
22.40, 23.10 Поле битвы. (16+)
23.45 День Патриарха. (0+)
23.55 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.50 Святые 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 Кесарии Каппадокийской. Мчч. Иулиана, Келсия, Антония, Анастасия, мцц. Василиссы и Мариониллы, семи отроков и 20 воинов. Мчч. Феофила диакона и Елладия. Прп. Илии 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.

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

Свт. Иоанн Златоуст

МОСГОРЛОМБАРД

СКУПКА ЗОЛОТА И СЕРЕБРА

220 ОТДЕЛЕНИЙ ПО ВСЕЙ МОСКВЕ

МОСГОРЛОМБАРД.РФ +7 (499) 226-13-05

ОЦЕНИВАЙТЕ СВОИ ФИНАНСОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ И РИСКИ

ИЗУЧИТЕ ВСЕ УСЛОВИЯ КРЕДИТА (ЗАЙМА) НА САЙТЕ МОСГОРЛОМБАРД.РУ В РАЗДЕЛЕ «ЗАЙМЫ». УСЛУГА ОКАЗЫВАЕТСЯ: ООО «ЛОМБАРД СОЮЗ» ОГРН 1237700342384 В РЕЕСТРЕ С 29.01.2024 Г., ООО «ЛОМБАРД АКВАМАРИН» ОГРН: 1247700326411 В РЕЕСТРЕ С 26.09.2024 Г. *ПОД СКУПКОЙ ЮВЕЛИРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ИЗ ЗОЛОТА И СЕРЕБРА ПОДРАЗУМЕВАЕТСЯ ТАРИФ «СКУПКА». ПОДРОБНЕЕ НА САЙТЕ [HTTPS://MOSGORLOMBARD.RU/PRESS-CENTR/AKCIJ/AKTSIYA-NA-VES-ZOLOTA/](https://mosgorlombard.ru/press-centr/akcii/aktsiya-na-ves-zolota/) 18+. РЕКЛАМА

НА ДОСУГЕ



Найди 9 отличий

Нарисуй свою Снежную королеву

Этот сказочный образ каждый представляет по-своему.

ОТВЕТЫ: 1. Цвет волос. 2. Цвет платья. 3. Цвет короны. 4. Цвет перчаток. 5. Цвет обуви. 6. Цвет шарфа. 7. Цвет волос. 8. Цвет платья. 9. Цвет короны.

1 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 РОССИЯ	ТВУ ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К Культура	СТС
 <p>10.15 «Жить здорово!» (16+)</p>	 <p>20.00 Вести.</p>	 <p>22.35 «10 самых...» (16+)</p>	 <p>10.35 «ПЁС». (16+)</p>	 <p>15.45 «2 Верник 2»</p>	 <p>06.30 «Маша и Медведь». (0+)</p>
<p>05.00 Телеканал «Доброе утро»</p> <p>09.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>09.25 «Модный приговор». (0+)</p> <p>10.15 «Жить здорово!» (16+)</p> <p>11.00 «Время покажет». (16+)</p> <p>12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>12.15 «Время покажет». (16+)</p> <p>14.00 «Большая игра». (16+)</p> <p>15.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>15.15 «Давай поженимся!» (16+)</p> <p>16.05 «Мужское / Женское». (16+)</p> <p>17.00 «Большая игра». (16+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>18.30 «Время покажет». (16+)</p> <p>19.50 «Пусть говорят». (16+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>22.00 «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ». (12+)</p> <p>Наконец «Песняры» доходят до стадии технических прогонов «Песни о доле». Краеугольным камнем постановки становится для Мулявина установка огромного креста на сцене. Для себя Владимир Георгиевич давно определил значимость этого символа.</p> <p>23.00 «Большая игра». (16+)</p> <p>00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)</p> <p>03.00 Новости</p> <p>03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России</p> <p>09.00 Вести</p> <p>09.30 Местное время</p> <p>09.55 О самом главном. (12+)</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 Вести. Местное время</p> <p>12.00 «60 минут». (12+)</p> <p>14.00 Вести</p> <p>14.30 «РАЙСКИЙ». (16+)</p> <p>На сделке по продаже уникальной картины художника Яна де Валя обнаруживается подлог. Картина - искусный новодел, а не полотно XVII века, как утверждает эксперт Гирич. Сделка отменена, а владелица картины Воронова обвиняет эксперта в мошенничестве.</p> <p>16.30 Вести</p> <p>17.00 «Малахов». (16+)</p> <p>18.00 «60 минут». (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.10 Вести. Местное время</p> <p>21.30 «ЛИМИТЧИЦЫ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)</p> <p>Маша готовит очередную апелляцию в суд, но адвокат отказывается дальше с ней работать. Он уверяет её, что у людей, против которых она идёт, выиграть невозможно. Зоя теперь хозяйка собственного продуктового магазина. Бандиты вымогают у неё деньги, но она отказывается платить.</p> <p>23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)</p> <p>02.15 «РАЙСКИЙ». (16+)</p> <p>03.00 Вести</p> <p>03.30 «РАЙСКИЙ». (16+)</p>	<p>06.00 «Настроение»</p> <p>08.15 «Доктор И...» (16+)</p> <p>08.40 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)</p> <p>10.35 «Олег Янковский. Тот самый...» (16+)</p> <p>11.30 События</p> <p>11.50 02.50 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: КИНО ПО-ОЛЬХОВСКИ». (12+)</p> <p>13.45 «Мой герой». (12+)</p> <p>14.30 События</p> <p>14.50 Город новостей</p> <p>15.05 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: ОРЕЛ НЕ ЛОВИТ МУХ». (12+)</p> <p>16.55 «Актёрские драмы. Не люблю себя». (16+)</p> <p>17.50 События</p> <p>18.10 «И ТЫ УВИДИШЬ СВЕТ». (16+)</p> <p>22.00 События</p> <p>22.35 «10 самых...» (16+)</p> <p>23.05 «Актёрские драмы. Танцевать, теща!» (16+)</p> <p>00.00 События. 25-й час</p> <p>00.30 «Петровка, 38». (16+)</p> <p>00.45 «Охота на маньяка. Дело о стаффордширском терьере». (16+)</p> <p>01.25 «Суд истории. Михаил Тухачевский». (16+)</p> <p>02.05 «90-е. Звёздные разводы». (16+)</p> <p>04.20 «Олег Янковский. Тот самый...» (16+)</p> <p>05.00 «Мой герой». (12+)</p> <p>05.30 «Тайны великих сказочников. Корней Чуковский». (12+)</p>	<p>04.35 «ПЁС». (16+)</p> <p>06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)</p> <p>08.00 «Сегодня»</p> <p>08.25 «ПЁС». (16+)</p> <p>10.00 «Сегодня»</p> <p>10.35 «ПЁС». (16+)</p> <p>В квартире найдены трупы любовников - мужчины и женщины. Гнездилову все ясно - убийство на почве ревности. Вот только Пес и Макс находят в шкафу еще и убитого мужа с пистолетом в руках.</p> <p>13.00 «Сегодня»</p> <p>13.25 «Чрезвычайное происшествие»</p> <p>14.00 «Место встречи»</p> <p>16.00 «Сегодня»</p> <p>16.45 «За гранью». (16+)</p> <p>17.50 «ДНК». (16+)</p> <p>19.00 «Сегодня»</p> <p>20.00 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». (16+)</p> <p>Расследование наезда на Шибанова, который отделался небольшими травмами, приводит к психологу главка Стишовой, которая из-за ревности наняла наркомана Валеру, чтобы отомстить Шибанову. Каверин требует у Брагина заняться архивным делом: исчезновением в конце 90-х бандита Сахатова.</p> <p>22.15 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)</p> <p>00.10 «Сегодня»</p> <p>00.25 «Поздняков». (16+)</p> <p>00.40 «ПАУТИНА». (16+)</p> <p>04.10 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)</p>	<p>06.30 Диалоги о животных</p> <p>07.20 13.00 «Таинственные города майя»</p> <p>08.25 22.15 «МЕГРЭ»</p> <p>На средиземноморском острове застрелен некто Марселлен. В кармане убитого было найдено письмо, написанное рукой Мегрэ еще десять лет назад в тюрьму, когда Марселлен отбывал там наказание...</p> <p>10.00 12.30 17.00 19.30 23.55 Новости культуры</p> <p>10.15 Наблюдатель</p> <p>11.10 01.00 «XX век»</p> <p>«Вас приглашает Игорь Моисеев. Юбилейный вечер»</p> <p>12.45 Новости. Подробно. Театр</p> <p>14.00 «Владимир Александров. Корабль судьбы»</p> <p>14.30 «КАПИТАН ФРАКАСС»</p> <p>15.45 «2 Верник 2»</p> <p>16.30 «Пряничный домик»</p> <p>17.15 «Жил-был царь»</p> <p>17.45 Мастера российской концертной сцены</p> <p>18.45 Семинар</p> <p>19.45 Главная роль</p> <p>20.05 Открытая книга</p> <p>20.35 Спокойной ночи, малыши!</p> <p>20.50 «Дуэнья». Вполне свежа!»</p> <p>21.30 Энигма</p> <p>00.10 «Петра. Секреты древних строителей»</p> <p>02.15 «Николай Голованов. Главный дирижер Советского Союза»</p>	<p>06.00 «Отель «У овечек». (0+)</p> <p>06.30 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>08.30 «Три кота. Путешествие во времени». (0+)</p> <p>09.55 «Диномана». (6+)</p> <p>11.35 «КАПИТАН КРЮК». (6+)</p> <p>13.35 «ХОККЕЙНЫЕ ПАПЫ». (6+)</p> <p>Россия, 2023 г. Комедия. В ролях: Алексей Бардуков, Анна Чиповская. Новый владелец планирует снести крытый ледовый каток в провинциальном городке.</p> <p>16.05 «ФАНТАСТИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)</p> <p>17.55 «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА». (16+)</p> <p>20.00 «ЗНАКОМСТВО РОДИТЕЛЕЙ». (16+)</p> <p>Россия, 2025 г. Комедийная мелодрама. В ролях: Тарас Шевченко, Елена Николаева, Александр Ильин мл. Фёдор вырос в детском доме. О своих родителях он ничего не знает. Ему удалось добиться в жизни успеха и стать состоятельным бизнесменом.</p> <p>22.15 «СЕРЕБРЯНЫЕ КОНЬКИ». (16+)</p> <p>00.45 «СТРАСТИ ПО МАТВЕЮ». (16+)</p> <p>02.40 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ПРИ ЧЁМ ТУТ ЛЮБОВЬ?». (16+)</p> <p>04.20 «Отель «У овечек». (0+)</p>
5 5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА	ОТР ОТР	МОСКВА24 МОСКВА 24	360° ПОДМОСКОВЬЕ	МОСКВА. ДОВЕРИЕ
<p>05.00 Известия. (16+)</p> <p>05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)</p> <p>06.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)</p> <p>08.35 День ангела. (6+)</p> <p>09.00 Известия. (16+)</p> <p>09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)</p> <p>13.00 Известия. (16+)</p> <p>13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)</p> <p>14.20 16.05 «СЛЕД». (16+)</p> <p>15.15 «СЛЕД. НОВЫЕ ЛЕГАНДЫ». (16+)</p> <p>17.00 Известия. (16+)</p> <p>17.30 «СЛЕД». (16+)</p> <p>00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)</p> <p>00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)</p> <p>03.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)</p>	<p>05.20 «ЖУКОВ». (16+)</p> <p>07.00 «Сегодня утром». (12+)</p> <p>09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)</p> <p>09.15 21.00 «Открытый эфир»</p> <p>11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)</p> <p>11.10 «Освобождение Европы. О чем не помнит мир спасенный...» (16+)</p> <p>12.00 13.25 «ОТЧИЙ ДОМ». (12+)</p> <p>14.30 15.05 17.15 05.10 «ПРАВО НА ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)</p> <p>19.55 «По горячим следам»</p> <p>20.10 «Код доступа». (12+)</p> <p>22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)</p> <p>23.15 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)</p> <p>00.55 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». (12+)</p>	<p>06.00 «На приёме у главного врача». (12+)</p> <p>06.50 00.40 «Очевидно. Вероятно». (12+)</p> <p>07.30 20.15 «Календарь». (12+)</p> <p>08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости</p> <p>08.05 08.35 Пёстрый мир</p> <p>09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение</p> <p>11.00 23.50 «НИКА». (16+)</p> <p>15.15 «ЖУРАВЛЬ В НЕБЕ». (12+)</p> <p>16.45 «Нескучное дело». (12+)</p> <p>17.00 Родительское собрание</p> <p>20.45 21.25 «13 КЛИНИЧЕСКАЯ. НАЧАЛО». (16+)</p> <p>22.15 «ГОРОД НЕВЕСТ». (12+)</p> <p>01.20 «Свет и тени». (16+)</p> <p>01.50 ОТражение. Итоги. (12+)</p>	<p>06.00 «Утреннее вещание»</p> <p>10.00 10.30 11.00 11.20 11.30 12.00 12.20 12.30 13.00 14.00 14.20 14.30 15.00 15.20 15.25 16.00 16.20 16.25 17.00 17.20 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 22.00 22.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>10.20 11.10 «Атмосфера». (12+)</p> <p>11.15 12.15 14.15 16.15 17.15 «Деньги 24». (12+)</p> <p>11.35 «Спецреп». (12+)</p> <p>12.45 17.45 «Доктор 24». (12+)</p> <p>13.20 18.20 «Вопрос спорный»</p> <p>14.35 21.35 05.35 «Специальный репортаж». (12+)</p> <p>15.15 19.50 «Техно». (12+)</p> <p>15.50 20.50 «Это Москва. Инфраструктура». (12+)</p> <p>16.30 04.25 «Интервью». (12+)</p> <p>21.20 23.45 05.20 «Московский патруль». (16+)</p> <p>00.10 «Мослекторий». (12+)</p> <p>01.35 Познавательный фильм</p>	<p>05.00 07.00 «Новости МО»</p> <p>06.00 «Простая медицина»</p> <p>06.25 «Всё просто!» (12+)</p> <p>06.50 «Суперферма 360». (12+)</p> <p>08.00 14.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)</p> <p>08.40 16.50 17.45 «Город с историей». (12+)</p> <p>09.05 12.20 12.35 «Внимание, еда!» (12+)</p> <p>09.35 «Сделано в России». (12+)</p> <p>10.05 «Семейный маршрут»</p> <p>10.35 «Погода на любой вкус»</p> <p>11.20 11.35 «Зима в Подмосковье». (12+)</p> <p>13.15 «За МКАДром». (12+)</p> <p>16.05 22.30 «Невероятная наука». (16+)</p> <p>17.05 «Викторина 360»</p> <p>18.15 23.15 «В мире еды». (16+)</p> <p>19.05 «Это Китай!» (16+)</p> <p>19.30 «Главные события дня». (16+)</p> <p>20.30 «Полиция в городе». (16+)</p> <p>20.45 «Разбор полетов». (16+)</p>	<p>05.20 06.00 07.55 11.55 18.30 «Новости дня». (16+)</p> <p>05.30 03.05 «Москва на все времена». (12+)</p> <p>06.05 «Моя Москва». (12+)</p> <p>06.15 Тайны нашей эстрады. (16+)</p> <p>06.40 03.30 «Улицы московские». (12+)</p> <p>07.10 15.30 «Тайны кино». (16+)</p> <p>08.00 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (16+)</p> <p>09.15 20.00 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» (16+)</p> <p>10.30 Мой район. (12+)</p> <p>11.25 «Звёзды советского экрана». (16+)</p> <p>12.00 22.25 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)</p> <p>16.10 «Раскрывая тайны звёзд». (16+)</p> <p>16.55 «ВЫКУП». (16+)</p> <p>18.35 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ЗАКРЫЛ ГОРОД». (16+)</p> <p>21.05 «ТАМОЖНЯ». (16+)</p>

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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией АО «СЕРВИС-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 17.00 «Тайны Чапман». (16+)	 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)	 18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)	 06.15 «СОЛДАТЫ-3». (16+)	 23.35 Все на Матч!	 10.40 «Понять. Простить». (16+)	
05.00 18.00 00.25 04.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «САШАТАНЯ». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.15 «СОЛДАТЫ-3». (16+)	06.00, 15.00 «Лига в лицах». (12+)	06.30 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)	
06.00 «С бодрым утром!» (16+)	21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)	08.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	08.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)	06.30 «Вид сверху». (12+)	07.25 04.40 Давай разведёмся! (16+)	
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	23.00 «ДОГМЕН». (18+)	08.45 «Слепая». (16+)	09.00 Улётное видео. (16+)	07.00, 09.00, 12.55, 15.30, 03.55 Новости	08.25 Тест на отцовство. (16+)	
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)	Франция, США, 2023 г. Драма. В ролях: Калеб Лэндри Джонс, Джозеф Т. Гиббс. Попавшегося полиции странного мужчину в инвалидной коляске, у которого в фургоне обнаружили стаю разнородных собак, а в месте его проживания - несколько трупов, допрашивает психиатр-криминалист. Тот охотно рассказывает о своём трудном детстве: как жестокий отец посадил его в клетку к псам, из-за чего у мальчика развилась с животными невероятная эмоциональная связь.	09.45 Гадалка. (16+)	13.00 Притворщики. (16+)	07.05, 11.35, 15.35, 23.35 Все на Матч! Пр.тр.	10.40 «Понять. Простить». (16+)	
10.00 «Засекреченные списки». (16+)	11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	15.30 «Слепая». (16+)	15.00 Решала. (16+)	09.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+)	11.45 «Порча». (16+)	
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)	18.00 Охотники. (16+)	09.25 «Команда мечты». (12+)	12.50 «Знахарка». (16+)	
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	13.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	23.15 «ОБИТЕЛЬ СТРАХА». (18+)	21.00 Влад решает. (16+)	10.30 Бокс. (16+)	13.25 «Верну любимого». (16+)	
17.00 01.20 «Тайны Чапман». (16+)	19.55 «ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ». (16+)	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.	Влад Чижов вместе с командой единомышленников - проникательным «Техно» Яном, бесстрашным «Корейцем», обаятельной ассистенткой и невидимым «Кодером» - поднимает расследования на новый уровень. Теперь зрители увидят, как «сыщики» цепляются за улики и с помощью передовых технологий собирают пазл в понятную мошенническую схему.	13.00 Есть тема! Пр.тр.	14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)	
21.55 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)	01.10 «ПЕПЕЛ». (18+)	01.00 «БЫВШАЯ». (18+)	23.00 Опасные связи. (18+)	14.25 «Формула 01. Гаснут огни». (12+)	14.35 «РЕБЁНОК ПО РАСЧЁТУ». (16+)	
	02.40 «РЭМБО-3». (16+)	02.30 Знаки судьбы. (16+)	02.20 Улётное видео. (16+)	16.55 «Майк Тайсон. Железные кулаки». (16+)	19.00 «НЕВИНОВАТАЯ». (16+)	
	04.15 «Однажды в России». (16+)	05.30 «Мультфильмы». (0+)	03.30 Улётное видео. Лучшее. (16+)	18.05 Смешанные единоборства. UFC. (16+)	23.30 «Понять. Простить». (16+)	
	05.00 «Утро TNT»-2026. (16+)		04.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)	19.15 Хоккей. СКА - «Спартак». Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.	00.35 «Порча». (16+)	
	05.50 «САШАТАНЯ». (16+)		04.45 «СОЛДАТЫ-4». (16+)	22.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Пр.тр.	01.30 «Знахарка». (16+)	
				00.45 «Лионель Месси». (12+)	01.55 «Верну любимого». (16+)	
				01.55 Бобслей. (6+)	02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)	
				04.00 Баскетбол. (6+)	02.50 Тест на отцовство. (16+)	
					04.30 «6 кадров». (16+)	

О НЕУДАЧАХ В ПОСТЕЛИ МОЖНО ЗАБЫТЬ!



Знаете, почему мужчины больше всего на свете боятся «осечек»? Нет не потому, что это удар по самолюбию. И не потому, что это проблема, о которой стыдно поговорить даже с друзьями. Самое страшное – это перспектива оказаться ненужным. Мужчине настолько необходимо чувствовать себя сексуально востребованным – прежде всего любимой женщиной – что это распространяется на все остальные стороны жизни. Когда все в порядке в постели – и на работе дела спорятся, и спортом хочется заниматься, и настроение прекрасное!

Но в жизни – сплошные проблемы и стрессы. Ну как тут без «осечек»? Очень просто: нужно впустить в свою жизнь «**MARAFFON**» (**МАРАФОН**). Средство, которое поддержит потенцию на должном уровне! Оно всего за одно-два применения поможет вспомнить, каково это – быть неутомимым в постели, видеть восхищенные глаза любимой женщины и чувствовать себя молодым!

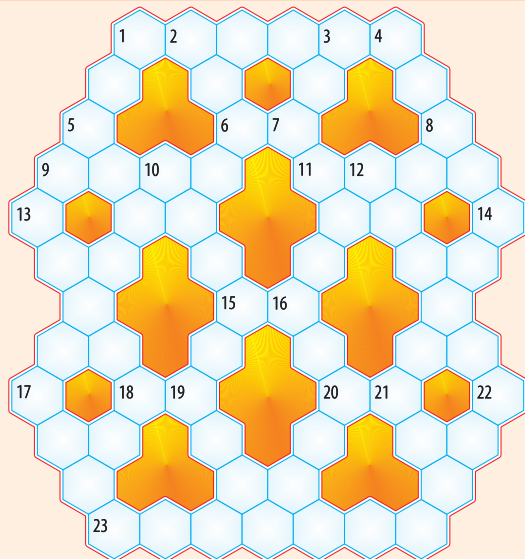
консультирует с лучшими специалистами по телефонам: **8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66**

Звонок по России бесплатный

г. Москва

РЕКЛАМА

ТРИ ДОРОГИ



По горизонтали: 1. Треугольный парус впереди фок-мачты. 9. Феодално-зависимый крестьянин в средневековой Западной Европе. 11. Таиланд в старину. 23. Первый псевдоним Сергея Есенина.

Слева-вниз-направо: 2. Гавайские цветочные «бусы». 4. Имя матери дяди Федора из мультфильмов про Простоквашино. 5. Громкий плач капризули. 7. Медная монета, известная еще в Древнем Риме. 10. «Не летает, не поет, но птичьему клюет» (загадка). 12. Не-

оконченная опера Шостаковича по неоконченной комедии Гоголя. 13. Красящий порошок, применяемый в копировальных и печатающих устройствах, сухие «чернила». 16. Кинодига ... Уизерспун. 17. Лихая ... на автомобиле. 19. Кузовок из бересты. 21. Богиня безумия у древних греков.

Справа-вниз-налево: 1. Известняковое плато в Словении, давшее на-

звание геологическому явлению. 3. «Топливо» для организма. 6. Деревья с гибкими ветвями. 8. Индусская роль Остапа Бендера. 10. Крайнее трудовое усердие. 12. Дунай в древние времена. 14. Сырцовый кирпич. 15. Запредельный посыл футбольного мяча. 18. И модельный ... автомобилей, и полоса дороги. 20. Заведение, где меняются кольцами. 22. Имя Тургенева.

Ответы. По горизонтали: 1. Карст. 3. Еда. 6. Ивы. 8. Мар. 10. Рвение. 12. Истр. 14. Апока. 15. Аут. 18. Рад. 20. Зар. 22. Иван. Слева-вниз-направо: 2. Лей. 4. Рима. 5. Рев. 7. Асс. 10. Рыба. 12. Ироки. 13. Тонер. 16. Риз. 17. Езда. 19. Тус. 21. Ата. Справа-вниз-налево: 1. Карст. 3. Еда. 6. Ивы. 8. Мар. 10. Рвение. 12. Истр. 14. Апока. 15. Аут. 18. Рад. 20. Зар. 22. Иван.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ	TV1000 VIJU TV1000	TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ	TV1000 VIJU TV1000 ACTION
06.25 Мультфильмы. (16+, 0+)	05.45 «МАТЕРИНСКИЙ ИН- СТИНКТ». (16+)	05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Пин-код», «Смешарики», «Три кота».	05.20 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ». (16+)
08.10 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ КЛО- УН». (16+)	07.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)	Мультсериалы. (6+)	06.55 «ВЛАСТЬ ОГНЯ». (16+)
09.40 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕН- НЫХ». (16+)	09.15, 10.15, 11.10, 12.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙ- СТВА». (16+)	08.10 «ОДНА ДОМА: ВЕЛИКО- ЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (12+)	08.20 «КАТАСТРОФА». (16+)
11.50 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮ- БОВЬ». (16+)	13.05 «РЫЦАРЬ ДНЯ». (16+)	09.50 «ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ».	10.05 «УЦЕЛЕШИЙ». (16+)
13.30 «ВЫСОТА». (16+)	15.10 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИ- КИ». (16+)	(16+)	12.15 «КРАЙНЕ ОПАСЕН».
15.15 «ОДИНОКИМ ПРЕДОСТАВ- ЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (16+)	17.10, 18.00 «БИБЛИОТЕКА- РИ». (16+)	11.25 «Я ХОЧУ! Я БУДУ!» (16+)	13.50 «ЗАСАДА». (16+)
16.50 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)	18.50 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (16+)	13.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)	15.35 «ПОЛНОЧЬ НА ЗЛАКО- ВОМ ПОЛЕ». (16+)
18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».	Фантастический фильм, США, 2014 г.	15.10 «АВАНТЮРИСТЫ». (16+)	17.15 «РАСПРАВА». (16+)
20.00 «ГАРАЖ». (16+)	20.30 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)	17.00, 17.55 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 3: КРАХ АНТИ- БИОТИКА». (16+)	19.00 «ХОРОШИЙ, ПЛОХОЙ, КОП». (16+)
21.50 «ОСЕННИЙ МАРАФОН».	Фантастический приклю- ченческий фильм, США, 2014 г.	18.50 «МИЛЛИАРД». (16+)	20.50 «БЕГЛЕП». (16+)
23.30 «НЕЖДАННО-НЕГАДАН- НО». (16+)	23.05, 00.00, 01.05, 01.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙ- СТВА». (16+)	20.45 «ЛОТЕРЕЯ». (16+)	Боевик, США, Саудовская Аравия, 2022 г.
01.05 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!»	02.45 «ЭКСТРАСЕНСЫ». (16+)	22.35 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)	22.55 «ОХРАННИК». (16+)
02.20 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА».	04.20 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)	00.10 «ДЕНЬ ДУРАКА». (16+)	Криминальный триллер, США, 2016 г.
(16+)		01.45 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЫШ- КИ». (16+)	00.35 «АНГЕЛ-ХРАНИТЕЛЬ».
		03.05 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)	02.40 «КИЛЛЕР-ХРАНИТЕЛЬ».
		04.25 «БАБКИ». (16+)	(16+)
			04.05 «ПРОЩАЙ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	ДОМ КИНО
01.45 «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+)	06.35 «НЕ ОБМАНИ». (16+)	00.30 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПО- ВЕДЕНИЯ». (18+)	05.20 «Три кота и море при- ключений». Мультфильм.
03.40 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)	08.00 «РОВЕСНИКИ». (16+)	03.00 «СЕРДЦЕДЖИ». (18+)	(6+)
05.45 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)	09.50, 10.50, 11.50, 12.50 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ».	05.15 «ДРАКУЛОВ». (16+)	06.25 «Тайна парка развлече- ний». Мультфильм. (6+)
07.40 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)	13.55 «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)	06.55 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)	08.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ».
09.05 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙА- МИ». (16+)	15.45 «НА МОРЕ». (16+)	08.25 «ТАКСИ 2». (16+)	(16+)
10.30 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ».	Комедия, Россия, 2008 г.	10.00 «КИЛЛЕР В ОТСТАВКЕ».	10.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
(16+)	17.40 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ».	(18+)	15.10 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ».
12.10 «УЛЁТНЫЕ КАНИКУЛЫ».	(16+)	11.45 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ».	(16+)
(16+)	19.15 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)	(18+)	22.30 Вечер вместе.
13.45 «СПЕНСЕР». (16+)	21.00 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ- ЧИНА». (16+)	13.50 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПО- ЛОХ». (16+)	«ЕЛКИ-ИГОЛКИ». (16+)
15.35 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)	Комедия, мелодрама, фан- тастика, Россия, 2019 г.	15.45 «ПУЛЕПРОБИВАЕ- МЫЙ». (16+)	Россия, 2022 г. В ролях: Алина Алексеева, Павел Прилучный, Оскар Кучера, Гарик Сукачев
17.05 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИ- НЫ». (16+)	22.40 «КОРОЛЕВ». (16+)	17.40 «СОКРОВИЩА ГНОМОВ».	00.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА».
19.00 «КИНОЗВЕЗДА В ПОГО- НАХ». (16+)	Драма, Россия, 2007 г.	(6+)	(16+)
20.30 «РОБОПЁС». (12+)	00.45 «МИНИМАКС». (12+)	19.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)	02.05 «ДВА ДНЯ». (16+)
21.50 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ».	02.10 «ДВА ДНЯ». (16+)	21.05 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». (18+)	Россия, 2021 г.
(16+)	03.40, 04.35, 05.30 «БЕЗ ПРА- ВА НА ОШИБКУ». 1-3 се- рии. (16+)	22.55 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2».	03.25 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
23.15 «САПОЖНИК». (16+)		(16+)	СССР, Польша, 1989 г. В ро- лях: Николай Караченцов, Ежи Штур

РУССКИЙ РОМАН	CINEMA	РОДНОЕ КИНО	РЕТРО
07.20 «РАДИ ЖИЗНИ». (16+)	06.05 «КРОВАВАЯ МЕСТЬ».	00.25, 01.25, 02.25 «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШИХ 2». (16+)	06.10 Мультфильмы. (16+)
10.55 «ФЕРМЕРША». (16+)	07.50 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (18+)	03.40 «ЗОЛОТО ПАРТИИ».	06.40 «Желтый аист». Мульт- фильм. (16+)
14.20 «КЛЮЧИ». (16+)	09.30 «СМЕРТЬ В ПРЕРИИ».	(16+)	06.50 «ПЕТЛЯ ОРИОНА». (0+)
17.40 «ЗАБЫВАЯ ОБО ВСЕМ».	(18+)	05.15 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА...»	08.20 «ГОЛУБАЯ СРЕЛА».
(16+)	11.20 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)	(16+)	(16+)
2019 г. В ролях: Александра Никифорова, Александр Макогон, Владимир Стеклов	13.25 «ЗОЛОТО ДЖУНГЛЕЙ».	07.15, 08.15, 09.10 «ГРАЖ- ДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)	09.55, 22.05 «ГОДЕН К НЕ- СТРОЕВОЙ». (16+)
21.00 «МАМА НАПРОКАТ».	(18+)	10.05 «ТАЙСКИЙ ВОЯЖ СТЕПА- НЫЧА». (18+)	11.20, 23.25 «ДВЕ ВЕРСИИ ОДНОГО СТОЛКНОВЕНИЯ».
(16+)	15.05 «КОЛОМБИАНА». (16+)	11.55 «ВА-БАНК». (16+)	(16+)
2010 г. В ролях: Илья Шаку- нов, Елена Панова, Лариса Кадочникова	16.55 «РАЙСКИЙ ПРОЕКТ».	13.50 «БУМЕР». (18+)	13.00 «ДОЧЬ СТРАТИОНА».
22.45 «ПРИКАЗАНО ЖЕНИТЬ».	(18+)	16.00, 17.00, 17.55 «УЛИ- ЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».	(16+)
(16+)	20.15 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (18+)	19.00 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ».	14.25 «РАСПИСАНИЕ НА ПО- СЛЕЗАВТРА». (16+)
2011 г. В ролях: Олег Мас- ленников-Войтов, Дарья Румянцева	22.00 «ЭКСПЕРИМЕНТ «ВЕДЬ- МА». (18+)	(16+)	15.55, 01.00 «КЛЮЧИ ОТ НЕ- БА». (16+)
00.35 «ЦЕНА ИЗМЕНЬ». (16+)	00.25 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕ- СТО». (18+)	Комедия, Россия, 1994 г.	17.20, 02.15 «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СЛЕЗ». (16+)
02.10 «СТЕРВА». (16+)	02.05 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)	20.30 «КАПИТАН». (16+)	19.00, 03.45 «СЕМЕЙНЫЕ ОБ- СТОЯТЕЛСТВА». (16+)
03.35 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО ПРАВИ- ЛАМ». (16+)	04.05 «АСТЕРИКС НА ОЛИМ- ПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)	22.20 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА...»	20.30, 05.30 «БУДНИ УГОЛОВ- НОГО РОЗЫСКА». (16+)
05.05 «КАМИННЫЙ ГОСТЬ».	06.00 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА».	(16+)	05.05 Мультфильм. (6+)
(16+)	(16+)	Драма, детектив, комедия, криминал, приключения, Россия, 1997 г.	

суббота!	СУББОТА!	ФЕНИКС ПЛЮС КИНО	СТС LOVE	СТС LOVE	21	TB21
05.15, 06.30, 17.00, 04.20 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песен- ки». Мультсериалы. (0+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ОТЧИЙ БЕ- РЕГ». (18+)	06.00 «Маша и Медведь. Ска- жите «Ой!» Мультфильм. (0+)	06.00 Даёшь молодёжь! (16+)	07.00 «АДМИРАЛЪ». (18+)	09.10 «ИЩУ ДРУГА НА КОНЕЦ СВЕТА». (18+)	
06.10 «Маша и Медведь. Ска- жите «Ой!» Мультфильм. (0+)	Сериял. Драма, Россия, 2017 г. В ролях: Юра Бори- сов, Арина Жаркова, Мак- сим Керин, Алина Ланина, Алексей Кравченко	10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГО- ВОРИ «ВСЕГДА»-3». (16+)	10.05 «РАНЕТКИ». (16+)	11.00 «МИСТЕР БЛЕЙК К ВА- ШИМ УСЛУГАМ». (16+)	13.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МА- МОЧКИ». (18+)	
16.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)	12.00, 20.00, 04.00 «ТРИГГЕР». (18+)	13.00, 21.00, 05.00 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+)	Узнав о проблемах Наташи, Лагунтин прерывает га- строльный тур. Стас предла- гает собрать подполье против Калерии. Рассказов откры- вает Белуге правду о про- пащем ноутбуке.	14.50 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МА- МОЧКИ-2». (18+)	16.30 «ОСЬМИНОГ». (18+)	
18.00 «Свинка Пеппа». Мульт- сериал. (0+)	14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙ- НАЯ ЖИЗНЬ». (16+)	15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕ- НИ БАРОН». (18+)	14.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ».	18.15 «ВАСАБИ». (16+)	18.15 «ВАСАБИ». (16+)	
21.00 «Приключения Пети и Волка». Мультсериал. (12+)	15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕ- НИ БАРОН». (18+)	Сериял. Криминал, дра- ма, боевик, Россия, 2002 г. В ролях: Нодар Мгалоблиш- вили, Сергей Бехтерев, Ли- лиан Малкина	17.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».	Франция, Япония, 2001 г.	19.50 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ».	
22.00 «КЛОУН». (16+)	16.00, 22.00, 04.00 «ТРИГГЕР». (18+)		(12+)	(18+)	(18+)	
22.50, 23.20 «ЭЛЕН И РЕБЯ- ТА». (16+)	17.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕ- НИ БАРОН». (18+)		Ивану приходится перебо- роть свой детский страх, что- бы придумать за Яной...	США, Китай, 2012 г.	21.55 «ДРАЙВ». (18+)	
23.50 Суббота News 2026. (16+)	18.00, 22.00, 04.00 «ТРИГГЕР». (18+)		20.25 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА».	США, 2011 г.	23.40 «ПОЕЗД В ПУСАН».	
00.00, 01.00 «ВЕТРЕННЫЙ».	19.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕ- НИ БАРОН». (18+)		(16+)	Южная Корея, 2016 г.	(18+)	
02.00, 02.40 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)	20.00, 24.00 «ТРИГГЕР». (18+)		01.45 «МАРГОША». (16+)	01.45 «КРУТЫЕ МЕРЫ». (18+)	03.05 «ЗАГОВОР В КАИРЕ».	
03.25 «Приключения Пети и Волка». Мультсериал. (12+)	21.00, 25.00 «ТРИГГЕР». (18+)		04.00 Даёшь молодёжь! (16+)	(16+)	05.05 «МАТЬ И ДИТЯ». (16+)	

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР	ПОБЕДА	ПЯТНИЦА	Ю
05.00, 00.25 Наше кино. Исто- рия большой любви. (16+)	05.00 «Путь к Победе». (16+)	05.00 Секреты на кухне. (16+)	05.00 Моя свекровь - монстр.
05.20, 06.15, 18.40 Дела судебные. Деньги верни- те! (16+)	06.00 «СМОТРИ НА МЕНЯ!» (16+)	05.50 Пятница News. (16+)	(16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00 Новости	08.00 «ЖУРОВ». (16+)	06.10 Гастротур. (16+)	06.25 Званный ужин. (16+)
07.55, 11.35, 14.10 Дела судебные. Битва за буду- щее. (16+)	10.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	06.50, 07.50 На ножах. (16+)	08.20 Непыльный вопрос.
09.05, 10.10, 15.05 Дела су- дебные. Новые истории. (16+)	14.00 «АПОСТОЛ». (16+)	08.50 Молодые ножи. Блюда в одном цвете. (16+)	(16+)
12.30 Понять. Простить. (16+)	СССР. Начало войны. Два брата-близнеца - Петр и Павел. Петр - вор- рецидивист, бесчестный негодяй, работавший про- тив СССР на немецкую разведку и погибший во время исполнения зада- ния. Павел - тихий добрый сельский учитель, которо- му придется занять место брата, чтобы по заданию НКВД рассекретить не- мецкую шпионскую сеть. С этого момента Павел исче- зает - жене сообщают, что он погиб. Слабый, интел- лигентный человек станет опытным шпионом с опас- нейшей миссией. Сможет он ли в этих испытаниях со- хранить свою душу?	10.10 Адский шеф. (16+)	09.15 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)	12.50 Чёрный список. На кух- не. Тула. НОРPS. (16+)	12.50 Чёрный список. На кух- не. Тула. НОРPS. (16+)	10.20 Супермама. (16+)
16.15 Обману. Нет. (16+)	13.50 Чёрный список. На кух- не. Краснодар. De Marque. (16+)	13.50 Чёрный список. На кух- не. Санкт-Петербург. Кузу. (16+)	12.25 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.30, 18.20 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)	14.50 Чёрный список. На кух- не. Санкт-Петербург. Квар- тира № 162. (16+)	15.40 Чёрный список. На кух- не. Реванш. (16+)	16.30 Мамыны сын.
18.00 Вместе каждый день	17.10 Чёрный список. На кух- не. Санкт-Петербург. Квар- тира № 162. (16+)	17.10 Чёрный список. На кух- не. Санкт-Петербург. Квар- тира № 162. (16+)	(16+)
20.30 «СТАРКИ-РАЗБОЙНИ- КИ». (16+)	18.00 Чёрный список. На кух- не. Санкт-Петербург. Гранд Шевр. (16+)	18.00 Чёрный список. На кух- не. Санкт-Петербург. Гранд Шевр. (16+)	Проект про женщин, кото- рые вынуждены жить под одной крышей со своей свекровью. Личная жизнь героинь находится под по- стоянным присмотром «мам», но их мужья ни- как не хотят съезжать и за- нимать взрослую позицию. Профессиональный психо- лог проекта попытается по- мочь женщинам спасти их отношения.
22.20 Игра в кино. (16+)	19.00, 21.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)	19.00, 21.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)	21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
23.45 Миллион за 5 минут. (16+)	23.00 Секретный артист. (16+)	23.00 Секретный артист. (16+)	00.10 Измены (субтитры).
01.15 Первый Евразийский канал. (12+)	00.20 Самородки. (16+)	00.20 Самородки. (16+)	(18+)
01.55 «УЧИТЕЛЬ ТАНЦЕВ».	01.40 Пятница News. (16+)	01.40 Пятница News. (16+)	01.50 Неотложка. (16+)
04.10 «СВИНАРКА И ПАСТУХ».	02.20, 03.10 На ножах. (16+)	02.20, 03.10 На ножах. (16+)	03.25 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
(16+)	04.00 Секреты на кухне. (16+)	04.00 Секреты на кухне. (16+)	
	04.30 Пятница News. (16+)	04.30 Пятница News. (16+)	

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ	VIJU HISTORY	ИСТОРИЯ
00.35 Хлеб, «Север» и кобальт. (12+)	06.00 Самые отчаянные операции Вто- рой мировой: Саботаж секретного ору- жия. (16+)	06.00, 23.40 Мир накануне катастрофы. XX век. Гиена Европы. (16+)
01.40, 05.30, 09.40, 13.55, 18.00, 21.40 Легенды науки. (12+)	06.45, 00.30 Мир накануне катастрофы. XX век. Странная война. (16+)	06.45, 00.30 Мир накануне катастрофы. XX век. Странная война. (16+)
02.15 По законам чести. Из истории дуэ- лей. (12+)	06.45, 00.30 Мир накануне катастрофы. XX век. Странная война. (16+)	07.35, 01.15 Анатомия любви. Эва, Пола и Беата. (12+)
02.30 Иван Граве. Я не был заурядным генералом. (12+)	07.10 Эль-Сагарио, Эквадор. (12+)	08.25, 02.00 Фрунзик Мкртчян. История одиночества. (12+)
03.00, 23.05 Петр I Великий. (12+)	07.40 Перу: жертвоприношения в цар- стве Чимор. (12+)	09.15 Союзники Третьего рейха. Запад- ная Европа. (12+)
03.55 Георгий - Победоносец. (16+)	08.35 Легендарные авто: Ford. (16+)	10.05 Великий и ужасный Жук. (12+)
04.45 Освоение Крыма. (12+)	09.25 Легендарные авто: Bentley. (16+)	10.50 Экстрасенс смеха. Семён Альтов. (12+)
06.05, 07.55 Всемирное наследие. Рос- сия. (12+)	10.10, 11.05 Территория тамплиеров. (16+)	11.45 Вожди народов. Бенито Муссоли- ни. (12+)
06.55 Дело Романовых. Следствием уста- новлено... (12+)	11.55, 12.45 Исторические убийства. (16+)	12.35, 13.25 Без обид. Александр Шир- виндт. (12+)
08.45, 17.00 Забытые войны России. (12+)	13.30 Тысячелетний Перу. (16+)	14.20 Леди Салиенс. (12+)
10.10, 14.25 Народный фронт Победы. (12+)	14.30 Тайны песка. (16+)	15.20, 02.45 Русские тайны. XX век. Украина. Невыдуманные истории. (12+)
10.45 Во имя человечества. История рос- сийской медицины. (12+)	15.15, 16.00 Загадки планеты Зем- ля. (16+)	16.10 Досье Тутан

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Динамо» (Москва). (6+)
07.50 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
08.20, 16.45 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Урал-маш» (Екатеринбург). (6+)
10.10 «Время чемпионов». Специальный репортаж. (12+)
10.30 «Вид сверху». (12+)
11.00, 13.10, 16.20, 19.20 Новости. (0+)
11.05 Смешанные единоборства. АСА. Расул Магомедов против Алексея Полупудникова. Трансляция из Краснодара. (16+)
12.45 «До и после. Луиза Носкова». (12+)
13.15 «Человек из футбола». (12+)
13.45 «Небесная грация». (6+)
14.00 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. Трансляция из Москвы. (6+)

15.35 Лыжная страна. (12+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)
16.25, 22.00, 03.45 «Страна спортивная». (12+)
18.35 «Вид сверху». (12+)
19.00 «Время чемпионов». Специальный репортаж. (12+)
19.25 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. «Зенит» (Россия) - «Мешков Брест» (Белоруссия). Прямая трансляция. (12+)
21.05 «Корона спортивной империи. Лидия Иванова». (12+)
22.20 Специальный репортаж. (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
23.55 Баскетбол. Winline Basket Cup. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - «Парма» (Пермский край). (6+)
01.45 «Спорт, который есть. Микрофутзал». (12+)
02.00 Футзал. Бетсити Суперлига. «Тюмень» - КПРФ (Москва). (6+)
04.00 Сюрплас. (12+)
04.25 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. Трансляция из Москвы. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 Яндекс.Музыка чарт. (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+)
15.00 PRO-новости. (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 Унесенные временем. Главные звезды нулевых. (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Прогноз по году. (16+)
23.00 Лихие хиты. (16+)
00.00 Плейлист | Зима. (16+)
01.00 Хиты по-русски. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

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

О!

05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)
05.05 «Три кота». (0+)
06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)
07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
07.05 «Три кота». (0+)
09.30 «Лунтик». (0+)
11.00 «Ум и Хрум». (0+)
12.00 «Три кота». (0+)
15.30 «Парк Турум-Бурум». (0+)
15.45 «Барбоскины». (0+)
17.00 О! Кино! «Большое путешествие». (6+)
18.15 «Мультителки. Шоу». (0+)
Музыкальные клипы на любимые детские песни.
18.20 «Три кота». (0+)
21.30 О! Кино! «Три богатыря и Пуп Земли». (6+)
Путешествие богатырей в прошлое.
22.50 «Смешарики. Пинкод». (6+)
00.00 «Белка и Стелка. Тайны космоса». (0+)
02.00 «Бодо Бородо». (0+)
04.00 «Жужжалка». (0+)
04.05 «Три кота». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Бодо Бородо», «Майло», «Царевны». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Край Бебис». (0+)
07.45 «Лунтик». (0+)
09.30 «Супер Крылья. Суперкоманда». (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!
09.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
Забавные приключения двух друзей, бурого медвежонка по имени Кеша и белого, по кличке Белая Тучка, в волшебной стране. Несмотря на разные характеры, медвежата находят выход из любой ситуации, поскольку их дружба сильнее любых жизненных проблем.
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 Сюрпрайз. Дорожное путешествие». (6+)
16.50 «Сказочный патруль». (0+)
18.50 «Ум и Хрум». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Бумажки». (0+)
Приключения бумажных героев - лоса по имени Аристотель и дятла Люк-тук - в бумажной стране. Веселые истории перемежаются интересными вставками «для умелых ручек», из которых юные зрители узнают, как из бумаги и картона при помощи ножниц и клея можно самостоятельно сотворить всех героев мультфильма.
22.45 «Дикие скричеры». (6+)
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
23.25 «Приключения Пети и Волка». (12+)
01.15 «Смешарики». (0+)
02.55 «Бобр добр». (0+)

Детский мир

06.00, 12.00, 18.00, 00.00 «Команда матч». (0+)
06.25, 12.25, 18.25 «Цветняшки». (0+)
06.40, 12.40, 18.40 «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55 «Карбот. Кунг». (6+)
08.30, 14.30, 20.30 «Край Бебис Мэд-жик Тирс». (0+)
08.50, 15.30, 20.50 «Тара Дункан». (6+)
09.25, 16.10, 21.25 «Смарт и чудосумка». (0+)
09.55, 16.40 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есенин». (0+)
10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)
11.15, 14.50, 23.15 «Патруль Дино». (0+)
13.50 «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

Мультиландия

06.00 «Котики, вперед!» (0+)
07.30 «Чебурашка». (0+)
08.15 «Три кота». (0+)
11.30 «Чебурашка». (0+)
12.00 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Чебурашка». (0+)
15.00 «Котики, вперед!» (0+)
16.00 «Три кота». (0+)
17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)
Наивка находит говорящий носок, уверяющий, что он - мастер кунг-фу. Стоило девочке надеть его, она превратилась в настоящую супергероиню!
18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
20.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
22.00 «Чемпионы». (6+)
22.30 «Три кота». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (0+)
02.00 «Крутиксы». (6+)
02.50 «Монсики». (0+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

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 сурдодопереводом). (0+)

19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.35, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдодопереводом). (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: Святой Феодан 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

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3x3 цифры не повторялись.

СУДОКУ

Ответы

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

5

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

ПЕРВЫЙ



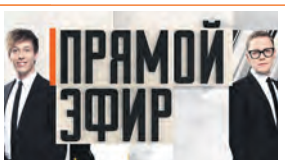
21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)

- 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» с Алексеем Пимановым. (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)
23.35 «ПОСРЕДНИКИ». (16+)
Корея Южная, 2022. Комедия. В ролях: Сон Кан-хо, Кан Дон-вон. Девушка оставила младенца в беби-боксе при церкви. Дежуривший в ту ночь дьякон Сан-хён с помощником стёрли видеозапись с камер наблюдения и забрали ребёнка, чтобы в обход легальных процедур найти ему семью.
01.50 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
06.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
08.30 Ваше здоровье! (12+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
14.20 «СЛЕД». (16+)
17.00 Известия. (16+)
17.30 20.45 «СЛЕД». (16+)
19.50 «СЛЕД. НОВЫЕ ЛЕГАНДЫ». (16+)
23.10 Светская хроника. (16+)
00.10 Они потрясли мир. (16+)
01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (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+)
На бульваре находят тело мужчины, он умер в результате драки, ударившись головой об ограждение. С шеи убитого была сорвана цепочка. На месте драки находят визитную карточку ресторана, где опознают убитого, бизнесмена Леонида Логунова. Свидетелями драки оказываются бывший коллега Райского Фёдор Кулик и местный житель Виктор Суханкин.
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+)
В этом уже полюбившемся зрителям проекте царят искренние эмоции и звучат хиты в исполнении непредсказуемых дуэтов. Участники не догадываются, с кем в паре они выступают, так как в их наушниках слышны искажённые голоса!
00.40 «Истории Большой Страны». (12+)
01.40 «ОБРАТНАЯ СТОРОНА ЛЮБВИ». (12+)

ЗВЕЗДА

- 06.40 «ПРАВО НА ПОМИЛОВАНИЕ».** (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00
Новости дня. (16+)
09.20 «Ищу своих». (12+)
10.05 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
11.45 «НА ДРУГОМ БЕРЕГУ». (16+)
14.40 15.05 17.05 «ДОРОГАЯ». (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
20.30 «Война миров». (16+)
21.20 «Специальный репортаж». (16+)
22.00 «Здравствуй, товарищ!» (16+)
23.30 «Музыка+». (12+)
00.50 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)
02.40 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (12+)

ТВЦ



14.50 Город новостей.

- 06.00 «Настроение»
08.10 «ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ». (12+)
События
11.30 «ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ». (12+)
11.50 «ЛИШНИЙ». (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+)
Россия, 2024 г. Детектив. В ролях: Павел Харланчук, Дарья Пармененкова. Маша и Макс наконец-то женятся. Теперь она совершенно счастлива - но выясняется, что вокруг куча несчастных женщин. Смириться с этим Маша никак не может. У соседки Юли трагедия: красота-телеведущая Асташина увела ее парня! Маша решает немедленно вмешаться в эту несправедливость и находит журналистку, копающую под Асташину.
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+)

ОТР

- 06.00 17.00 «На приеме у главного врача». (12+)
06.50 «Моя история». (16+)
07.30 20.15 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.50 12.00 13.00 15.00 18.00 20.00 Новости
08.05 08.35 Пёстрый мир
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+)
20.45 «Ректорат». (12+)
21.25 «МАЛЕНЬКАЯ ВЕРА». (16+)
23.40 «ГОСПОДИН НИКТО». (18+)
01.50 «Острова в океане»
02.20 «МАЛЬЧИК И ДЕВОЧКА». (12+)

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+)
Происходит ограбление бюро ритуальных услуг. Его хозяин, городской авторитет Седой, просит Макса найти грабителей. Фишкой бандитов является то, что они выдают себя за бойцов ОМОНа.
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. В это время безработный актер Столяров, который играет роль Радулова, напивается и устраивает в магазине драку.
22.15 «ВНИМАНИЕ! ВСЕМ ВОЙНЫ». (16+)
00.15 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
02.10 «Квартирный вопрос». (0+)
03.00 «ПОГОНЯ ЗА ШЕДЕВРОМ». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
10.00 10.30 11.00 11.20 11.30 12.00 12.20 12.30 13.00 14.00 14.20 14.30 15.00 15.20 15.25 16.00 16.20 16.25 17.00 17.20 17.30 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 22.00 22.30 23.00 «Новости». (16+)
10.20 11.10 «Атмосфера». (12+)
11.15 12.15 14.15 15.15 16.15 17.15 «Деньги 24». (12+)
11.35 14.35 21.35 «Спецреп»
12.45 17.45 «Доктор 24». (12+)
13.20 18.20 «Вопрос спорный». (12+)
15.50 20.45 «Это Москва. Инфраструктура». (12+)
16.30 04.25 «Интервью». (12+)
20.50 «Это Москва. Люди»
21.20 23.45 05.20 «Московский патруль». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)
01.35 Познавательный фильм

РОССИЯ К



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»
В приемной Оскара Лаже, бизнесмена, привыкшего к мошенничествам, ожидали своей очереди разоренные им люди. Сюда же с повесткой пришли инспекторы полиции Лашеналь и Лучани. И в тот момент, на который было назначено начало приема, раздается выстрел. Все бросаются в кабинет Лаже и находят его мертвым...
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»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 «Новости МО»
06.00 «Простая медицина»
06.25 «Всё просто!» (12+)
06.50 «Суперферма 360». (12+)
08.00 14.20 15.15 21.05 «СССР. Знак качества». (12+)
08.40 16.50 «Город с историей». (12+)
09.05 12.20 12.35 «Внимание, еда!» (12+)
09.35 «Сделано в России». (12+)
10.05 «Семейный маршрут». (12+)
10.35 «Погода на любой вкус»
11.20 «Зима в Подмосковье»
13.15 «За МКАДром». (12+)
16.05 17.05 22.30 «Невероятная наука». (16+)
18.15 23.15 «В мире еды». (16+)
19.05 «Это Китай!» (16+)
19.30 «Главные события дня». (16+)
20.30 «Полиция в городе». (16+)
20.45 «Разбор полетов». (16+)
00.05 «Шестое чувство». (16+)

СТС



19.30 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 «Отель «У овечек».
- (0+)
История дружной семьи овечек, открывших отель в своём старинном особняке. В каждой серии овечка Белла и её старший брат Беня знакомятся с новыми постояльцами и помогают родителям в свободное от игр и школы время.
06.30 «Маша и Медведь». (0+)
08.20 Уральские пельмени. (16+)
13.35 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
19.30 «Уральские пельмени». (16+)
Юмористическое телешоу, создаваемое одним творческим коллективом. Выходит с 18 октября 2009 года на телеканале СТС. Шоу включает в себя: эстрадные миниатюры на бытовые и социальные темы, музыкальные номера, пародии на известных личностей и телепередачи, интерактивы с гостями в зале и импровизации. Сценарии юмористических номеров пишут как сами актёры, так и сценаристы. Музыкальным оформлением шоу занимаются композитор Сергей Калугин и группа Liver Band.
21.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
04.35 Уральские пельмени. (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 05.20 05.55 07.50 11.55 16.55
00.20 02.00 02.35 03.10
«Новости дня». (16+)
05.30 03.15 «Москва на все времена». (12+)
06.05 «Моя Москва». (12+)
06.15 «Это было смешно». (16+)
06.40 03.40 «Улицы московские». (12+)
07.05 15.30 16.10 «Тайны кино». (16+)
07.55 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ЗАКРЫЛ ГОРОД». (16+)
09.20 10.25 20.00 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» (16+)
12.00 22.35 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)
17.00 «СОЛЯРИС». (16+)
21.05 «СВОЙ». (16+)
02.10 Энциклопедия. (16+)

REN	TNT	TNT	ТВ-3	че!	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
  18.00 «Главные тайны мира». (16+)	  23.00 «Женский стендап». (16+)	  01.15 Знаки судьбы. (16+)	  01.15 Знаки судьбы. (16+)	  23.00 Опасные связи. (18+)	  23.00 Опасные связи. (18+)	  09.25 «Команда мечты». (12+)	  11.45 «Порча». (16+)	  11.45 «Порча». (16+)
05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «САШАТАНЯ». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.20 Улётное видео. Лучшее. (16+)	06.00 «Лига в лицах». (12+)	06.00 «Лига в лицах». (12+)	06.30 «Формула 01. Гаснут огни». (12+)	06.30 05.25 По делам несовершеннолетних. (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)	14.00 «Комеди Клуб». (16+)	08.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	08.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	07.00 Улётное видео. (16+)	07.00, 09.00, 03.55 Новости	07.00, 09.00, 03.55 Новости	07.05, 16.55, 19.30, 00.45 Все на Матч! Пр.тр.	07.25 04.35 Давай разведёмся! (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)	Ведь креативный продюсер теперь - сам Гарик Харламов. Станет ли теперь больше Эдуарда Сурового? Или Гарик вообще не будет выходить на сцену? А вы уже проверили?	09.30 «Порча». (16+)	09.30 «Порча». (16+)	13.00 Улетные животные. (16+)	07.05, 16.55, 19.30, 00.45 Все на Матч! Пр.тр.	07.05, 16.55, 19.30, 00.45 Все на Матч! Пр.тр.	09.05 «Небесная грация». (6+)	08.25 Тест на отцовство. (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)	23.00 «Женский стендап». (16+)	15.15 «Слепая». (16+)	15.15 «Слепая». (16+)	16.00 Притворщики. (16+)	09.05 «Небесная грация». (6+)	09.05 «Небесная грация». (6+)	09.25 «Команда мечты». (12+)	10.40 «Понять. Простить». (16+)
09.55 «Засекреченные списки». (16+)	Если ты думаешь, что женщины не ругаются, не жалуются на детей, не шутят о сексе и еще множество всяких «не», то это шоу докажет обратное! Для героинь «Женского стендапа» нет запретных тем. Они честно говорят о том, что их не устраивает в отношениях, высмеивают стереотипы семейной жизни и откровенно заявляют, что быть хорошей матерью вообще-то очень сложно.	19.00 «КОЛОМБИАНА». (16+)	19.00 «КОЛОМБИАНА». (16+)	19.00 Влад решает. (16+)	09.25 «Команда мечты». (12+)	09.25 «Команда мечты». (12+)	10.30, 13.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Пр.тр.	11.45 00.30 «Порча». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	23.00 «Женский стендап». (16+)	США, Франция, 2011 г. Каталя была еще совсем ребенком, когда в разборках между наркокартелями были убиты ее родители. Перед смертью отец дал девочке «пропуск» в американское посольство и адрес дяди в Чикаго. С той поры прошло много лет, и теперь Каталя - профессиональная убийца....	США, Франция, 2011 г. Каталя была еще совсем ребенком, когда в разборках между наркокартелями были убиты ее родители. Перед смертью отец дал девочке «пропуск» в американское посольство и адрес дяди в Чикаго. С той поры прошло много лет, и теперь Каталя - профессиональная убийца....	23.00 Опасные связи. (18+)	10.30, 13.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Пр.тр.	10.30, 13.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Пр.тр.	11.50, 15.20 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Пр.тр.	12.50 «Знахарка». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	23.00 «Женский стендап». (16+)	21.15 «ЛАРГО ВИНЧ: ГНЕВ ПРОШЛОГО». (16+)	21.15 «ЛАРГО ВИНЧ: ГНЕВ ПРОШЛОГО». (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	11.50, 15.20 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Пр.тр.	11.50, 15.20 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Пр.тр.	17.25 Футбол. «Динамо» (Москва, Россия) - «Шанхай Шэньхуа» (Китай). BetBoom Глобал Челлендж 2026. Пр.тр.	13.25 «Верну любимого». (16+)
13.00 17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)	23.00 «Женский стендап». (16+)	Бельгия, Франция, 2024 г. В отпуске у миллиардера Ларго Винча похищают сына. Во время поисков Ларго сталкивается с различными проблемами...	Бельгия, Франция, 2024 г. В отпуске у миллиардера Ларго Винча похищают сына. Во время поисков Ларго сталкивается с различными проблемами...	23.00 Опасные связи. (18+)	17.25 Футбол. «Динамо» (Москва, Россия) - «Шанхай Шэньхуа» (Китай). BetBoom Глобал Челлендж 2026. Пр.тр.	17.25 Футбол. «Динамо» (Москва, Россия) - «Шанхай Шэньхуа» (Китай). BetBoom Глобал Челлендж 2026. Пр.тр.	21.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Пр.тр.	14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
18.00 02.40 «Главные тайны мира». (16+)	23.00 «Женский стендап». (16+)	23.15 «МЭГГИ МУР(Ы)». (18+)	23.15 «МЭГГИ МУР(Ы)». (18+)	02.20 «+100500». (18+)	21.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Пр.тр.	21.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Пр.тр.	22.35 Футбол. «Интер» - «Пиза». Пр.тр.	14.35 «ПРИНЦ И НИЩАЯ». (16+)
19.55 «ВЫЖИТЬ В КАЛАХАРИ». (16+)	23.00 «Женский стендап». (16+)	01.15 Знаки судьбы. (16+)	01.15 Знаки судьбы. (16+)		22.35 Футбол. «Интер» - «Пиза». Пр.тр.	22.35 Футбол. «Интер» - «Пиза». Пр.тр.	01.55 Евротур. (12+)	19.00 «ВТОРАЯ СТОРОНА ПРАВДЫ». (16+)
21.30 «ХИЩНИКИ». (16+)	23.00 «Женский стендап». (16+)				01.55 Евротур. (12+)	01.55 Евротур. (12+)	02.45 «Величайший». (16+)	23.30 «Понять. Простить». (16+)
23.35 «ДРУГОЙ МИР: ГОД ВОЛКА». (18+)	23.00 «Женский стендап». (16+)				02.45 «Величайший». (16+)	02.45 «Величайший». (16+)	04.00 Матч! Парад. (16+)	01.25 «Знахарка». (16+)
01.20 «СТРАНА ЧУДЕС ВИЛЛИ». (18+)	23.00 «Женский стендап». (16+)				04.00 Матч! Парад. (16+)	04.00 Матч! Парад. (16+)		01.50 «Верну любимого». (16+)
	23.00 «Женский стендап». (16+)							02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
	23.00 «Женский стендап». (16+)							02.45 Тест на отцовство. (16+)
	23.00 «Женский стендап». (16+)							04.25 «6 кадров». (16+)

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. Отвлекитесь от рабочих мыслей. Все будет хорошо. Больше отдыхайте.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Активность Стрельцов будет на высоте, но необходимо очень дозированно и аккуратно ее проявлять. Начните с малого, приведите в порядок свои мысли и пространство, которое окружает вас. 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 активной заниматься своей физической формой. Но не следует переутомляться.

ДЕВА (23.08 – 23.09)

Звезды предостерегают 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, решать сложные вопросы. У вас все будет складываться должным образом. Вам выпадет хорошая возможность решать многие ситуации в свою пользу. Но в круговороте дел не забудьте найти время для хобби.

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 активной. 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. Поддерживать силу духа вам помогут умеренные физические нагрузки и спорт. Вечера стоит провести с семьей.

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.

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!



Мочеполовая система мужчины и женщины всегда находится под ударом. Особенно часто проблемы возникают с возрастом, когда защитные свойства организма ослабевают, нарушается гормональный баланс, ухудшается регенерация тканей. Нужно вовремя принять меры и заранее позаботиться о своем здоровье. Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

- недержание мочи;
- аденома предстательной железы;
- простатит, цистит, уретрит;
- мочекаменная болезнь;
- слабость мышц стенок мочевого пузыря.

Не медлите и обратитесь за помощью к специалисту. Не отказывайте себе в здоровой, сексуально активной жизни в любом возрасте.

МАЛЕУС (Malleus) — поможет отрегулировать функции репродуктивной, мочевыделительной, эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, поддержит иммунитет.

МАЛЕУС – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

Обратиться за консультацией можно по телефонам **8 (800) 600-57-56 8 (495) 136-59-66**

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

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+) **02.05** «ТЫ И Я». (16+)

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 ВЛАСТИ СТИХИИ». (16+) **03.55** «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Простоквашино», «Царевны», «Пин-код», «Смешарики», «Три кота». Мультсериалы. (6+) **08.20** «О ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (16+) **09.55** «ХОЧУ ЗАМУЖ». (16+) **11.50** «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+) **13.25** «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+) **15.10** «НОЧНАЯ СМЕНА». (16+) **17.00, 17.55** «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ 3: КРАХ АНТИ-БОТИКА». (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+)

TV1000 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+) Приключенческий боевик, США, 2012 г. **20.40** «НЕУДЕРЖИМЫЕ 3». (16+) **22.55** «НЕУДЕРЖИМЫЕ 4». (16+) **00.35** «ЗЕМЛЯ. ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+) **02.10** «ГЛАВЫ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+) **04.00** «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.45 «САБРИНА». (16+) **02.45** «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+) **04.10** «СПЕНСЕР». (16+) **06.00** «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (16+) **07.30** «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+) **09.25** «КИНОЗВЕЗДА В ПОГОНАХ». (16+) **10.55** «РОБОПЁС». (12+) **12.10** «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+) **13.40** «ПЛАН ПОБЕГА». (16+) Боевик, США, 2013 г. **15.25** «КТО УБИЛ BLACKBERRY». (16+) **17.15** «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+) **18.55** «УЛЁТНЫЕ КАНИКУЛЫ». (16+) **20.30** «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+) **22.25** «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.20 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 4 серия. (16+) **07.15** «БОРЦУ НЕ БОЛЬНО». (16+) **08.25** «5 НЕДЕЛЬ». (16+) **10.00** «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+) **11.50, 05.55** «НА МОРЕ». (16+) **13.45** «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+) **15.20** «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+) **17.05** «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+) **18.50** «КОРОЛЁВ». (16+) **21.00** «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+) **23.10** «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+) **00.45, 01.40, 02.30, 03.25** «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». 1-4 серии. (16+) **04.20** «МОЙ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.50 «ЖЕНИХ». (16+) **02.35** «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+) **04.20** «НЕЖДАНЫЙ 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+) **22.55** «БЛОНДИНКА В ЭФИРЕ». (16+)

ДОМ КИНО

05.20 «Фиксики: Большой секрет». Мультфильм. (6+) **06.35** «Фиксики против крабов». Мультфильм. (6+) **08.00** «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+) **10.00** «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+) **15.10** «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) **22.30** Вечер вместе. «СНЕГУРОЧКА ПРОТИВ ВСЕХ». (16+) Россия, 2021 г. В ролях: Павел Воля, Настасья Самбурская, Надежда Сысоева **23.50** Вечер вместе. «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+) Россия, 2018 г. В ролях: Виталий Хаев, Сергей Чирков **01.35** «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ». (16+) Россия, 2019 г. **03.05** «ДВЕ ЖЕНЩИНЫ». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

06.20 «ВЕСМОЕ ЧУВСТВО». (16+) **07.55** «БАРИСТА». (16+) **11.00** «ПЛАСТМАССОВАЯ КОРОЛЕВА». (16+) **14.05** «РИТА». (16+) **15.45** «Я ЕГО СЛЕПИЛА». (16+) **17.40** «ХРАНИ ТЕБЯ ЛЮБОВЬ МОЯ». (16+) 2017 г. В ролях: Дарья Парменкова, Алексей Коряков, Инна Коляда, Сергей Власов **21.00** «НЕРАСКРЫТЫЙ ТАЛАНТ 2». (16+) 2018 г. В ролях: Юрий Батурин, Александра Урсуляк, Николай Иванов, Марина Коняшкина, Ольга Нефедова, Алёся Пухова **00.35** «ЧУЖАЯ ЖЕНЩИНА». (16+) **03.45** «ЖЕНА НАПРОКАТ». (16+)

CINEMA

07.50 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (18+) **09.30** «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (18+) **11.30** «ЭКСПЕРИМЕНТ «ВЕДЬМА»». (18+) **13.55** «ПРОФЕССИОНАЛ». (18+) **15.55** «ЛАМБОРГИНИ: ЧЕЛОВЕК-ЛЕГЕНДА». (18+) **17.30** «ТАКСИ». (16+) Франция, 1998 г. **19.00** «ТАКСИ-2». (16+) Франция, 2000 г. **20.30** «ТАКСИ-3». (16+) Франция, 2003 г. **22.00** «ТАКСИ-4». (16+) Франция, 2007 г. **23.30** «ХАРДКОР». (18+) Россия, США, 2016 г. **01.05** «ВИДЮК: ОХОТНИК НА ПРИЗРАКОВ». (18+) **02.55** «ПОМПЕИ». (16+) **04.30** «КОЛОМБИНА». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.15, 01.15, 02.15 «НА УГЛУ, У ПАТРИАРШИН 2». (16+) **03.45** «ТРИ ПОЛУГРАЦИИ». (16+) **06.05** «СЫН ЗА ОТЦА...». (16+) **07.40, 08.35, 09.30** «ГРАЖДАННИН НАЧАЛЬНИК». (16+) **10.25** «ИСПАНСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЫЧА». (16+) **11.55** «ВА-БАНК II, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+) **13.40** «ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО». (16+) **15.35, 16.50, 17.55** «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+) **19.00, 20.50** «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (12+) Драма, мелодрама, приключения, Франция, 1953 г. **22.30** «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ». (16+) Боевик, СССР, 1991 г.

РЕТРО

06.55 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». (16+) **08.15** «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СПЕЗ». (16+) **09.50, 22.00** «ДОЧЬ СТРАТИОНА». (16+) **11.15, 23.20** «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (16+) **12.45** «СЕМЕЙНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+) **14.20** «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (16+) **15.55, 00.45** «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (16+) **17.15, 02.00** «ДВЕ ВЕРСИИ ОДНОГО СТОЛКНОВЕНИЯ». (16+) **19.00, 04.20** «ЖЕНСКИЕ РАДОСТИ И ПЕЧАЛИ». (16+) **20.35, 05.45** «СИЛЬНЕЕ УРАГАНА». (16+) **03.30** «Высокая горка», «Степа-моряк». Мультфильмы. (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

05.00, 11.00, 16.40 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (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». Мультсериал. (12+) **04.40** «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (18+) **10.00, 11.00, 18.00, 19.00** «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-3». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2006 г. В ролях: Мария Порошина, Ярослав Бойко, Татьяна Абрамова, Даниил Страхов, Анна Молчанова **12.00, 20.00, 04.00** «ТРИГГЕР». (18+) **13.00, 21.00, 05.00** «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+) Сериал. Мелодрама, детектив, Россия, 2022 г. В ролях: Эльвира Болгова, Дмитрий Ульянов, Елена Коренева **14.00, 22.00, 06.00** «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+) **15.00, 23.00, 07.00** «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+) **00.00, 01.00, 02.00, 03.00** «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)

CTC LOVE

06.00 Даёшь молодёжь! (16+) **10.00** «РАНЕТИКИ». (16+) **14.05** «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+) Женья 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. Дамам приходится выкручиваться... **17.10** «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+) Иван принимает участие в конкурсе «Мистер универ». **20.25** «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+) **01.50** «МАРГОША». (16+) **04.00** Даёшь молодёжь! (16+)

TБ21

07.00 «ЗНАХАРЬ». (16+) **09.25** «МИЛЫЙ ДРУГ». (18+) **11.15** «БАНДЫ ПАРИЖА». (18+) **13.00** «В ГОСТЯХ У ЭЛИС». (16+) США, 2017 г. **14.45** «НЕ ГОВОРИ НИКОМУ». (18+) **17.05** «МИЛЛИОНЕР ИЗ ТРУШКОБ». (16+) **19.15** «ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ». (16+) Италия, 2013 г. **21.35** «ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ». (18+) Франция, США, Великобритания, 1992 г. **23.50** «АПОКАЛИПСИС». (18+) США, Мексика, 2006 г. **02.00** «ВО ВЛАСТИ СТИХИИ». (18+) **03.30** «ДЖО». (16+) **05.10** «ДЕФОЛТ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

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 **06.15, 18.40** Дела судебные. Деньги верните! (16+) **07.55, 11.35, 14.10** Дела судебные. Битва за будущее. (16+) **09.05, 10.10, 15.05** Дела судебные. Новые истории. (16+) **12.30** Понять. Простить. (16+) **13.15** Мировое соглашение. (16+) **16.15** Обману. Нет. (16+) **16.30, 18.20** Дела судебные. Яблоко раздора. (16+) **18.00** Вместе каждый день **19.40** «Д'АРТАНЬАН И ТРИ МУШКЕТЕРА». (16+) Приключения, экранизация, музыкальный фильм, СССР, 1979 г. **00.45** «АКСЕРАТКА». (16+) **03.25** «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВАСИЛИЯ БОРТНИКОВА». (16+)

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. После этого они столкнутся с заданием - уничтожить важный завод, который находится на захваченной врагами территории. Невероятных сил и смекалки потребует от них и операция по доставке в тыл русского резидента. **17.30** «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+) **00.40** «72 МЕТРА». (16+) **03.05** «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. Фри-тур. (16+) **05.50** Пятница News. (16+) **06.20** На ножах. Ростов-на-Дону. Страна Чудес. (16+) **07.20** На ножах. Домодедово. Синий лось. (16+) **08.30** Молодые ножи. Су-вид. (16+) **09.50** Адский шеф. (16+) **12.40, 14.40** Битва шефов. (16+) Константин Ивлев и Ренат Агзамов проверяют кулинарные способности участников. **16.50** Последний шеф. (16+) **19.00, 21.20** Выжили. Змееловы. (16+) **00.10** «НОВОГОДНИЙ ОЛ ИМ-КЛЮЗИВ». (16+) Россия, 2023 г. **02.00** Пятница News. (16+) **02.30** На ножах. Санкт-Петербург. Два хвоста. (16+) **03.20** На ножах. Москва. Айва. (16+) **04.00** Секреты на кухне. Романтика. (16+) **04.30** Пятница News. (16+)

Ю

05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+) **05.45** Супермама. (16+) Битва четырёх мам, каждая из которых мечтает стать лучшей и завоевать главный титул! **09.35** Чадю из ада. (12+) Реалити о перевоспитании избалованных подростков из обеспеченных семей. **12.35** Супермама. (16+) **17.50** Мама в 16. (16+) Девушки-подростки принимают важнейшее решение - родить в 16. На пути к материнству они столкнутся с предательством близких, пройдут через осуждение общества, научатся самостоятельно решать финансовые вопросы и брать ответственность за себя и за ребенка. **21.00** Дом-2. Новая жизнь. (16+) **00.10** Измены (субтитры). (18+) **01.50** Неотложка. (16+) **03.25** Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

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 установлено... (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. (12+) **11.40** Боги войны. (16+) **12.10** Боги Египта. (16+) **14.40** Русское наследие. Южные рубежи. (12+) **15.00** Донбасс. Истерзанное сердце России. (12+) **16.00** Это подкаст. История. (12+) **17.00** Карим Хакимов: Миссия выполнена. (12+) **18.20** Историограф. (12+) **19.05, 23.00** Пётр I Великий. (12+) **20.00** Революция LIVE: неумеренная оппозиция. (12+) **22.20** Семь дней истории. (12+)

VIJU 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+) **12.40** Забытый император Китая. (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 цвете. (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** Очаровательные 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 Салиенс. (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. Галлеон, спасённый из небытия. (12+) **20.15, 05.15** Мир накануне катастрофы. XX век. Гиганты Европы. (16+) **21.05** Мир накануне катастрофы. XX век. Странная война. (16+) **21.55** Анатомия любви. Эва, Пола и Беата. (12+) **22.45** Фрунзик Мкртчян. История одиночества. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 06.15, 03.50, 04.05 Офисное садоводство. (12+, 16+) **06.25, 04.40** Сад своими руками. (12+) **06.55, 07.10, 12.00, 16.00, 19.00, 23.35** Огород с блоками-Мечталыным. (12+) **07.25, 01.40** Моя крепость. (12+) **07.55, 09.30, 12.35, 13.05, 15.00, 15.30, 22.00, 22.25, 05.10** Дачные радости. (12+) **08.25, 05.35** Частный сектор. (12+) **09.00** Консультант садовода. Зимний сезон. (12+) **09.55** Ландшафтные решения. (12+) **10.30** Умная стройка. (12+) **11.00, 11.15** Зеленые квадраты. Спецвыпуск. (12+) **11.30** Как поживаете? (12+) **13.30** Ландшафтные эксперименты. (12+) **14.00, 21.00** Муж на час. (12+) **14.30, 14.45, 21.25, 21.40** Цветик-семицветик. (12+) **16.25, 16.40, 23.25** Вершки-корешки. (12+) **17.00** Сад-шедевр. (12+) **17.25, 00.25** Декоративный огород. (12+) **18.00, 00.50** Один день из жизни фермера. (16+, 12+) **18.30, 01.15** Новые Робинзоны. (12+) **19.30, 02.05** заСада. (12+) **20.00, 02.30** Сельские профессии. (16+, 12+) **20.25, 20.40, 02.55, 03.10** Дачная кухня. (12+) **22.55, 23.10** Лучки и Пучки. (12+) **03.25** Идеальный сад. (12+) **04.15** Агротуризм. (16+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 01.55 Давай зарубимся! (12+) **06.15, 06.55, 02.10, 02.45** Пути-дороги. (16+) **06.50, 10.55, 14.50, 18.00, 23.00, 04.10** О главном. (16+) **07.50, 03.40** Большая заруба. (16+) **08.25, 17.00, 05.10** Зимняя рыбалка в Удмуртии. (16+) **08.55, 17.35, 21.30, 05.35** Территория льда. (16+) **09.25, 22.00** Рыбалка в России. (16+) **09.55, 10.20** От первого лица. (12+) **11.00** Охота в Приволжье. (16+) **11.30** С Нормундом по водоёмам Беларуси. (16+) **12.00, 18.25, 18.55** Охота на хищника. (16+) **12.30, 00.35** Рыболовный дневник. (16+) **13.05, 18.05** Первый лед - последний лед. (12+) **13.20, 01.30** Охота на судака. (16+) **13.50** Рыбалка сегодня XL. (16+) **14.20** Водоёмы Прибалтики. (12+) **14.55** Зимняя рыбалка в Грузии. (16+) **15.25** Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+) **15.55, 23.40** Двое против рыбы. (16+) **19.25** Рыбалка с Дмитрием Елисеевым. (16+) **20.00** Егерский кордон. (16+) **20.30** Утиные истории. (16+) **21.00, 01.00** Зима. Удочка. Поклевка. (16+) **22.30, 23.10** Родные просторы. (16+) **04.15** Лесная сторо

СПОРТ

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. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - «Парма» (Пермский край). (6+)
10.10, 18.25 «Страна спортивная». (12+)
10.30 «Лучшая лига мира». (12+)
11.00, 13.10, 16.20, 19.20 Новости. (0+)
11.05 Смешанные единоборства. ACA Young Eagles. Трансляция из Грозного. (16+)
12.45 «География спорта. Уват». (12+)
13.15 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
13.45 «Время чемпионов». Специальный репортаж. (12+)
14.00, 04.25 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. Трансляция из Москвы. (6+)

15.35, 21.05 Страна смотрит спорт. (12+)
16.00, 21.30 «Небесная грация». (6+)
16.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Динамо-Урал» (Уфа) - «Зенит-Казань». Прямая трансляция
18.45 «Человек из футбола». (12+)
19.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. ЦСКА - «Лада» (Тольятти). Прямая трансляция
21.50 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Трансляция из Белоруссии. (6+)
23.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Трансляция из Белоруссии. (6+)
00.30 Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Спринт. Трансляция из Сыктывкара. (6+)
02.40 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. «Динамо-Урал» (Уфа) - «Зенит-Казань». (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
07.00 Музэнерго. (16+)
08.10 Тееп чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Love Radio чарт. (16+)
Интерактивный плейлист МУЗ-ТВ и Love Radio для всех, кто хочет найти свою вторую половинку или признаться в любви!
10.00 Народный микрофон. (16+)
11.00 Плейлист | Зима. (16+)
12.00 Top-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+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

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

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00, 00.00 «Команда матч». (0+)
06.25, 12.25, 18.25 «Цветняшки». (0+)
06.40, 12.40, 18.40 «Тоботы. Детективы Галактики». (6+)
07.50, 19.50 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.55, 13.55, 19.55 «Карбот. Кунг». (6+)
08.30, 14.30, 20.30 «Край Бебис Мэд-жик Тирс». (0+)
08.50, 15.30, 20.50 «Тара Дункан». (6+)
09.25, 16.10, 21.25 «Смарт и чудосумка». (0+)
09.55, 16.40 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
10.10, 16.55 «Шмяк. Волшебная лавка Есенин». (0+)
10.20, 17.05, 22.20 «Команда Флоры». (6+)
10.45, 17.30, 22.45 «Карбот». (6+)
11.15, 14.50, 23.15 «Патруль Дино». (0+)
13.50 «Забезу. Уши с хвостиком». (0+)
21.55 «Бабушкины сказки». (12+)
22.05 «Granny's Fairytales». (12+)

О!

05.00 «Песенки с Лёвой». (0+)
Пойте вместе с Лёвой!
05.05 «Три кота». (0+)
06.00 «Приключения Ам Няма». (0+)
07.00 «Песенки с Совёнком ХопХоп». (0+)
07.05 «Три кота». (0+)
09.30 «Лунтик». (0+)
11.00 «Ум и Хрум». (0+)
12.00 «Три кота». (0+)
15.30 «Барбоскины». (0+)
17.00 О! Кино! «Большое путешествие. Вокруг света». (6+)
Медведь Мик-Мик и его компания снова отправляются в путь.
18.25 «Мультителки. Шоу». (0+)
18.30 «Три кота». (0+)
21.30 О! Кино! «Кощей. Похититель невест». (6+)
История любви сказочного злодея.
22.40 «Смешарики. Пинкод». (6+)
00.00 «Белка и Стелка. Тайны космоса». (0+)
02.00 «Бодо Бородо». (0+)
04.00 «Жужжалка». (0+)
04.05 «Три кота». (0+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Котики, вперед!» (0+)
07.30 «Чебурашка». (0+)
08.15 «Три кота». (0+)
11.30 «Чебурашка». (0+)
12.00 «Простоквашино». (0+)
14.30 «Чебурашка». (0+)
15.00 «Котики, вперед!» (0+)
16.00 «Царевны». (0+)
17.30 «Волшебная девочка кунг-фу». (6+)
18.30 «Нэйт опять опаздывает». (6+)
Дорога в школу - это приключение! По крайней мере, для лучших друзей Нэйта и Малики, с которыми каждый день происходит что-то фантастическое, захватывающее и веселое.
20.00 «Приключения Пети и Волка». (12+)
22.00 «Чемпионы». (6+)
23.00 «Чебурашка». (0+)
23.20 «Бодо Бородо». (0+)
02.00 «Монсики». (0+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Бодо Бородо», «Майло», «Царевны». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Три кота». (0+)
Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестренки Карамельки. В их большой семье жизнь никогда не стоит на месте: вместе они учатся выражать свои эмоции, поддерживать друг друга и находить выход из любой, даже непростой на первый взгляд ситуации, при помощи своей фантазии и родительского совета.
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 «Drum 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 волшебницы из Сказочного Патруля попадают в удивительный мир Зартии. Маги считают Зартию давно утерянной, а многие и вовсе склоняются к тому, что это просто легенда. Случайно оказавшись в пропавшем мире, подруги понимают, что путь домой закрыт.
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+)

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 субтитрами). (0+)
19.30 Россия - Польша: тысячелетняя дуэль. Часть 1. (16+)
20.35 Следы империи. (12+)
22.15 Русский ковчег с Яном Таксиром. (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 Таксиром. (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

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

Наши великие поэты-классики с особым трепетом и любовью относились к холодному времени года. Зима всегда была источником вдохновения, позволяющим создавать произведения, полные красоты, контрастов и философских размышлений. «Поёт зима – аукает, / Мохнатый лес баюкает / Стозвоном сосняка...» напишет С.А. Есенин в 1910 году. Давайте вместе вспомним стихотворения, посвящённые зиме.

«Мороз и солнце; день чудесный»

1 В 1829 году во время пребывания в селе Павловское Тверской губернии Александр Сергеевич Пушкин написал свои бессмертные строки:
*Мороз и солнце; день чудесный!
Ещё ты дремлешь, друг прелестный –
Пора, красавица, проснись:
Открой сомкнуты негой взоры
Навстречу северной Авроры,
Звездою севера явись!*
Красавице зиме посвящены и некоторые другие стихотворения Александра Сергеевича. Вспомните, стихотворения с каким названием не было в творчестве Пушкина?
а) «Зимнее утро».
б) «Зимний день».
в) «Зимний вечер».

2 Из какого произведения Александра Пушкина этот отрывок?
*Вот север, тучи нагоняя,
Дохнул, завыл – и вот сама
Идёт волшебница зима.
Пришла, рассыпалась;
Клоками
Повисла на суках дубов;
Легла волнистыми коврами
Среди полей, вокруг холмов;
Брега с недвижною рекою
Сравняла пухлой пеленою;
Блеснул мороз. И рады мы
Проказам матушки зимы.*
а) «Руслан и Людмила» (1817-1820 г.).
б) «Евгений Онегин» (1823-1832 г.).
в) «Метель» (1830 г.).

3 Кому из писателей принадлежат эти строки?
*Однажды, в студёную зимнюю пору
Я из лесу вышел; был сильный мороз.
Гляжу, поднимается медленно в гору
Лошадка, везущая хвосту воз...*
а) Николаю Алексеевичу Некрасову.
б) Сергею Александровичу Есенину.
в) Фёдору Ивановичу Тютчеву.

4 Белый снег, пушистый
В воздухе кружится
И на землю тихо
Падает, ложится...
«Зима» – последнее стихотворение, написанное Иваном Захаровичем Суриковым в 1880 году. Что происходит на протяжении всего стихотворения?
а) Крестьянин чинит крышу.
б) Бушует метель.
в) Природа и человек готовятся к зимней стуже.

5 Одно из самых волшебных стихотворений о зиме было написано 31 декабря 1852 года Фёдором Ивановичем Тютчевым. В нём зима представлена чародейкой (что отражено в названии стихотворения), околдовывающей всю природу вокруг.
*Чародейкою зимою
Околдован, лес стоит –
И под снежной бахромою,
Неподвижною, немою,
Чудной жизнью он блестит...*
Вспомните, чем в этом стихотворении был очарован лес?
а) Сном.
б) Солнцем.
в) Пуховой цепью.

6 В 1883 году Афанасий Афанасьевич Фет написал стихотворение «Снег да снежные узоры» в стиле пейзажной лирики, восхваляя простые зимние радости:
*Снег да снежные узоры,
В поле вьюга, разговоры,
В пять часов уж тьма.
День – коньки, снежки, салазки,
Вечер – ...*
Закончите стихотворение, выбрав из предложенных вариантов верный авторский.
а) ...по домам друзья.
б) ...сказки у огня.
в) ...бабушкины сказки.

ОТВЕТЫ

1-б. «Зимний день» («Зимнее утро» – «Мороз и солнце; день чудесный»; «Зимний вечер» – «Буря мглою небо кроет»); 2-б. «Евгений Онегин» (1823-1832 г.); 3-а. Николай Алексеевич Некрасов. 4-в. Природа и человек готовятся к зимней стуже. 5-а. Сном. 6-в. ...бабушкины сказки».

РЕН	ТНТ	ТНТ	3	ТВ-3	Че!	Че	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
									
09.00 «Минтранс». (16+)	11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)	08.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)	10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)	08.30 Новости	10.15 «ПРО ВЕРУ». (16+)				
05.00 01.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «Однажды в России». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Улётное видео. (16+)	06.00 Смешанные единоборства. Пр.тр.	06.15 «НА ДВОИХ НЕ ДЕЛИТСЯ». (16+)				
06.00 «С бодрым утром!» (16+)	11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)	08.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. Любительское настроение. (16+)	08.00 Улётное видео. Самое смешное. (16+)	08.30 Новости	10.15 «ПРО ВЕРУ». (16+)				
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)	21.00 «Конфетка». (16+)	09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)	08.35, 19.35, 22.30, 01.00 Все на Матч! Пр.тр.	Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Даниил Страхов, Вера Кинчева. Одинокая Вера живёт учёбой и заботой о брате - трудному подростку Вера старается заменить родителей, которых нет уже несколько лет. Как «подарок судьбы», в её жизнь врывается взрослый мужчина, успешный бизнесмен.				
09.00 «Минтранс». (16+)	Новый сезон музыкального шоу, где звёзды перепевают песни из интернета. Никому неизвестные авторы песен получают возможность не только рассказать о своем творчестве на большом экране, но и получить из своей песни настоящую «конфетку», которую превращают в нетленку звёзды шоу-бизнеса.	10.45 «ЗИП И ЗАП НА ОСТРОВЕ КАПИТАНА». (12+)	19.00 «+100500». (16+)	10.00, 12.50 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Пр.тр.	19.00 «ВСЕ СРЕДСТВА ХОРОШИ». (16+)				
10.00 Самая полезная программа. (16+)	13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	12.45 «БИБЛИОТЕКАРЬ: ПРОКЛЯТИЕ ЧАШИ ИУДЫ». (16+)	22.00 Офисные фениксы. (16+)	11.50, 15.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Пр.тр.	Россия, 2024 г. Мелодрама. В ролях: Анастасия Денисова, Владимир Бутенко, Никита Мучкаев. Привычная жизнь Даши «дом-работа-дом» разворачивается на 180 градусов, когда она получает видео, на котором запечатлён её муж...				
11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	23.40 «Женский стендап». (16+)	14.45 «ЛАРГО ВИНЧ: ГНЕВ ПРОШЛОГО». (16+)	22.05 «+100500». (16+)	15.55 Баскетбол. ЦСКА - «Зенит». Единая лига ВТБ. Пр.тр.	23.15 «ПО ТОНКОМУ ЛЬДУ». (16+)				
15.00 «СОВБЕЗ». (16+)	00.40 «Конфетка». (16+)	16.45 «КОЛОМБИАНА». (16+)	23.30 «НАПЕРЕГОНКИ СО ВРЕМЕНЕМ». (16+)	17.55 Гандбол. «Ростов-Дон» - «Астраханочка». Чемпионат России. Суперлига. Пр.тр.	02.50 «ПРО ВЕРУ». (16+)				
16.00 Информационная программа 112. (16+)	02.45 «Женский стендап». (16+)	19.00 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)	Гонконг, Китай, 2020 г. Детектив. В ролях: Ван Цяньюань, Дэниэл У, Джесси Ли, Мишель Вай, Да Юэй. Юго-Восточный Китай, 1990 год. Капитана полиции Чжун Чэна переводят в небольшой город Чан-пу. Там Чжун обращает внимание на закрытые посреди рабочего дня рольставни торгового центра, который, как оказывается, в данный момент грабит жестокая банда налетчиков «Орел».	20.20 Футбол. «Севилья» - «Атлетик». Чемпионат Испании. Пр.тр.					
16.55 «Документальный спецпроект». (16+)	04.20 «Однажды в России». (16+)	21.15 «СУДЬЯ ДРЕДД». (16+)	01.00 Большой кэш. (16+)	22.50 Футбол. «Вильярреал» - «Реал» (Мадрид). Пр.тр.					
18.00 «Засекреченные списки». (16+)		23.15 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)	02.30 Утилизатор. (16+)	01.55 «Майк Тайсон. Железные кулаки». (16+)					
19.00 «Добровозфире». (16+)		05.45 «Мультфильмы». (0+)	04.50 Улётное видео. (16+)	03.00 Смешанные единоборства. Пр.тр.					
19.55 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ НА ФРИЛАНСЕ». (16+)									
22.00 «ФОРСАЖ. ПОЛНЫЙ ВПЕРЕД!» (16+)									
23.40 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)									

ПОЛУЧИТЕ СВОЙ СТАБИЛЬНЫЙ ДОХОД НА ВСЮ ЖИЗНЬ СЕГОДНЯ!

• До 10 млн рублей единовременно
• До 60 000 рублей ежемесячно
• Оплачиваемые услуги ЖКХ

ПОЖИЗНЕННАЯ РЕНТА

8 (495) 211-57-71

ИП СЛЕПЧЕНКО ЕВГЕНИЙ ВЛАДИМИРОВИЧ
ОГРНИП 325265100044300 • ИНН 263512685476
ПЛАТЕЛЬЩИКОМ РЕНТЫ ЯВЛЯЮТСЯ ТРЕТЬИ ЛИЦА • РЕКЛАМА

На сайте WWW.FLOTUSICH.RU г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1. Тел.: 8 (800) 551-69-14	
ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»	
23.04.2026 – 29.04.2026 «А ПО РЕЧКЕ ШЛА ВЕСНА!» от 42 999 р. Казань – Чебоксары – Н. Новгород – Ярославль – Тутаев – Мышкин – Углич – Тверь – Москва	
30.04.2026 – 15.05.2026 «БЕЛАЯ РЕКА – ПО ВОЛГЕ ГОРОДА» от 117 999 р. Москва – Углич – Мышкин – Тутаев – Плёс – Городец – Н. Новгород – Свияжск – Елабуга (Мамыдыш) – Уфа (2 дня) – Казань – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Чкаловск – Ярославль – Калазин – Москва	
30.04.2026 – 07.05.2026 «НА РОДНЫЕ БЕРЕГА» от 31 299 р. Москва – Калазин – Тутаев – Ярославль – Городец – Чкаловск – Кострома – Рыбинск – Углич – Москва	
22.05.2026 – 28.05.2026 «ВЕСЕННИЙ ВАЛААМ» от 64 599 р. Москва – Калазин – Углич – Череповец – Горький – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург	
28.05.2026 – 09.06.2026 «ТРУБИТ АРХАНГЕЛЬСКИЙ РАССВЕТ» от 121 099 р. С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кизи – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Беломорск – Сосновец – Повенец – Москва	
10.06.2026 – 22.06.2026 «СЕВЕРНЫЕ ПИЛИГРИМЫ» от 129 299 р. Москва – Горький – Кизи – Соловки – Архангельск – Сосновец – Повенец – Свирьстрой – Лодейное Поле – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург	
02.08.2026 – 17.08.2026 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» от 153 399 р. С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кизи – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец (г. Воттоваара) – Петрозаводск – Москва	
14.08.2026 – 21.08.2026 «АСТРАХАНСКИЕ ПРОСТОРЫ» от 80 199 р. Москва – Кострома – Городец – Н. Новгород – Казань – Тольятти – Самара – Саратов – Астрахань – Никольское – Волгоград – Винновка – Тетюши – Болгар – Чебоксары – Ярославль – Москва	
СО СКИДКОЙ ДО 19%, ТЕЛ.: 8 (800) 551-69-14 Действительно при наличии мест. Реклама	

ЗАБУДЬ ПРО ЗАПОРЫ!

Запор – мучительный недуг, нарушение в работе кишечника, которое приводит к отравлению всего организма своими же токсинами и ядами. Эта проблема ухудшает состояние всего организма (иммунитет, нервная система, сердечно-сосудистая система и т. д.), становится причиной стресса и заметно сказывается на качестве жизни – в разы снижается работоспособность. Длительные запоры приводят к развитию геморроя, трещины прямой кишки и другим опасным осложнениям. Люди старше 60 лет испытывают запор в 5 раз чаще.

Гастро комплекс поможет отрегулировать процесс пищеварения. Средство помогает мягкому выведению содержимого кишечника без дискомфорта. Каловые массы размягчаются и опорожнение кишечника проходит безболезненно. Способствует восстановлению нормальной работы желудочно-кишечного тракта, убирая тяжесть, вздутие, спазмы. Активно регулирует основные пищеварительные функции желудка и кишечника. Обладает антиоксидантной активностью и помогает улучшить общее самочувствие.

скидка -25% до 31.01.2026

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СЛУШИМИ
СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: **8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66**
Звонок по России бесплатный г. Москва

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

РЕКЛАМА

ПОМОГИТЕ СПАСТИ ЧЕЛОВЕКА!



САВИНОВА НАДЕЖДА, 45 лет, мать троих детей, проживает в маленьком городке Ивановской области, рак легких 4 степени, метастазы в голову и легкие.

Проходит лечение в онкоцентре в Москве, но требуются деньги на оплату хостела и дорогих анализов. В больнице по квоте сейчас нет мест для размещения. Семья живет очень небогато.



СБЕР БАНК
2202 2056 2071 2122

БУДЕМ РАДЫ ЛЮБОЙ ПОМОЩИ!



КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ	TV1000 VIJU TV1000	TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ	TV1000 VIJU TV1000 АКЦИОН
06.15 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (16+)	05.30 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)	05.30 «Смешарики». «Пинкод», «Простоквашино», «Три кота», «Царевны». Мультсериалы. (6+)	05.25 «БЕЗ КОМПРОМИССОВ». (16+)
07.55 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)	07.40 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)	07.15 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)	07.15 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
09.45 «СЕРЕЖА». (16+)	09.45 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)	09.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 2». (16+)	09.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 2». (16+)
11.10 «БЕЗ СТРАХА И УПРЕКА». (16+)	11.50, 13.05, 13.55, 14.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)	10.00, 10.50, 11.45, 12.35 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)	10.40 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 3». (16+)
12.40 «ЧАРОДЕИ». (12+)	15.55 «АЛЕКСАНДР». (16+)	13.25 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)	12.55 «НЕУДЕРЖИМЫЕ 4». (16+)
15.25 «ПО УЛИЦАМ КОМОД ВОДИЛИ». (6+)	19.00 «ВЫЖИВШИЙ». (16+)	15.20 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)	14.35 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (16+)
16.40 «ЖИВИТЕ В РАДОСТИ». (16+)	Триллер, США, Гонконг, Тайвань, 2015 г.	17.00 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)	17.00 «УБЕЖИЩЕ». (16+)
18.00 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (16+)	21.50 «БУДИКА: КОРОЛЕВА ВОИНОВ». (16+)	18.40 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)	19.00 «ДОЧЬ БОЛОТНОГО ЦАРЯ». (16+)
19.35 «ДЕВЧАТА». (16+)	Исторический боевик, Великобритания, 2023 г.	20.30 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (16+)	20.50 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
21.20 Золотые Легенды Мосфильма: Сергей Мигицко. (16+)	23.40 «НА КРАЮ ЗЕМЛИ». (16+)	00.55 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)	Триллер, США, 2013 г.
21.45 «ИНКОГНИТО ИЗ ПЕТЕРБУРГА». (16+)	Боевик, Великобритания, Австралия, Новая Зеландия, 2023 г.	02.30 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)	22.25 «БУНКЕР». (16+)
23.20 «МЁРТВЫЕ ДУШИ». (16+)	01.50 «МОЙ СОЗДАТЕЛЬ». (16+)	04.20 «Бременские музыканты». «По следам бременских музыкантов», «Сказка о рыбаке и рыбке». Мультфильмы. (6+)	Детективный триллер, Испания, 2011 г.
06.00 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (16+)	03.35 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)		00.05 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	ДОМ КИНО
00.20 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)	07.35 «КЛЯТВА». (16+)	00.40 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)	06.15 «Белка и Стрелка. Карибская тайна». Мультфильм. (6+)
02.25 «КИНОЗВЕЗДА В ПОГОНАХ». (16+)	09.55 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)	02.50 «КТО ТВОЯ БАБУШКА, ЧУВАК?». (12+)	07.35 «Белка и Стрелка. Звёздные собаки». Мультфильм. (6+)
03.55 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)	11.30 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)	04.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)	09.20 «Снежная королева: Зазеркалье». Мультфильм. (6+)
05.45 «КТО УБИЛ ВЛАСКБЕРГ». (16+)	13.15 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)	06.20 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)	11.00 Союзмультфильм представляет: «Ну, погоди!» (6+)
07.35 «ИСКАТЕЛЬ ВОДЫ». (16+)	14.55 «КОРОЛЁВ». (16+)	08.10 «СЕРДЦЕЕДИ». (18+)	13.00 «ЗОЛУШКА». (12+)
09.20 «УЛЁТНЫЕ КАНИКУЛЫ». (16+)	17.05 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+)	10.25 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». (18+)	14.35 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (16+)
10.55 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)	19.15 «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)	12.20 «ЖЕНИХ НАПРОКАТ». (16+)	16.30 «КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (12+)
12.50 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)	21.00 «ЭКИПАЖ». (16+)	13.50 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)	17.55 «ЧАРОДЕИ». (12+)
14.50 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)	Драма, триллер, приключения, Россия, 2016 г.	15.45 «СОКРОВИЩА ГНОМОВ». (6+)	21.00 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (16+)
16.20 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)	23.35 «СИНДРОМ». (16+)	17.35 «ПУЛЕНПРОБИВАЕМОСТЬ». (16+)	23.00 «БЕДНАЯ САША». (16+)
17.45 «РОБОПЁС». (12+)	01.00 «МОИ ВЧЕРАШНИЙ ДЕНЬ». (16+)	19.30 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)	00.55 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
19.00 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)	02.40 «НА МОРЕ». (16+)	21.35 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)	02.25 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (16+)
20.30 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ». (16+)	04.20 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)	23.20 «ЖЕНИХ». (16+)	
22.05 «ПОСТУПЬ ХАОСА». (16+)	05.40 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)		
23.55 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)			

РУССКИЙ РОМАН	CINEMA	РОДНОЕ КИНО	Ретро
07.00 «СИЛА ВЕРЫ». (16+)	06.10 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (18+)	00.20 «ЗОЛОТО ПАРТИИ». (16+)	07.00 «ГОДЕН К НЕСТРОВОЙ». (16+)
2013 г. В ролях: Марина Денисова, Никита Салопин, Галина Петрова	07.50 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (18+)	02.00 «РУССКИЙ БИЗНЕС». (16+)	08.15 «ДВЕ ВЕРСИИ ОДНОГО СТОЛКНОВЕНИЯ». (16+)
10.30 «ДВА ПЛЮС ДВА». (16+)	09.30 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (18+)	03.15 «КАПИТАН». (16+)	10.00, 22.05 «СЕМЕЙНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
2015 г. В ролях: Мария Куликова, Олег Штефанко	11.30 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-4». (18+)	04.45 «ВОЛКОДАВ». (16+)	11.35, 23.40 «БУДИН УГОЛОВНО-РОЗЫСКО». (16+)
13.55 «САМОЗВАНКА». (16+)	13.10 «АНГСТЕР, КОПИ ДЬЯВОЛ». (18+)	06.40 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА...». (16+)	13.05 «ЖЕНСКИЕ РАДОСТИ И ПЕЧАЛИ». (16+)
2012 г. В ролях: Светлана Антонова, Никита Зверев, Станислав Бондаренко	15.05 «ЗАКОНПОСЛУШНЫЙ ГРАЖДАНИН». (18+)	08.40 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)	14.40 «СИЛЬНЕЕ УРАГАНА». (16+)
17.15 «РАЙСКИЙ УГОЛОК». (16+)	16.55 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)	10.30, 11.40, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	16.10, 01.05 «ДОЧЬ СТРАТИОНА». (16+)
2016 г. В ролях: Таисия Вилкова, Елена Валюшкина, Екатерина Молоховская, Вера Шпак, Юлия Польнская, Елена Осипова	18.25 «ВЕСЕЛЫЕ» КАНИКУЛЫ». (18+)	Сериал. Боевик, детектив, криминал, приключения, Россия, 1998 г.	17.30, 02.15 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (16+)
00.50 «ТЕНИ ПРОШЛОГО». (16+)	20.00 «РЕВОЛЬВЕР». (18+)	19.00 «ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО». (16+)	19.00, 04.05 «СРЕДИ ТЫСЯЧИ ДОРОГ». (0+)
04.00 «ВОПРОКИ СУДЬБЕ». (16+)	22.00 «ЛОВКИЕ РУКИ». (18+)	Драма, Россия, 1995 г.	20.30, 05.25 «ВТОРЖЕНИЕ». (16+)
05.25 «РОМАН С ПРОШЛЫМ». (16+)	23.35 «ДРАЙВ». (18+)	20.55 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ». (16+)	03.40 «Пёс и кот». Мультфильм. (16+)
	01.15 «ДОРОГА ЧЕСТИ». (18+)	Комедия, Россия, 1994 г.	03.55 «Юля-капризуля». Мультфильм. (6+)
	02.40 «ТАКСИ». (16+)	22.25 «ИГРУШКА». (16+)	
	04.05 «ТАКСИ-2». (16+)	Комедия, Франция, 1976 г.	
	05.25 «ТАКСИ-3». (16+)		

СУББОТА!	ФЕНИКС ПЛЮС КИНО	СТС LOVE	ТВ 21
05.00, 06.35, 12.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)	08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)	06.00 6 кадров. (16+)	07.00 «ЖАННА Д'АРК». (16+)
06.10 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)	Сериал. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Светлана Смирнова-Марцинкевич, Андрей Фролов, Родион Галюченко, Евгения Туркова, Роман Индык	10.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)	09.50 «МАЖОРЫ НА МЕЛИ». (16+)
12.10 «Маша и Медведь: Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)	12.00, 20.00, 04.00 «ТРИГГЕР». (18+)	Доктору Васнецову приходится провести сеанс психотерапии с директором школы, где учатся его дочери. Лучшие бы он этого не делал: теперь ему известны секреты всех учителей...	11.35 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
18.00 «Свинка Пеппа». Мультсериал. (0+)	Сериал. Драма, Россия, 2018 г.	22.30 Сердца за любовь. (16+)	13.25 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
21.00 Богиня свиданий. (16+)	13.00, 21.00, 05.00 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (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.	15.10 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
22.20 Богиня сыска. (16+)	14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)	01.20 Ясновидящая. (16+)	17.15 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
23.40, 00.10 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)	15.00, 23.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)	03.35 6 кадров. (16+)	19.00 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)
00.40, 01.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)	00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЛАБИРИНТ ИЛЛЮЗИЙ». (16+)		20.40 «ТЕРМИНАТОР 2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (18+)
02.20, 03.10 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)			США, Франция, 1991 г.
03.50 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)	07.00 «ПАЛАЧ». (18+)		23.10 «КУПИ МЕНЯ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР	ПОБЕДА	ПЯТНИЦА	Ю
05.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВАСИЛИЯ БОРТНИКОВА». (16+)	04.50 «КЛАССИК». (16+)	05.00 Секреты на кухне. Макаронны. (16+)	05.00 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
05.05, 06.10, 07.40 Мультфильмы. (12+)	06.35 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (16+)	06.00 Пятница News. (16+)	06.45 Супермама. (16+)
05.45 Всё, как у людей. (6+)	08.10 «БЛИЗНЕЦ». (16+)	06.40 Умнее всех. (12+)	08.40 Мама в 16. (16+)
07.15 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (16+)	12.00 «ПУЛЯ». (16+)	08.00 Запретная Индия. Кера-ла. (16+)	10.15 Чадо из ада. (12+)
08.15 Игра в кино. Мультфильмы. (16+)	Командир отряда спецназа ГРУ, майор Кирилл Романов, получает таинственное сообщение от виновника смерти его матери. В письме сообщается, что автор не причастен к её кончине.	09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50 «КОМИССАР РЕКС». Сезон 8. Сериал. Австрия, Германия, 2001 г.	13.15 Маленький сынок. (16+)
09.00, 10.10 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (16+)	21.00 «СУМРАК». (16+)	Сезон 9. Серия 1. Покушение на Рекса. (18+)	16.20 Мама в 16. (16+)
Военный, СССР, 1974 г.	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 столкнуться с тем, что он вернулся свою жизнь в привычную колею.	Сериал. Австрия, Германия, 2002 г.	19.30 Беременна по обману. (16+)
10.00, 13.00 Новости	12.45, 13.15 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (16+)	21.50 «КОМИССАР РЕКС». Сезон 9. Серия 1. Покушение на Рекса. (18+)	21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
12.45, 13.15 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (16+)	16.35, 19.00 «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА». (16+)	23.00 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (16+)	Признания и скандалы, ревность и интриги. На что только не идут ребята, чтобы обрести долгожданное счастье с любимым человеком. 14 новых участников пришли в периметр, чтобы найти любовь и стать родителями. Чувства и эмоции участников раскрываются с новой силой на ваших глазах.
16.35, 19.00 «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА». (16+)	Драма, военный, СССР, Чехословакия, 1981 г.	01.10 Как люди живут. Исландия. (16+)	00.05 Измены (субтитры). (18+)
18.00 Вместе. Еженедельный тележурнал. (16+)	20.50 «ЛАДОГА». (16+)	02.20 Пятница News. (16+)	Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну.
20.50 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (16+)	01.00 Наше кино. История большой любви. (16+)	02.50 На ножках. Москва. Ритмика. (16+)	01.45 Моя свекровь - монстр. (16+)
04.00 «ДЕВУШКА СПЕШИТ НА СВИДАНИЕ». (16+)	Комедия, СССР, 1936 г.	03.40 На ножках. Новороссийск. Karabas-Barabas. (16+)	
		04.30 Пятница News. (16+)	

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ	VIJU HISTORY	ИСТОРИЯ
00.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)	06.15 Крепость Трапезица, Велико-Тырново, Болгария. (12+)	06.00, 14.25, 22.50 Железная воля. Наследие Гюстава Эйфеля. (12+)
00.50, 09.15, 17.00 Забытые войны России. (12+)	06.40, 07.20, 08.05, 08.50, 09.35 Загадки планеты Земля. (16+)	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.
01.45, 06.05, 10.10, 13.50, 17.55 Легенды науки. (12+)	10.20, 11.10, 12.00, 12.50, 13.40, 14.30 Территория тамплиеров. (16+)	06.55, 15.20, 23.50 Весёлые ребята. Дунаевские. (12+)
02.15, 06.40, 18.30 Народный фронт Победы. (12+)	15.20, 16.10 Эдвардианская Британия в цвете. (16+)	07.45, 16.10, 00.40 Досье Тутанхамона. (12+)
02.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)	17.00, 17.50 Динозавры вместе со Стивеном Фраем. (12+)	08.40, 17.05, 01.30 Под кодовым именем «Анита». (12+)
03.15 Семь дней истории. (12+)	Знаменитый актёр и телеведущий Стивен Фрай проведёт вас через всю историю существования динозавров. Вместе мы исследуем эволюцию, поведение и причины вымирания этих гигантов.	09.15, 17.45 Версаль - цена величия. (12+)
03.20 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)	18.40 Неандерталец: первый художник. (12+)	10.10, 18.35, 02.10 Марина Влади. Моя правда. (16+)
04.25, 05.15 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)	19.35, 20.30 Последние секреты человечества. (16+)	10.50, 11.40, 19.25, 20.10, 02.50, 03.30 Моцарт. (12+)
07.10 Сквозь времена. (12+)	21.25 Самые отчаянные операции Второй мировой: Как украсть радар Гитлера. (16+)	12.25, 20.55, 04.15 Мария-Антуанетта: Гильотина для королевы. (16+)
07.45 Боги войны. (16+)	22.20 Самые отчаянные операции Второй мировой: Первая миссия Легкой роты. (16+)	
08.20 Боги Египта. (16+)	23.10, 00.00, 00.55, 01.40 Самые отчаянные операции Второй мировой. (16+)	
10.45, 22.20 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)	02.30, 03.15, 04.00, 04.45 Территория тамплиеров. (16+)	
11.05 Донбасс. Истерзанное сердце России. (16+)	05.35 Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)	
12.10 Это подкаст. История: Российская бюрократия и «полицейский социализм» рубежа XIX-XX веков. (12+)		
13.10 Карим Какимов. (12+)		
14.25, 21.35 Историограф. (12+)		
15.15, 19.00, 22.40 Пётр I Великий. (12+)		
16.05 Революция LIVE: #неумереннаяопозиция. (12+)		
20.00 «ЕКАТЕРИНА ВЕЛИКАЯ». (12+)		
20.50 Ледоколы войны: Ледокол «Ермак». Первый в мире. (12+)		

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
06.00, 06.25, 08.40, 09.40, 18.00, 20.05, 00.00, 00.50, 03.00 Дачные радости. (12+)	06.00, 07.10, 08.35, 10.10, 10.40, 12.15, 13.50, 15.20, 22.25, 23.35, 01.15, 02.35 Игра по-крупному! (16+)	05.00, 10.00 Йога. Женские практики. (12+)
06.50, 12.00, 16.00, 19.00, 19.15 Огород Блокноты-Мечтальники. (12+)	06.30, 07.35, 09.05, 11.10, 12.50, 14.20, 16.00, 22.55, 00.10, 01.45 Лесной домашний зверь. (12+)	05.30, 10.30 Экспресс-фитнес. (12+)
07.15, 07.30, 13.55, 14.10, 21.30, 21.45 Цветик-семицветик. (12+)	06.55, 08.10, 08.25, 09.40, 09.55, 11.40, 12.00, 13.20, 13.35, 14.50, 15.05, 18.20, 18.35, 19.50, 20.10, 21.55, 22.10, 23.20, 00.35, 00.50, 01.05, 02.10, 02.20, 03.35 Делай, как Я. (16+)	05.45, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)
07.45, 01.15 Ландшафтные эксперименты. (12+)	Каждый выпуск - это зарисовка типичного дня из жизни любителя активного отдыха на природе, в которой раскрываются как характер героя, так и привычные для него способы и приёмы рыбалки, охоты и т. д.	06.00 Проснись со Стасом. (12+)
08.10, 02.05 Муж на час. (12+)	08.00, 11.55, 15.55, 20.05, 00.05, 03.00 О главном! - еженедельная новостная программа. (16+)	06.30, 09.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
09.05, 09.25 Зеленые квадраты. Спецвыпуск. (12+)	16.30, 17.30, 20.30, 21.20 Большая заруба. (16+)	07.00 YogaUtro. (12+)
10.10, 10.25, 17.30, 17.45, 00.25, 00.35, 03.50, 04.05 Дачная кухня. (12+)	Развлекательно-познавательная программа, основная идея которой проста и понятна - это соревнование, состязание, спор, пари, рыболовная битва между двумя ведущими.	07.30 «Утренний заряд» с Димой Брагинным. (12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Трансляция из Белоруссии. (6+)

07.10 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Трансляция из Белоруссии. (6+)

08.25 Сюрплас. (12+)

08.50, 05.30 «География спорта. Уват». (12+)

09.15 Страна смотрит спорт. (12+)

09.45 Автоспорт. Гонка чемпионов. Прямая трансляция из Тольятти

14.25 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. (6+)

16.00 «Время чемпионов». Специальный репортаж. (12+)

16.20, 18.50 Новости. (0+)

16.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Локомотив» (Калининградская область). Прямая трансляция

18.25 «Лучшая лига мира». (12+)

18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Заречье-Одинцово» (Московская область) - «Ленинградка» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция

20.55, 03.05 «Спорт, который есть. Воздушная гимнастика». (12+)

21.10 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Женщины. Трансляция из Белоруссии. (6+)

22.10 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Мужчины. Трансляция из Белоруссии. (6+)

23.05 Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Женщины 10 км. Трансляция из Сыктывкара. (6+)

00.50 Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Мужчины 15 км. Трансляция из Сыктывкара. (6+)

02.50 «Страна спортивная». (12+)

03.25 Автоспорт. Гонка чемпионов. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

06.30, 08.40 PRO-новости. (16+)

06.50, 17.30 Плейлист | Зима. (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. Лучшее. (16+)

12.30 10 самых с Оксаной Самойловой. (16+)

13.00 Топ-30. Народный хит. (16+)

15.30 Хит-Сториз. Ольга Бузова - «Привыкаю». (16+)

16.00 Серийный... фанат. Зачем stalkеры преследуют звёзд? (16+)

17.00 Лига свежих клипов. (16+)

18.30 Музыкальная ежегодная премия Жара Music Awards-2024. (16+)

19.45 Народное диско. (16+)

20.40, 23.30 Танцпол. (16+)

22.30 Dance чарт. (16+)

01.00 Наше. (16+)

02.00 Караоке хит. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00 «Жила-была Царевна». (0+)

08.00, 11.30, 13.10, 16.00, 20.10 «Маша и Медведь». (0+)

«Маша и Медведь» - мультсериал о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя. Взаимоотношения героев сериала отражают отношения ребенка, познающего мир, и взрослого, пытающегося помочь ему в этом нелегком деле.

11.00 «Умка». (0+)

12.00 «Маша и компания». (0+)

19.00 МУЛПремьера! «Горошек и компания». (0+)

22.00, 02.00 «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. Между главными героями вспыхивают разного рода конфликты: от борьбы за внимание очаровательной косули Ули до соперничества за приз в велогонках.



ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 14.00, 22.00 «Алеша Попович и Тугарин Змей». (12+)

07.20, 15.20, 23.20 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (12+)

08.30, 16.30, 00.30 «Илья Муромец и Соловей-разбойник». (12+)

09.50, 17.50, 01.50 «Крепость: Щитом и мечом». (12+)

1609 год. Идет война. Польско-литовские войска взяли в осаду Смоленск, но русский гарнизон во главе с воеводой Михаилом Шеиным готов держать оборону до конца. Смоленск - главная крепость на пути захватчиков к Москве, и его нельзя сдавать без боя. Об этом знают даже дети.

11.10, 19.10, 03.10 «Урфин Джюс и его деревянные солдаты». (12+)

12.40, 20.40, 04.40 «Край Бебис Мэджик Тирс». (0+)

13.25, 21.25, 05.25 «Тоботы. Детективы Галактики. Тайна Свэга». (6+)

О!

05.00 «Три кота». (0+)

11.00 «Открытия». (0+)

11.15 «Мастер Витя и Мотор». (0+)

Любое дело - это приключение!

12.30 «Три кота». (0+)

15.00 О! Кино! «Три богатыря и конь на троне». (6+)

Баба Яга вырастила в своем лесу магический обмен-цветок - столкнувшись с ним, Князь и его конь Юлий неожиданно меняются телами. Теперь Юлий отправляется во дворец и тут же начинает обдумывать, какие реформы пора провести в Киеве.

16.25 «Три кота». (0+)

21.30 О! Кино! «Фиксики против кработоров». (0+)

Профессор Чудаков внезапно сталкивается в своей собственной лаборатории, где находится секретная шкатулка фиксиков, со своей давней соперницей-коллегой Эрикой. Похоже, тайна маленьких человечков под угрозой!

22.50 «Царевны». (0+)

00.00 «Смешарики. Пинкбол». (6+)

03.00 «Бодо Бородо». (0+)



МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Котики, вперед!». (0+)

08.30 «Чебурашка». (0+)

09.10 «Три кота». (0+)

В маленьком уютном домике живёт кошачья семья - мама, папа и три котёнка. Мама-кошка работает дизайнером детской одежды и любит подшучивать над окружающими. Папа-кот - работник кондитерской фабрики, немного рассеянный, но очень добрый. Старший котёнок Компот умный и рассудительный, средний - Коржик - весельчак, а младшая Карамелька самая сообразительная. Коржик, Карамелька и Компот очень любознательные котят и каждый день учатся чему-то новому.

15.00 «Чебурашка». (0+)

16.00 «Три кота». (0+)

00.00 «Бодо Бородо». (0+)

02.00 «Монсики». (0+)

03.45 «Простоквашино». (0+)

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+)

Семья овечек открывает уютный отель в своём особняке. В каждой серии Белла и ее брат Беня знакомятся с новыми посетителями гостиницы и помогают родителям с делами.

12.00 «Парк Турум-Бурум». (0+)

12.15 «Команда Флоры. Экопатруль». (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.

Домашний кот Макс сбежал из дома в лес. И, скорее всего, он бы не выжил в дикой природе, если бы не бобр по имени Боб, который протянул ему лапу помощи. Так завязалась странная, но крепкая дружба. Однажды Макс и Боб стали свидетелями приземления инопланетного корабля. Пришельцы ментально освоились на чужой планете и даже стали охотиться на лесных обитателей! Теперь друзья должны спасти родной лес от непрошеных гостей.

21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

21.15 «Геройчики». (0+)

22.30 «Метал Кард Бот». (6+)

23.00 «Ну, погоди!» (0+)

01.35 «Монсики». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 Валаам. (0+)

Еще десяток лет назад на Валааме царила полная разруха - наследие советских времен. Сегодня монастырь не узнать. Некогда разрушенные скиты отреставрированы, храмы отреставрированы, а центральный Спасо-Преображенский собор сияет ярким цветком под серым северным 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 Михалкова. (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 Клопского, Новгородского. Прп. Феодосия Антиохийского. Прп. Пахомия Кенского. Сщмчч. Николая, Феодора и Владимира пресвитеров. Св. Владимира испл., пресвитера. Елецкой иконы Божией Матери.

Поста нет.

« Ты усыновлен Богу Таинством святого Крещения, ты вступил в теснейшее единение с Богом Таинством святого Причащения; поддерживай усыновление, поддерживай единение».

Свт. Игнатий Брянчанинов

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 воспрепятствии 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, Татиана.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

19 ЯНВАРЯ ■ Крещение Господне
20 ЯНВАРЯ ■ День делопроизводственной службы МВД РФ ■ 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 Емеляна 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 было 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.



Газета «ТЕЛЕК пресса.ру».
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 - 77734 от 29.01.2020 г.
Издается с февраля 2012 года



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 ДАНДИКИНА 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

№ 3 (728). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 13.01.2026 г., фактическое: 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 704 640. Отпечатано в типографии АО «Лайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 97. Выходит во всех областях ЦФО. Общий тираж 817 940. Сайт газеты telek.kardos.media
Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объем 5 п.л. Розничная цена свободная.
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Копирование без указания источника запрещено. Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Телепрограмма предоставлена компанией АО «СЕРВИС-ТВ».

ПЕРВЫЙ



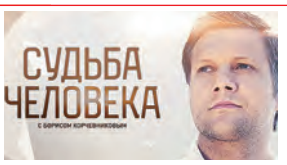
06.55 «Часовой». (12+)

- 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» с Дмитрием Крыловым. (12+)
09.30 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь других». (12+)
11.05 «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Будем жить!» (16+)
13.10 «Больше, чем поэт». Ко дню рождения Владимира Высоцкого. (16+)
15.30 «ВЫСОЦКИЙ: СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)
Россия, 2011. Драма. В ролях: Владимир Высоцкий, Сергей Безруков.
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 Премьера. «Доктор Шлягер». Концерт к 80-летию со дня рождения Вячеслава Добрынина. (12+)
21.00 «Время»
23.00 Премьера. «Своя колея». (16+)
00.40 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «ЛЮБОВЬ С ОРУЖИЕМ».** (16+)
08.05 «ПИЛИГРИМ-4». (16+)
09.00 Фирменный рецепт. (12+)
09.30 «ПИЛИГРИМ-4». (16+)
В Контору на номер подразделения 0-18 поступает информация о срочном сообщении от информатора. По адресу выезжают два агента и попадают в засаду. Новый начальник Конторы уверен, что ловушку устроил Пилигрим. Техники вычисляют по голосу, что вызов поступил именно от него.
15.40 «НАШ СПЕЦНАЗ-4». (16+)
22.05 «СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ». (12+)
01.35 «ЛЮБОВЬ С ОРУЖИЕМ». (16+)

РОССИЯ 1



13.00 «Судьба человека» с Корчевниковым. (12+)

- 05.20 «ДЕВУШКА В ПРИЛИЧНУЮ СЕМЬЮ».** (16+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым
09.25 «Утренняя почта» с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
В их репортажах - фронтовая жизнь, судьбы и события, которые непременно войдут в историю. Каждый выпуск программы - это новый документальный фильм от первого лица, это точные интонации, авторский взгляд, честные кадры.
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+)

ЗВЕЗДА

- 05.55 «ДОРОГАЯ».** (16+)
07.25 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
09.00 «Новости недели». (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
10.40 «Легенды армии». (12+)
11.30 «Легенды госбезопасности». (16+)
12.20 «Война миров». (16+)
13.10 «Код доступа». (12+)
14.00 «Улика из прошлого». (16+)
14.50 «Скрытые угрозы». (16+)
15.40 «Секретные материалы»
16.30 «Загадки века». (12+)
17.20 «Спецрепортаж». (16+)
18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
19.40 «Легенды советского сыска». (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.55 «Освобождение Европы. О чем не помнит мир спасенный...» (16+)
00.35 «ЗАХВАТ». (16+)

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+)
Россия, 2018 г. Детектив. В ролях: П. Кузьминская, А. Демидов. Мария и Андрей Быстровы - следователи Следственного комитета.
«КАИНОВА ПЕЧАТЬ». (12+)
00.00 События
00.15 «КАИНОВА ПЕЧАТЬ». (12+)
01.05 «ЛИШНИЙ». (12+)
04.10 «Актёрские драмы. Дети на стороне». (16+)
04.50 «Виктор Проскурин. Бей первым!» (16+)
05.30 Московская неделя. (12+)

ОТР

- 06.00 «НЕЗНАКОМЦЫ В ПОЕЗДЕ».** (16+)
07.45 «От прав к возможным». (12+)
08.00 Пётрый мир. (12+)
09.00 16.00 «Календарь». (12+)
09.30 Все по-взрослому
10.30 «На приеме у главного врача». (12+)
11.25 «ИГРУШКА». (12+)
13.05 «КИНО. КОРОТКИЙ МЕТР». (16+)
13.35 «Конструкторы будущего». (12+)
14.05 «Большая страна». (12+)
15.05 «Моя история». (16+)
16.30 «Свет и тени». (16+)
17.10 «КАТАЛА». (16+)
18.30 «Острова в океане». (12+)
19.15 «Клуб главных редакторов». (16+)
20.15 «МАЛЬЧИК И ДЕВОЧКА». (12+)
21.25 «БЛАГОДЕТЕЛЬ». (16+)
23.40 «Илья Эренбург». (12+)

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+)
Имбирь: действительно ли он - важнейший суперфуд, который защищает от простудных вирусов и других заболеваний, кому врачи запрещают добавлять его в еду.
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 с Владимиром Чернышевым»
20.20 «КРОВЬ ЗА КРОВЬ». (16+)
Россия, 2025 г. Боевик. В ролях: Максим Щёголев, Константин Тополага.
00.20 Звезды сошлись. (16+)
01.55 «Основано на реальных событиях». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 07.00 07.45 08.00 08.45 09.00 09.45 10.00 10.20 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 21.20 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 «Новости». (16+)
06.35 16.30 «Куки-внуки». (12+)
11.15 17.15 «Сити». (12+)
12.30 22.30 «Спецпроект. Наука». (12+)
13.35 «Проверка». (12+)
14.30 20.30 «Сделано в Москве». (12+)
15.10 21.25 «Москва сегодня». (16+)
15.40 «Хроники московского метро. 90 лет». (12+)
18.30 01.30 «Откройте, Давид». (12+)
19.35 02.35 «Шоу проверка». (12+)
23.35 00.35 «Спецреп». (12+)

РОССИЯ К



14.20 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным

- 06.30 Мультфильмы
07.40 «СЕМЬЯ ЗАЦЕПНЫХ»
09.55 Тайны старого чердака
10.25 «Курсовая работа»
11.10 «СЫН»
12.40 Дом учёных
13.10 Неизвестные 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»
При рождении ему дали имя Александр. Народ назвал его «Невским», а в историю он вошел как «заступник земли Русской».
19.30 Новости культуры
19.45 Новости культуры с Владиславом Флярковским
20.25 «ВЕРТИКАЛЬ»
21.40 Пласидо Доминго. Гала-концерт «Весна. Любовь. Опера». Историческая сцена Большого театра России. 2021 год
23.55 «ПЕРЕХОДИМ К ЛЮБВИ»
02.05 «Искатели»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 00.20 «Будни». (16+)
06.00 «Суперферма 360». (12+)
06.30 «Всё просто!» (12+)
07.00 «ИнДизайн». (12+)
07.30 «Сделано в России». (12+)
09.00 «Внимание, еда!» (12+)
10.10 «Семейный маршрут». (12+)
11.10 «Гостеприимство». (12+)
12.00 «Новости 360». (16+)
12.30 «Зима в Подмоскovie». (12+)
12.55 13.25 «За МКАДром». (12+)
14.00 19.40 «СССР. Знак качества». (12+)
14.40 «Персона грата». (16+)
16.05 01.20 «Это Китай!» (16+)
18.00 «Главное за неделю». (16+)
19.00 «Интервью 360». (16+)
21.05 «Невероятная наука». (16+)
22.40 23.30 «В мире еды». (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! «Косопалый 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 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «МАКС СТИЛ». (16+)
17.10 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (16+)
19.05 «МОДИФИКАТЫ». (16+)
21.00 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «МЕГАН. К ВАШИМ УСЛУГАМ». (16+)
США - Болгария, 2024 г. Научно-фантастический триллер. В ролях: Меган Фокс, Микеле Морроне, Мадлен Зима.
Пока Мэгги находится в больнице и ожидает операцию по пересадке сердца, её муж Ник работает и заботится о детях. Однажды помощницей по хозяйству в доме Ника становится высокотехнологичный робот Меган.
22.55 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ДИТЯ РОБОТА». (16+)
00.50 «МАРМЕЛАД». (18+)
02.25 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
03.50 «ПАПАШИ». (16+)
05.15 «Отель «У овечек». (0+)
05.05 08.05 12.50 01.00 01.55 «Новости дня». (16+)
05.15 Энциклопедия. (16+)
06.10 02.45 «Москва на все времена». (16+)
06.35 «Юмор на все времена». (16+)
07.20 01.10 «Тайны кино». (16+)
08.20 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ КАПИТАНА ВРУНГЕЛЯ». (16+)
09.40 «МЕЧЕННЫЙ АТОМ». (16+)
11.20 «РАЗОРВАННЫЙ КРУГ». (16+)
13.00 «БОМБА». (16+)
16.55 «СВОЙ». (16+)
18.25 «ТЕНИ ИСЧЕЗАЮТ В ПОЛДЕНЬ». (16+)
21.55 23.30 «ПЕРЕСТУПИТЬ ЧЕРТУ». (16+)
02.10 Улицы московские

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
 09.25 «Знаете ли вы, что?» (16+)	 23.20 «Шоу Воли». (16+)	 09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	 10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)	 20.15 Футбол.	 02.55 «6 кадров». (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+)	07.00 «Однажды в России». (16+) 10.40 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+) 18.30 «Выжить в Стамбуле». (16+) Пятый сезон экстремального реалити TNT, где комфорт сталкивается с выживанием. За приз в 10 миллионов рублей сражаются две команды: звёзды шоу-бизнеса и обычные люди, впервые оказавшиеся за границей. Еженедельные испытания на силу, ловкость и интеллект решают всё: победителей ждёт роскошная вилла, проигравших - лагерь в турецкой глуши. По итогам испытаний один участник покидает проект. 21.00 «Титаны». (16+) 23.20 «Шоу Воли». (16+) 00.20 «Женский стендап». (16+) 05.00 «Утро TNT»-2026. (16+) 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)	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. Германия. 1920 год. 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 сильнейший ураган, способный уничтожить Нью-Йорк. 23.00 «ЛУКАВЫЙ». (18+) 01.15 Знаки судьбы. (16+) 05.45 «Мультфильмы». (0+)	06.20 Улётное видео. (16+) 08.40 Улетные животные. (16+) 10.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+) Россия, 2011 г. Лирическая комедия. В ролях: Александр Якин, Наталья Земцова, Мария Аронова. Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов, но зато воду пили из-под крана, в Москве не было пробок, а ключи от квартиры спокойно оставляли под ковриком. 19.00 «+100500». (16+) 01.20 Большой кэш. (16+) Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. 02.50 Утилизатор. (16+) 04.45 «СОЛДАТЫ-4». (16+)	06.00 Смешанные единоборства. UFC. Пр.тр. 08.00, 03.55 Новости 08.05, 17.25, 22.00, 00.45 Все на Матч! Пр.тр. 09.30 «Чемпионы». (6+) 09.55 География спорта. (12+) 10.25 Лыжная страна 10.55 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Пр.тр. 13.35 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Пр.тр. 14.55 Биатлон с Дмитрием Губерниевым 15.25 Баскетбол. «Локомотив-Кубань» - «Самара». Единая лига ВТБ. Пр.тр. 18.05 Футбол. «Барселона» - «Овьедо». Пр.тр. 20.15 Футбол. «Ювентус» - «Наполи». Пр.тр. 22.35 Футбол. «Рома» - «Милан». Пр.тр. 01.55 Автоспорт. Гонка чемпионов. (6+) 04.00 Волейбол. (6+)	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 Соколов, Михаил Бондарук. Домохозяйка Арина с головной 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+)

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

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

Мезальянс и кувшин с молоком

скорой. — Мы это... Поедем мы уже, а? Холодно...

— Да, конечно, езжайте, — Петровичу стало даже немного 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 фель-

дшером 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 суеда. 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.

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.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ	TV1000 VIJU TV1000	TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ	TV1000 VIJU TV1000 АКЦИОН
08.50 «ДРУГ МОЙ, КОЛЬКА!». (16+)	05.30 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (16+)	05.30 «Царевны». «Три кота». Мультсериалы. (6+)	05.15 «НАБЕРЕЖНАЯ ОРФЕВР 36». (16+)
10.25 «ВИТА ГЛУШАКОВ - ДРУГ АПАЧЕЙ». (16+)	07.05 «НА КРАЮ ЗЕМЛИ». (18+)	06.45 «Простоквашино». Мультсериал. (6+)	07.05 «ЗАКАТАТЬ В АСФАЛТ». (16+)
11.50 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (16+)	09.10 «БУДИКА: КОРОЛЕВА ВОИНОВ». (16+)	07.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)	09.45 «ТЕРРИТОРИЯ ЗЛА». (16+)
13.45 «АДАМ И ХЕВА». (16+)	11.05, 12.05, 13.05, 14.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)	09.05 «Смешарики». Мультсериал. (6+)	11.45 «ТЁМНЫЕ ТАЙНЫ». (16+)
15.00 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (16+)	15.05 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (16+)	10.00, 10.50, 11.45, 12.35 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (16+)	13.40 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
17.30 «12 СТУЛЬЕВ». (16+)	16.45 «БЕГЛЕЦ». (16+)	13.25 «ДУБЛЁР». (16+)	15.15 «ДОЧЬ БОЛОТНОГО ЦАРЯ». (16+)
Молодой авантюрист Остап Бендер и бывший предводитель дворянства Ипполит Матвеевич Воробьянинов ищут сокровища!	19.00 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА». (16+)	15.00 «БРАТЬЯ». (16+)	17.10 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (16+)
23.00 «ТАЕЖНЫЙ ДЕСАНТ». (16+)	Острозюжетный боевик, США, 2013 г.	16.55 «ЖЕНИХ». (16+)	19.00 «НЕМАЯ ЯРОСТЬ». (16+)
00.45 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (16+)	21.05 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (16+)	18.40 «ЛЮБВИ НЕ БЫВАЕТ?». (16+)	20.45 «МЕСТЬ БАНШИ». (16+)
02.50 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (16+)	22.55 «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (16+)	20.30 «АДАМ И ЕВА». (16+)	22.25 «ПЕКАРЬ». (16+)
04.15 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». (16+)	01.00 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)	23.35 «МИЛЛИАРД». (16+)	Боевик, Канада, США, 2022 г.
05.45 «У ТИХОЙ ПРИСТАНИ...» (16+)	02.50 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)	01.20 «АВАНТЮРИСТЫ». (16+)	00.15 «КРАСНЫЕ ОГНИ». (16+)
	04.30 «ДЖОН УИК 4». (16+)	02.50 «БИЛЕТ НА ВЕГАС». (16+)	02.05 «ЭКСТРАСЕНСЫ». (16+)
		04.15 «Два хвоста». Мультфильм. (6+)	03.35 «ОХОТНИК НА УБИЙЦ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	ДОМ КИНО
02.00 «СЕМЬЯНИН». (12+)	07.15 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)	01.00 «ОСТОРОЖНО, КЕНГУРУ!» (18+)	07.15 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». Мультфильм. (6+)
04.00 «ПРИГЛАШЕНИЕ К УБИЙСТВУ». (16+)	09.05 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)	03.20 «НЕЖДАНЫЙ ПРИНЦ». (16+)	08.50 «Снежная Королева-3: Огонь и лёд». Мультфильм. (6+)
05.30 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)	10.50 «КОРОЛЁВ». (16+)	04.50 «БЛОНДИНКА В ЭФИРЕ». (16+)	10.30 «Три богатыря. Ни дня без подвига». Мультфильм. (6+)
06.55 «РОБОПЁС». (12+)	13.00 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (6+)	06.35 «ТАКСИ». (16+)	11.40 «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». Мультфильм. (6+)
08.15 «ПОЛНОЧЬ В ПАРИЖЕ». (16+)	15.05 «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)	08.10 «ТАКСИ 2». (16+)	13.00 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (16+)
09.45 «ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ». (16+)	16.50 «ЭКИПАЖ». (16+)	09.50 «ТАКСИ 3». (16+)	14.35 «ЕЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (16+)
11.25 «ПОСТУПЬ ХАОСА». (16+)	19.25 «СИНДРОМ». (16+)	11.25 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)	16.10 «ЕЛКИ». (16+)
13.10 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)	21.00 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)	12.55 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)	17.25 «ЕЛКИ-2». (16+)
15.10 «КИНОЗВЕЗДА В ПОГОНАХ». (16+)	Драма, триллер, фантастика, Россия, 2023 г.	14.30 «СОВСЕМ ОШАЛЕЛИ». (16+)	19.15 «ЕЛКИ-3». (16+)
16.40 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)	23.15 «НА ОСТРИЕ». (16+)	16.20 «МАЛЕНЬКИЙ ШЕФ». (6+)	21.00 «ЕЛКИ-8». (16+)
18.35 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)	01.15 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)	17.50 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)	22.50 «ЕЛКИ-5». (16+)
20.30 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)	02.35 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)	19.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ НОВЫЙ ГОД». (6+)	00.30 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
Драма, боевик, приключения, фантазия, США, 2016 г.	04.10 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)	21.25 «ПОБЕГ». (18+)	02.05 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
22.25 «КОД 355». (16+)	05.40 «КОРОЛЁВ». (16+)	23.30 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». (18+)	03.25 «ДИКИЕ ПРЕДКИ». (16+)
Триллер, боевик, США, Китай, 2022 г.			

РУССКИЙ РОМАН	CINEMA	РОДНОЕ КИНО	Ретро
08.15 «СНЕГ НА ГОЛОВУ». (16+)	06.45 «ТАКСИ-4». (16+)	00.15 «БЫЛА НЕ БЫЛА». (12+)	06.55 «ДОЧЬ СТРАТИОНА». (16+)
09.55 «ЗАЕЗЖИЙ МОЛОДЕЦ». (16+)	08.15 «ВЫШКА». (18+)	01.50 «ТАЙСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЬЧА». (18+)	08.05 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСПЕЗАВТРА». (16+)
11.35 «ОТПЕЧАТОК ЛЮБВИ». (16+)	10.05 «ПОМПЕИ». (16+)	04.00 «ИСПАНСКИЙ ВОЯЖ СТЕПАНЬЧА». (16+)	09.40, 22.15 «ЖЕНСКИЕ РАДОСТИ И ПЕЧАЛИ». (16+)
15.00 «БАРБИ И МЕДВЕДЬ». (16+)	11.50 «ЖАННА Д'АРК». (18+)	05.30 «СЫН ЗА ОТЦА...» (16+)	11.15, 23.50 «СИЛЬНЕЕ УРАГАНА». (16+)
2014 г. В ролях: Александра Афанасьева-Шевчук, Данила Якушев	14.30 «ЦЕНТУРИОН». (16+)	Драма, Россия, 1995 г.	12.45 «СРЕДИ ТЫСЯЧИ ДОРОГ». (0+)
18.25 «ВИНА». (16+)	16.15 «21 МОСТ». (18+)	07.05, 08.55 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (12+)	14.15 «ВТОРЖЕНИЕ». (16+)
2022 г. В ролях: Иван Стебунов, Евгения Лоза, Сергей Губанов	17.50 «ЛЕГЕНДА». (18+)	10.35, 11.35, 12.40, 13.35, 14.35, 15.35, 16.50, 17.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	15.55, 01.05 «СЕМЕЙНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
21.45 «МОЛОДОЖЕНЬ». (16+)	20.05 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (18+)	19.00 «ТРИ ПОЛУГРАЦИИ». (16+)	17.25, 02.30 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (16+)
2012 г. В ролях: Анатолий Лобочкий, Любовь Руденко, Андрей Финягин	Великобритания, США, 2022 г.	Драма, мелодрама, Россия, 2006 г.	19.00, 03.55 «АЛЛЕГРО С ОГНЕМ». (16+)
23.25 «ЛЮБОВЬ ПОД МИКРОСКОПОМ». (16+)	23.35 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)	21.20 «БУМЕР». (18+)	Драма, боевик, военный, история, СССР, 1979 г.
02.40 «МОРОЗ ПО КОЖЕ». (16+)	01.10 «ЛАМБОРГИНИ: ЧЕЛОВЕК-ЛЕГЕНДА». (18+)	23.30 «ВА-БАНК». (16+)	20.40, 05.20 «4:0 В ПОЛЬЗУ ТАНЕЧКИ». (16+)
04.25 «КЛЮЧИ». (16+)	02.40 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)	Комедия, криминал, Польша, 1981 г.	Комедия, семейное, СССР, 1982 г.
	04.30 «ЦЕНТУРИОН». (16+)		
	06.00 «ЖАННА Д'АРК». (18+)		

СУББОТА!	ФЕНИКС ПЛЮС КИНО	CTC LOVE	TB21
05.00, 14.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)	08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЛАБИРИНТ ИЛЛЮЗИЙ». (16+)	06.00 6 кадров. (16+)	07.00 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (18+)
14.10 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)	Сериал. Острозюжетная мелодрама, детектив, Россия, 2019 г. В ролях: Екатерина Тарасова, Евгений Пронин, Анна Казючич, Алексей Фатеев, Матвей Грудчинов	10.00 «УЛИТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)	08.45 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (18+)
18.00 «Буба». Мультсериал. (0+)	12.00, 20.00, 04.00 «ТРИГГЕР». (18+)	Сериал. Комедия, Россия, 2017-2018 гг. В ролях: Алексей Чадов, Наталья Бардо Полина, достигнув своей главной мечты - стать первым пилотом, готова от неё отказаться, ради любви к Леше...	10.35 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)
21.00 Богиня сыска. (16+)	13.00, 21.00, 05.00 «ПЕРВЫЕ ВСТРЕЧНЫЕ». (16+)	22.30 Сердца за любовь. (16+)	12.15 «ДОСПЕХИ БОГА-2». (16+)
22.20 Богиня свиданий. (16+)	14.00, 22.00, 06.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (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.	14.10 «С ЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
23.30, 00.00 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)	15.00, 23.00, 07.00 «ПАЛАЧ». (18+)	01.20 Ясновидящая. (16+)	16.00 «САБРИНА». (16+)
00.30, 01.30 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)	00.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (18+)	03.35 6 кадров. (16+)	18.20 «ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ!». (18+)
02.20, 03.00 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)	01.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)		20.05 «ЗАЩИТНИК». (16+)
03.45 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)	02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-3». (16+)		21.45 «КРУШЕНИЕ». (18+)
			Великобритания, США, 2023 г.
			23.40 «ПЛОХАЯ ДЕВОЧКА». (18+)
			Нидерланды, США, 2024 г.
			01.20 «ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО». (16+)
			03.05 «ЕЩЕ ПО ОДНОЙ». (18+)
			04.55 «ТАЙНА В ЕГО ГЛАЗАХ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР	ПОБЕДА	ПЯТНИЦА	Ю
05.00 Мультфильмы. (12+)	04.30 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)	05.00 Секреты на кухне. Зеленый выпуск. (16+)	05.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
06.25 «ХОД КОНЕМ». (16+)	06.20 «ЧЕМПИОНЫ». (16+)	06.00 Пятница News. (16+)	06.40 Супермама. (16+)
07.55 Диктор делает. (16+)	08.00 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (16+)	06.40 Умнее всех (12+)	08.40 Мама в 16. (16+)
08.25 ФазендаЛайф. (6+)	09.50 «МИСТЕР НОКАУТ». (16+)	08.00 Запретная Индия. Агра и Джайпур. (16+)	Самое честное реалии о взрослении.
08.55, 10.10 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)	11.55 «ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (16+)	09.00, 10.20 Как люди живут. Катар. (16+)	13.20 Дорогая, я забил. (12+)
10.00, 13.00, 18.00 Новости	14.00 «СТРЕЛЬЦОВ». (16+)	11.20 Погнали! В Данию. Пугающая община. (16+)	Папе, который уже давно забил, скинув детей и быт на супругу, предоставляется возможность перезагрузить семейные отношения.
11.00, 13.15 «Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЕРА». (16+)	15.50 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (16+)	13.00 Погнали! В Индию. Жизнь трущоб. (16+)	14.50 Мама в 16. (16+)
16.40, 18.15, 01.00 «МАГОМАЕВ». (16+)	17.30 «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)	15.00 Погнали! В Китай. Подделки. (16+)	18.00 Беременна по обману. (16+)
Конец 1960-х, разгар брежневской эпохи. Муслим Магомаев во время записи концертной программы знакомится с очаровательной оперной певицей, Тамарой Синявской. Между королём советской эстрады и восходящей звездой Большого театра с первого взгляда пробегает искра, которая становится началом большой любви.	20.05 «МАРШ-БРОСОК». (16+)	17.00 Погнали! В Мексику. Пугающая жизнь картелей. (16+)	Первое реалии про женщин, которые стали жертвами обмана со стороны женатых мужчин.
Вместе. Еженедельный тележурнал. (16+)	Оказавшись в элитных войсках - знаменитом спецназе, - воспитанник детского дома Александр стремится попасть на чеченскую военную компанию, веря, что именно там его место. На этой жестокой войне Александр верен своим жизненным принципам и проявляет себя как герой и настоящий мужчина...	18.20 Погнали! В США. Лос-Анджелес. Город бездомных и фабрика звезд. (16+)	19.30 Маменькин сынок. (16+)
02.05 Наше кино. История большой любви. (16+)	22.10 «КОМАНДИР». (16+)	20.10 Погнали! В Японию. Обратная сторона благополучия. (16+)	Проект про женщин, которые вынуждены жить под одной крышей со своей свекровью.
02.55 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (16+)	00.30 «КОРОЛЁВ». (16+)	23.00 «ПАДЕНИЕ ИМПЕРИИ». (18+)	21.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
	02.30 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОС». (16+)	01.10 Как люди живут. Эфиопия: Самое опасное племя. (16+)	00.05 Измены (субтитры). (18+)
		02.20 Пятница News. (16+)	01.45 Моя свекровь - монстр (субтитры). (16+)
		02.50, 03.40 На ножках. (16+)	
		04.30 Пятница News. (16+)	

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ	VIJU HISTORY	ИСТОРИЯ
00.00, 00.50 Война престолов: Подлинная история Европы. (16+)	06.10 Кэнтэ-дзи, Япония. (12+)	06.00, 14.35, 23.10 Версаль - цена величия. (12+)
01.40, 06.10, 09.50, 13.55 Легенды науки. (12+)	06.50, 07.35 Поезда, которые изменили мир. (16+)	06.45, 15.20, 23.55, 05.20 Марина Влади. Моя правда. (16+)
02.15, 14.30 Народный фронт Победы. (12+)	08.25, 09.05, 09.45, 10.30, 11.15 Загадки планеты Земля. (16+)	07.35, 08.20, 16.10, 16.55, 00.45, 01.30 Моцарт. (12+)
02.45 Сквозь времена. (12+)	12.00 Забытый император Китая. (16+)	09.05, 17.40, 02.10 Мария-Антуанетта: Гильотина для королевы. (16+)
03.20 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)	12.55 Аль Капоне: криминальная империя. (16+)	11.05, 19.40 Железная воля. Наследие Гюстава Эйфеля. (12+)
03.45 Боги войны. (16+)	14.00 Поиски затонувшего «Кристи». (12+)	12.05, 20.40, 03.55 Весёлые ребята. Дунаевские. (12+)
04.20 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)	15.00 Исторические убийства: Лондонский блин-убийца. (16+)	12.55, 21.30 Досье Тутанхамона. (12+)
05.15, 13.00 Забытые войны России. (12+)	15.50 Исторические убийства: Единбургские похитители тел. (16+)	В 1922 году Говард Картер нашёл то, что искало человечество: нетронутую гробницу фараона. Сокровища Тутанхамона 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 прикаснулся? 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.
06.45, 18.20 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)	16.40 Исторические убийства: Дьявол в Белом городе. (16+)	13.50, 22.25, 04.40 Под кодовым именем «Анита». (12+)
07.05 Донбасс. Истерзанное сердце России. (16+)	17.30 Исторические убийства: Берлинский нацист-потрошитель. (16+)	
08.10 Это подкаст. История. (12+)	18.20 Проект НЛО: Рассекречено: Советские секреты. (16+)	
09.10 Карим Хакимов. (12+)	19.10 Проект НЛО: Рассекречено: После разоблачения. (16+)	
10.25, 17.35 Историограф. (12+)	20.00, 20.45 Тайны песка. (16+)	
11.15, 15.00, 18.40 Пётр I Великий. (12+)	21.30 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)	
12.05 Революция LIVE: неумеренная оппозиция. (12+)	22.30, 23.25, 00.20 Женщины на фронте. (16+)	
16.00 «ЕКАТЕРИНА ВЕЛИКАЯ». (12+)	01.10 5 субмарин против нацистов. (16+)	
16.50 Ледоколы войны. (12+)	02.05 Призрак из Каменного века. (12+)	
20.00 Шахматные партии холодной войны. (16+)	03.00 Неандертальцы против хомо сапиенс. (12+)	
20.45 Тайное становится явным. (12+)	03.50, 04.35 Территория тамплиеров. (16+)	
21.00 Освоение Крыма. (12+)	05.20 Мирский замок, Беларусь. (12+)	
21.45 Щёлкин. Крёстный отец атомной бомбы. (12+)		
22.35 Россия научная. Великие имена. (12+)		
23.00 Версальский договор. Победа в войне, поражение в мире. (12+)		

Усадьба

УСАДЬБА

ОХОТА И РЫБАЛКА

ОХОТА И РЫБАЛКА

ЖИВИ!

ЖИВИ!

06.00, 06.15, 13.00, 13.15 Цветик-семицветик. (12+)

06.25, 23.55 Сельские профессии. (16+)

06.55, 12.00, 16.00, 16.15, 19.00, 19.15

Огород с Блокиным-Мечтальным. (12+)

07.20, 00.50 Идеальный сад. (12+)

07.45 ЛучкииПучки. (12+)

08.00 Консультант садовода. Зимний сезон. (12+)

08.25, 01.15 Сад своими руками. (12+)

08.55, 09.25, 15.05, 15.30, 18.30, 19.30,

02.05, 03.25 Дачные радости. (12+)

09.55, 10.10, 16.35, 16.45, 01.40, 01.55,

05.35, 05.50 Дачная кухня. (12+)

10.25, 02.35 Частный сектор. (12+)

10.55, 11.10, 18.00, 18.15, 23.00,

23.15, 03.00, 03.10 Офисное садоводство. (12+, 16+)

11.30, 03.50 Ботаника с Павлом Стерховым. (12+)

12.30, 04.45 Ландшафтные решения. (12+)

13.30 Как поживаете? (12+)

14.00, 05.10 Умная стройка. (12+)

14.30, 14.50, 21.30, 21.45, 00.25, 00.35,

04.15, 04.30 Вершки-корешки. (12+)

17.00 Ландшафтные эксперименты. (12+)

17.30 Муж на час. (12+)

20.00, 20.20 Зеленые квадраты. Спецвыпуск. (12+)

20.30 Новые Робинзоны. (12+)

21.00 Один день из жизни фермера. (16+)

22.00 Сад-шедевр. (12+)

22.30 Декоративный огород. (12+)

23.30 заСАДА. (12+)

06.00, 10.05, 14.05, 18.00, 23.20

О главном. (16+)

06.05, 07.00, 09.15, 10.30, 18.25,

19.15, 22.25, 23.25, 02.00, 02.45

Большая заруба. (16+)

Развлекательно-познавательная программа, основная идея которой проста и понятна - это соревнование, состязание, спор, пари, рыболовная битва между двумя ведущими. Познавательно-сравнительная составляющая о снастях и приманках.

07.45, 07.55, 10.15, 11.05, 11.20,

12.35, 12.50, 14.15, 14.30, 15.45,

16.05, 17.45, 18.05, 19.50, 20.05,

21.25, 21.40, 00.15, 00.25, 01.35,

01.45, 04.15, 04.30, 05.05, 05.20

Делай, как Я. (16+)

08.10, 08.40, 16.50, 17.20, 20.20, 20.50,

00.40, 01.05 Будет клево. (16+)

В каждой программе рыболовы отправляются на рыбалку, заряженные позитивом и желанием почувствовать поклевки, половить рыбу, насладиться природой, отдохнуть с коллегами рыболовами или побыть в гармонии с природой. Рыболовы делятся своими знаниями, показывают, как и на что ловить различную рыбу в любое время года. Ведущий программы - мастер спорта Юрий Хохлов.

11.35, 13.05, 14.45, 16.15, 03.20, 04.40,

05.35 Игра по-крупному! (16+)

12.05, 13.40, 15.15, 21.55, 03.45 Лес-

ной домашний зверь. (12+, 16+)

00.00, 20.00 Танцуй Twerk. (16+)

01.00, 17.00, 22.00 «Йога Reflex» с Ири-

ной Нельсон. (12+)

02.00, 18.00, 23.00 Дыхание стретчин-

га. (12+)

Ведущие программы дают упражнения на дыхание, чтобы ваша растяжка была наиболее эффективной. Это позволит без лишних усилий и напряжений получить элегантно стройность, а также простимулирует работу сердечно-сосудистой системы, избавит от напряжений в теле и поможет выпрямить осанку.

03.00 Здоровые и знаменитые: Русская

версия. (12+)

04.00, 07.00, 10.00 Боди-балет. (12+)

04.30, 07.30, 10.30 Аэробика в стиле

ретро. (12+)

05.00, 08.00, 11.00 Витамин-шоу. (12+)

06.00, 09.00, 12.00 «Культурное ли-

цо» с Викторией Цепляевой. (12+)

06.30, 09.30, 12.30 Пилатес Intensive.

(12+)

13.00 «Фитнес и мотивация» с Сергеем

Глушко. (12+)

13.30 Табата-хард. (12+)

14.00 Фитнес-мама. (12+)

14.30 «Делай тело» с Русланом Байрамо-

вым. (12+)

15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)

16.00 Латинский квартал. (12+)

19.00 Ароматный мир. (6+)

19.30 POPSUGAR. Классная тренировка.

(12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 06.45 Биатлон. Альфа-Банк 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 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Ростов-Дон» (Ростов-Дон) - «Астраханочка» (Астрахань). (6+)
10.15, 23.20 «Время чемпионов». Специальный репортаж. (12+)
10.30, 05.30 «Что по спорту? Иванов». (12+)
11.00, 13.15, 16.50, 19.25 Новости. (0+)
11.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)
12.55, 19.10 «Лица страны». Лучшее. (12+)
13.20, 03.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. УНИКС (Казань) - «Пари Нижний Новгород». (6+)

15.10 Лыжная страна. (12+)
15.40 Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Командный спринт. Квалификация. (6+)
16.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. «Тулица» (Тульская область) - «Уралочка-НТМК» (Свердловская область). Прямая трансляция
19.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
20.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Смешанная эстафета. Трансляция из Белоруссии. (6+)
21.15 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
21.45 Лыжные гонки. Фос-Агро Кубок России. Командный спринт. Трансляция из Сыктывкара. (6+)
23.35 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - «Самара». (6+)
01.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. (6+)
02.50 «Взойди на свой Олимп». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Караокинг. (16+)
Настоящий караоке-клуб у вас дома!
07.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
07.30 У-Дачный чарт. (16+)
08.30 Теп чарт. (16+)
08.55 Плейлист | Зима. (16+)
10.00 Звезды 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 с Оксаной Самойловой. (16+)
15.30 Хиты по-русски. (16+)
16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
17.00 Серийный... фанат. Зачем stalkеры преследуют звезд? (16+)
18.00 Лихие хиты. (16+)
19.00 Top-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+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 14.00, 18.00, 22.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
Приключения неутомимых озорников: бурого медвежонка Кеши, белого - по имени Тучка, и их подружки Лисички. Иннокентий любит гаджеты и технику, Тучка - дитя природы, а Лисичка обожают печь пироги и угощать ими своих многочисленных друзей.
11.00 «Умка». (0+)
11.30, 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. Каждый день они выходят из своих домиков и увлеченно играют на детской площадке, где постоянно попадают в различные сложные ситуации: то Лисичка боится спуститься с горки, то Кеша решает поменять свой собственный хвост, то Валя стесняется своего неумения танцевать. Проблемы, кажущиеся взрослым незначительными, для наших героев очень важны, и они отважно справляются с ними.

Детский мир

06.00, 14.00, 22.00 «Иван Царевич и Серый Волк». (12+)
07.25, 15.25, 23.25 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (12+)
08.35, 16.35, 00.35 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (12+)
09.55, 17.55, 01.55 «Как поймать перо Жар-Птицы». (12+)
Во исполнение воли царя Берендея, младший сын его Иван отправляется на поиски диковинной Жар-птицы. В поисках удачи Ивана Царевича сопровождает верный друг и помощник - Серый Волк. Героев ждут увлекательные и опасные приключения, козни коварных братьев Ивана и его судьбоносная встреча с Еленой Прекрасной.
11.00, 19.00, 03.00 «Герои Гуджиг-су». (6+)
12.05, 20.05, 04.05 «Тоботы. Детективы Галактики. Тайна Свэга». (6+)

О!

05.00 «Три кота». (0+)
09.30 «Парк Турум-Бурум». (0+)
09.45 «Ум и Хрум». (0+)
11.00 «Лунтик». (0+)
12.30 «Барбоскины». (0+)
15.00 О! Кино! «Три богатыря. Ни дня без подвига». (6+)
Подвиги богатырей продолжают-ся! В мультсериале Алеша Попович, Добрыня Никитич и Илья Муромец вновь бросают вызов опасностям, спасая Русь от Кощея, коварных ханов и волшебных напастей.
16.00 «Три кота». (0+)
21.30 О! Кино! «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
Смешарики отправляются в опасные джунгли! Еще один полнометражный мультфильм о приключениях любимых героев, которые снова отправляются спасать мир, но уже в компании новых персонажей.
22.45 «Царевны». (0+)
00.00 «Смешарики». (0+)
03.00 «Бодо Бородо». (0+)

Мультиландия

06.00 «Фиксики: Большой секрет». (6+)
07.20 «Фиксики против крабов». (6+)
08.55 «Финики». (6+)
Мало кто знает, но в каждом доме живет... свой домовый! Это забавное мохнатое существо тайно обитает в мире людей и хранит домашний очаг. Домовый Финник - добрый, озорной, но немного вредный.
10.30 «Фиксики: Большой секрет». (6+)
11.55 «Фиксики против крабов». (6+)
13.30 «Финики». (6+)
15.05 «Фиксики: Большой секрет». (6+)
16.30 «Фиксики против крабов». (6+)
18.05 «Финики». (6+)
19.40 «Три кота». (0+)
20.00 «Чебурашка». (0+)
21.00 «Три кота». (0+)
00.00 «Бодо Бородо». (6+)
02.00 «Монсики». (0+)
03.45 «Простоквашино». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние птицы. «Грузовичок Лева», «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
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. Вместе с друзьями они превращают каждый день в невероятное приключение: от рискованного путешествия по конвейеру до таинственной глубоководной ночной экскурсии. Это история о любопытстве, которое побеждает страх, и об отце, который готов следовать за своей дочерью хоть на край своего маленького мира.
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 «Меторо» и синих «Вымпелов» теперь не только на льду, но и на футбольном поле! Зрителям предстоит увидеть много захватывающих матчей! Хищность или усердие, командная работа или жажда признания, хулиганство или дисциплина? Узнаем, что нужно для заслуженной спортивной победы!
16.00 «Это супер!» (0+)
16.15 «Барбоскины». (0+)
Необычайно добрый, забавный и поучительный мультсериал для самых маленьких зрителей.
18.50 «Космички-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+)

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. Мартиниана 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

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 оказываться 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 бездельствие 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 забвения 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 несопоставимо больше смирения. Собственно, вся наша аскетическая литература говорит именно об этом, и дай Бог, чтобы мы, вдохновившись примером мытаря Закхей, а также известных нам святых, обрели способность искать и находить пути ко Христу в любой, даже самой нетривиальной жизненной ситуации!



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

12+

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

★ ГЛАВСКАУПКА
КУПИМ ДОРОГО

- ✓ Награды, знаки, медали, монеты, часы, шкатулки.
- ✓ ЗОЛОТО, КОРОНКИ, вазы, СЕРЕБРО, статуэтки СССР.
- ✓ БУДДУ, сервизы, бронзу, картины, книги, открытки.
- ✓ АВТОГРАФЫ, янтарь, фото, архив и др. ✓ **ВЫЕЗД 24ч**

8(903) 666-33-55

ДОРОГО КУПИМ



- ИКОНЫ. ФАРФОР.
- СТАТУЭТКИ (можно с дефектами).
- КАРТИНЫ и РАМЫ ОТ НИХ
- ПАТЕФОНЫ. ПЛАСТИНКИ
- СЕРЕБРО. ЗОЛОТО (изделия, лом)
- Портсигары. Подстаканники
- Часы. Знаки. Архивы и др.

8(903) 964-67-77

НАДЁЖНО. ДОРОГО.



- Сервизы (остатки), вазы. Статуэтки (с дефектом) из фарфора, чугуна, кости. Иконы. Подсвечники. Часы. Подстаканники. Значки. Награды. Марки. Пластины. Янтарь. Предметы интерьера из Китая.

8(916) 359-05-00

МосГорСкупка
ДОРОГО КУПИМ
Иконы. Статуэтки Будды. Янтарь. Статуэтки, фарфор, сервизы. Серебро, бронзу, часы. Картины. Соцреализм. Сов. авангард. Пластины. Старинную мебель. Столовые приборы. Любую антиквариат и многое другое.
Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8(925) 403-68-83



- Награды • Значки
 - Наградные знаки • Монеты
 - Банкноты • Подстаканники
 - Статуэтки • Иконы • Игрушки СССР
 - Кортики • Сабли • Интересные антикварные старинные предметы, или коллекции
- ВЫЕЗД и ОПЛАТА СРАЗУ**
8(985) 179-79-30
ВЛАДИМИР



- КУПЛЮ ДОРОГО**
ВЫЕЗД
Книги, ёлочные игрушки, бижутерию, фарфор, сервизы, статуэтки, ЗОЛОТО до 10 000 руб./г, СЕРЕБРО до 500 руб./г, иконы, мельхиор, значки, монеты, открытки, фото, часы, хрусталь, марки, Китай, банкноты и другой винтаж.
8(905) 796-72-32

■ 8(906) 025-95-00 Бижутерию, значки, часы, монеты, серебро, подстаканники, портсигары, мельхиор, фотоаппараты, книги, открытки, фото, статуэтки, сервизы, фарфор, коронки, янтарь, самовары, ёл. игрушки, пластинки, касеты, хрусталь, духи, золото, марки, автографы, юб. рубли, иконы, грамоты и мн. др. дорого. Тел.: 8(906) 025-95-00

■ 8(916) 993-36-64 Куплю. Ткани СССР, духи, парфюм, журналы мод, старинную одежду, вышивки, кружева, бижутерию, сумочки и шляпки, наручные часы, копейки СССР. Тел.: 8(916) 993-36-64

■ 8(916) 155-34-82 Ёлочные игрушки, кукол, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытки, посуду, подстаканники, радиоаппаратуру, серебро, пластинки и статуэтки из бронзы, дерева, камня, чугуна, фарфора; фотоаппараты, самовары, иконы. Янтарь. Вещь Китай до 1965 года. Тел.: 8(916) 155-34-82

■ 8(985) 938-08-26 Грампластинки, аудиотехнику, проигрыватель грам-пластинок, фирменные аудиодиски CD различных стилей и направлений музыки, куплю. Тел.: 8(985) 938-08-26

■ 8(903) 544-38-10 Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугун, статуэтки, Будд, наград. знаки, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, ювелир. изделия, золотые и серебрян. монеты, часы, столовое серебро, иконы, самовары, фото на картоне, открытки, книги, мельхиор. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.: 8(903) 544-38-10, Наталья, Сергей

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ 8(995) 999-28-82, 8(985) 999-28-82 Квартиру/комнату СНИМУ у добропорядочных хозяев. Чистоту, порядок, своевременную оплату гарантирую. Срочно! Тел.: 8(995) 999-28-82, 8(985) 999-28-82

■ 8(916) 993-36-64 Времени СССР: пригласительные билеты, меню, этикетки, рекламные листовки и буклеты, каталоги, прейскуранты, акции времен приватизации. Довоенные: альбомы военных заведений, карты географические и военные, чертежи техники, открытки и конверты, бонны и купюры, векселя, счета и прочее. Тел.: 8(916) 993-36-64

■ 8(916) 929-09-41, 8(917) 515-71-93, СПАСИБО ЗА ЗВОНОК. КУПЛЮ: открытки, фото, плакаты, афиши, картины, графику, документы, архивы, автографы, значки, игрушки, статуэтки, изделия из фарфора, стекла, металла. А также ВСЁ О ДИРИЖАБЛЯХ, КОСМОСЕ, РЕКЛАМЕ и МНОГОЕ ДРУГОЕ. Книги, журналы до 1945 г. Тел.: 8(916) 929-09-41, 8(917) 515-71-93

■ 8(964) 585-40-04 Покупаю книги до 1945 г. от 1 000 руб. до 500 000 руб. Полки, библиотеки, техническую литературу, ноты, фото, архивы, открытки, живопись, фарфор, мебель, самовары, значки, статуэтки, бронзу, монеты, модели автомобилей, ёлочные игрушки, иудаика и любой антиквариат. Тел.: 8(964) 585-40-04

■ 8(995) 508-53-59 Модели авто, железную дорогу, старые фото, военную форму, генеральские вещи, фарфор, хрусталь, подстаканники, самовары, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, патефоны, фотоаппараты, хронометры, игрушки и духи СССР, Касли, солдатиков, кукол, часы, марки, открытки, документы, знаки, этикетки, радиоаппаратуру, игровые приставки. Тел.: 8(995) 508-53-59

■ 8(903) 515-85-33 Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями и др. проблемами. Выкуплю из ипотеки. Тел.: 8(903) 515-85-33, Лина.

■ 8(925) 626-97-59 ДУХИ, открытки, статуэтки, чайную посуду, фотоаппараты, магнитофоны, аудиокассеты, ГРАМ-ПЛАСТИНКИ, патефоны, часы, значки, медали, ВАЗЫ, подстаканники, самовары, детские и ёлочные игрушки, хрусталь, монеты, картины, ИКОНЫ, статуэтки, ювел. изделия. Оплата сразу. Тел.: 8(925) 626-97-59, Геннадий

8(995) 643-72-12 Куплю книги, значки, ИКОНЫ, фарфор, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары, Будды, шкатулки, монеты, ёлочные и детские игрушки СССР, открытки до 1945 г., бижутерию, генеральскую форму, фотоаппараты, часы и прочее. Оплата сразу. Выезд бесплатно. Тел.: 8(995) 643-72-12

■ 8(903) 678-15-44 Мебель. Ковры. ЧА-СЫ. КНИГИ. МАСКИ. РОГА. Посуду. СТАТУЭТКИ. Жем. Хрусталь. Фарфор. ЧАЙН., СТОЛОВ. СЕРВИЗЫ. Серебро. Бронзу. Иконы. Ордена. Значки. Монеты. ОТКРЫТКИ. СУВЕНИРЫ СССР. АГИТАЦИЮ. Швейн., печат. машин. МЕХА. Духи. Бижутерию. Шкатулки. Люстры. Картины. Ёлочные игр. Коронки. Тел.: 8(903) 678-15-44

■ 8(905) 744-11-33 Вышивки, скатерти, посуда, хрусталь, фарфор, игрушки, пластинки, статуэтки, бижутерию, книги, фотоаппараты, бронзу, мельхиор, значки, картины, иконы, столовое серебро, пластинки, марки, монеты. Тел.: 8(905) 744-11-33

■ 8(925) 514-36-14 Самовары. Фарфор, ЧАЙН., СТОЛОВ. СЕРВИЗЫ. Жем. «Мадонну». Хрусталь. Богемию. Серебро, мельхиор. Вазы. СТАТУЭТКИ. Ножи. Пив. кружки. Подстаканники. Керос. лампы. Портсигары. Сигареты. МАГНИТОФОНЫ, CD, кассеты, пластинки. МУЗ. ЦЕНТРЫ, приёмники, плееры. Муз. инструменты, АККОРДЕОН. ПАТЕФОНЫ. Фотоаппараты, ОБЪЕКТИВЫ. БИНОКЛЫ. Видеокамеры. ЧАСЫ. СТАРЫЕ: ФОТО, ОТКРЫТКИ. Диафильмы. Печат. швей. машин. Иконы. Картины. ЗНАЧКИ. ЮБИЛЕИ. РУБ. ПЕРЬЕВ. РУЧКИ. Готовальни. БИЖУТЕРИЮ, БРОШИ. ДУХИ. Шкатулки. Ковры. Моб. телефоны. Kinder. КУКЛЫ. Мод. машин, желез. дороги. ЁЛОЧН. ИГРУШ. Дет. книги и др. Тел.: 8(925) 514-36-14

Библиотеку домашнюю: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую лит-ру, книги по истории, философии, архитектуре, а также книги до 1917 г. Куплю. Выезд. Тел.: 8(995) 721-41-46

■ 8(905) 777-77-53 Ковры. Мебель. КНИГИ. ЧАСЫ. МАСКИ. Посуду. СТАТУЭТКИ. Жем. Хрусталь. Фарфор. ЧАЙН., СТОЛОВ. СЕРВИЗЫ. РОГА. Серебро. Бронзу. Иконы. Ордена. Значки. Монеты. ОТКРЫТКИ. СУВЕНИРЫ СССР. АГИТАЦИЮ. Швейн., печат. машин. МЕХА. Духи. Бижутерию. Шкатулки. Люстры. Картины. Ёлочные игр. Коронки. Тел.: 8(905) 777-77-53

АВТО

■ 8(926) 888-54-66 КУПЛЮ: «Волга» любой модели, «Жигули» любой модели в любом состоянии, «Москвич», «Ока», «Газель», иностранные любые. Куплю в день обращения, порядочность гарантирую. Валерий Иванович. Тел.: 8(926) 888-54-66

МЕБЕЛЬ

■ 8(495) 771-28-64 ОБИВКА, РЕСТАВРАЦИЯ МЕБЕЛИ В ЦЕХУ и ДОМА. ВЫБОР ТКАНИ, КОЖАМ, КОЖА. Вызов консультанта на дом. Тел.: 8(495) 771-28-64

■ 8(925) 504-54-71 Абсолютно любой ремонт мягкой и корпусной мебели. Тел.: 8(925) 504-54-71

■ 8(495) 585-45-12, 8(977) 585-45-25 ПОДУШКИ для СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-matras.ru. Тел.: 8(495) 585-45-12, 8(977) 585-45-25.

ЗДОРОВЬЕ

НАРКОХЕЛП **www.n-help.ru**
ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ **ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА**
Доезд врача в течение часа
Москва и Подмосковье
Мотивируем на лечение
8-925-008-97-53 Анонимно, 24/7
ООО «Первый шаг», ИНН 5040190043 Лич. №Л041-01162-50/01346916 от 14.08.2024
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

■ 8(499) 409-91-42 Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч.: вернём или расслужбим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8(499) 409-91-42

■ 8(985) 210-25-63 Адвокаты. Уголовные, гражданские дела. Арбитраж. Банкротство. Споры по наследству, недвижимости, земле. Раздел имущества супругов. Расторжение и признание недействительными договоров. Выписка из квартир. Возврат квартир. Защита по любым уголовным делам на следствии и в суде. Тел.: 8(985) 210-25-63

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ ГОРОДА ТВЕРИ
Мы предлагаем:
✓ Работу в крупной и развивающейся компании!
✓ Стабильный оклад **35 000 РУБЛЕЙ** + бонусы по результатам работы;
✓ Выдача заработной платы два раза в месяц, **БЕЗ ЗАДЕРЖЕК**;
✓ **НАДБАВКУ ЗА СТАЖ** работы в компании;
✓ Подходящий вам график работы: 6/1 и 2/2;
✓ Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
✓ Вакансия подходит **ДЛЯ КАНДИДАТОВ «СЕРЕБРЯНОГО» ВОЗРАСТА**
ПРИХОДИТЕ К НАМ, ПРИВОДИТЕ СВОИХ ДРУЗЕЙ и ПОЛУЧАЙТЕ ПРЕМИЮ!
Телефоны для связи:
8(967) 292-04-91, 8(925) 507-46-48

ПРИГЛАШАЕМ:

ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ
на личном автомобиле

З/п от 150 000 – 170 000 руб.
График: 4 дня в неделю (Москва и МО)

- Получение печатной продукции на складе в Москве, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчёт.
- Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.
- Знание Москвы и МО, наличие моб. приложения «WhatsApp» – **ОБЯЗАТЕЛЬНО.**

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

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ

СМЕНА: ОТ 1540 РУБЛЕЙ + % ОТ ТОВАРООБОРОТА

- ✓ Ежедневный аванс: **ДО 750 РУБЛЕЙ**
- ✓ Бесплатное общежитие, заселение в день обращения
- ✓ Место работы: киоски в разных районах Москвы
- ✓ Приветствуем кандидатов «серебряного возраста»!

ЖДЕМ ВАС С ПОНЕДЕЛЬНИКА ПО ПЯТНИЦУ С 10.00 ДО 18.00

МЕТРО «МАРЬИНА РОЩА», УЛ. ПОЛКОВАЯ, Д. 3, СТ. 2, ПОДЪЕЗД 1

Телефоны для связи: 8(965) 354-39-02, 8(925) 507-46-48

Все объявления на правах рекламы

ЗНАКОМСТВА

■ 8(926) 138-24-00 ЗНАКОМСТВА! НАДЁЖНЫЕ! Для общения, встреч, совместной жизни! Москва и ближайшее Подмосковье. Звоните! Тел.: 8(926) 138-24-00

КУПЛЮ

■ 8(495) 723-19-05 Куплю механические часы. Любое состояние. Значки, бумажные деньги, часовой хлам, станок часовой, часовой оборудование, самовары, оптику, старые фотографии, открытки. Тел.: 8(495) 723-19-05

■ 8(905) 517-59-27 Фантики от жевательных резинок и конфет, календары, открытки, фотографии, документы, значки, старинные вещи куплю. Тел.: 8(905) 517-59-27

■ 8(999) 715-35-60 КУПЛЮ вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны, йены, шекели, 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.

■ 8(916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т.д.). Пластины, аудиокассеты, CD-диски. Инструмент, метчики, плашки, тиски, станки, др. Тел.: 8(916) 774-00-05, Дмитрий

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

ДВЕРИ ЗАВОДСКИЕ «АМПИР»

ВХОДНЫЕ, МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ, МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

Шкафы, шкафы-купе, антресоли, кухни стандартных и нестандартных размеров

- ♦ Обивка дверей
- ♦ Замена, врезка замков
- ♦ Замер, установка

ДОСТАВКА БЕСПЛАТНО

МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ от 19 000 Р

СКИДКА ПЕНСИОНЕРАМ 8 (499) 408-40-71

МЕЖКОМНАТНЫЕ от 3 000 Р

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

ЗАМКИ

ВРЕЗКА
ЗАМЕНА
РЕМОНТ
УСТАНОВКА
УКРЕПЛЕНИЕ
ВСКРЫТИЕ

(495) 740-21-51
круглосуточно

■ 8 (495) 978-03-44 РЕМОНТ КОМНАТЫ ИЛИ КВАРТИРЫ ПОЭТАПНО И ПО ДОСТУПНЫМ ЦЕНАМ. Обои, покраска, плитка, сантехника, электрика. Ванна под ключ. ЦИКЛЁВКА и ремонт паркета. Укладка линолеума, ЛАМИНАТА, доски. НАТЯЖНОЙ потолок. ОКНА. Отделка ванных, лоджий панелями. Доставка материалов. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44

**ЭМАЛИРОВКА
ВАНН** от завода

8 (495) 782-63-86
8 (495) 782-51-63

выезд по Москве и МО без выходных

■ 8 (905) 557-77-37 Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плинтуса. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ

РЕМОНТ

ХОЛОДИЛЬНИКОВ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

8 (495) 177-45-76
8 (901) 519-52-48

Вызов бесплатно
Пенсионерам скидки

■ 8 (495) 142-70-17, 8 (985) 411-20-28 РЕМОНТ НА ДОМУ холодильников, бытовых, промышленных. Ремонт стиральных, посудомоечных машин. Ремонт газовых плит, варочных панелей. Ремонт электрических плит, духовых шкафов. Ремонт телевизоров, антенн. Ремонт швейных машин, оверлоков. Гарантия. Скидки. Тел.: 8 (495) 142-70-17, 8 (985) 411-20-28

■ 8 (499) 703-41-94 Ремонт: телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: Стиральных и посудомоечных машин! Электро- и газовых плит! Тел.: 8 (499) 703-41-94

РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ

- Ремонт любой сложности
- Ремонт подсветки
- Настройка каналов
- Настройка приставок
- **РЕМОНТ АНТЕННЫ**
- Замена штекера
- Замена разветвителя для антенны
- Протяжка телевизионного кабеля

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА. ГАРАНТИЯ

8 (977) 575-85-64

■ 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48 РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ от 300 руб. Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 50%. ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО. Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48

■ 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%. Без выходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28.

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

ВЕТРИТУАЛ

ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА 24 Ч.
БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ.
КРЕМАЦИЯ.

Тел.: 8 (499) 781-43-68,
8 (916) 797-29-40

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ.
Усыпление. Вывоз. Кремация. Тел.: 8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80 Автогрозоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. «Газель». Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. Тел.: 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80

■ 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

ТВОРЧЕСКОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

■ 8 (929) 992-70-91 Издание вашей книги, от 1 экз., оперативно, качественно, индивидуальный подход к каждому заказчику. Обращайтесь! Тел.: 8 (929) 992-70-91

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (962) 724-29-44

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

Стоимость строчного объявления от **1000** рублей за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокасса»: со счёта мобильного телефона, на сайте kardos.media, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 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

ПОДПИСКА на 2026 год

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

№47 (668) ТВ-программа с 25 ноября по 1 декабря 2024 года

ТЕЛЕК

52 КАНАЛА ТВ

«ВИЖИ!» секреты здорового сна в любое время

ИСТОРИЯ И ТРАДИЦИИ. КАЛЕНДАРЬ РОЖДЕСТВЕНСКОГО ПОСТА стр. 15

ВЛЮБИ. ИЗМЕНИ. ОТОБРАЖА. ДО КРАСНЫХ стр. 30

ВАЛЕРИЙ СЮТКИН

У ЧЕЛОВЕКА ДОЛЖНО БЫТЬ ЛЮБИМОВ ДЕЛО стр. 4

12+

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс
П2939

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
408,22 Р	816,44 Р	1 224,66 Р	1 632,88 Р	2 041,10 Р	2 449,32 Р

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Pressa.ru» осуществляется ТОЛЬКО ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ г. Москвы и Московской области, а также Брянской, Владимирской, Ивановской, Калужской, Костромской, Рязанской, Смоленской, Тверской, Тульской и Ярославской 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 – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).
- 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 Pressa.ru»



П2939

«ТЕЛЕК Pressa.ru»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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 зубового 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 ста-

Уроки из прошлого

ли уже не любящей парой, а соседями по жизни. Идеальными со стороны и пустыми внутри. Сергей, как мне казалось или хотелось казаться, не замечал этого отчуждения. А я чувствовала каждую трещину.

Именно в такой момент на меня свалилось письмо от тети Маши, у которой я каждое 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, бегающей босиком по росе.

Я ехала на машине, и с каждым километром городской смог тревог и обязан-

ностей словно рассеивался. Воздух становился слаще, и я вспомнила запахи деревенского окрестного леса, скошенной 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.

“ Без любви жить легче. Но без неё нет смысла.”



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 умирающая 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 деревенской 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



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 косточковый 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

Элементы вертикального озеленения можно встретить на каждом дачном участке: у кого-то растут вьющиеся розы и клематисы, у кого-то – девичий виноград или другие лианы.

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, момордика); 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.

КСТАТИ
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.



Обелиск

Что это такое?

В ландшафтном дизайне обелиск – это опора в форме пирамиды из металла, дерева, пластика. Ажурный обелиск – неперенный атрибут классического английского коттеджного сада.

Какие задачи поможет решить?

✔ Создать опору для плетущихся культур: благодаря устойчивости, конструкция выдержит даже тяжелый куст.

✔ Стать акцентным декоративным элементом, создать фокусную зону: обелиск, обвитый растениями, поможет вам привлечь внимание к вертикальной линии в любой зоне (на клумбе, в миксбордере, в углу патио) и тем самым подчеркнуть сильные стороны сада.



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

ДОБРЫЙ СОВЕТ

Если вы даже зимой не можете не ездить на дачу, посвятите некоторое время тому, чтобы оптимально перераспределить снежный покров.

Укройте снегом теплолюбивые растения. Не нужно засыпать растение целиком, достаточно подсыпать пушистого снега к корневой шейке. Уплотнять снег не нужно, иначе он потеряет свои теплоизоляционные свойства.

Страхните снег с веток деревьев и кустарников. Со временем снег уплотняется, становится тяжелым и может обломить ветки. Если на них образовалась ледяная корка, сбивать ее нельзя.

Что делать со снегом на дачном участке?

Лучше временно поставьте под ветви опоры. Снимать лед стоит только после потепления.

Очистите от снега теплицу, чтобы уберечь конструкцию от обрушения.

Счищенный снег можно набросать внутрь теплицы, чтобы весной талая вода наплатила почву.

Создайте снежное укрытие для многолетников и подзимних по-

севов, чтобы обеспечить посевам снежную теплоизоляцию. Достаточно насыпать поверх грядки сугроб высотой 60-80 см.

Подготовьте талую воду. Она очень пригодится весной: на полив талой водой хорошо реагируют комнатные цветы, а также рассада. Наполните снегом емкости, которые есть на даче, подсыпайте по мере уплотнения.

ПЛОХО СЛЫШИТЕ ИЛИ ШУМИТ В УШАХ?

Вам срочно нужен лечебный прибор, восстанавливающий слух!

«ФИЗИОТОН» ВОЗВРАЩАЕТ РАДОСТЬ ХОРОШО СЛЫШАТЬ



Марина Вадимовна, г. Кирюв
– 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?

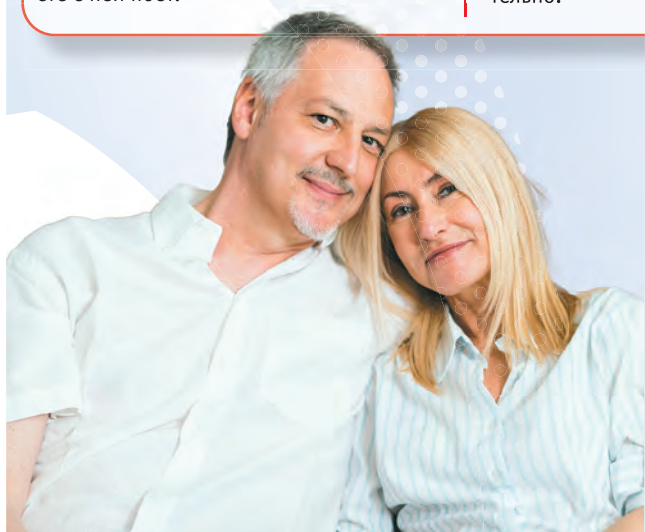
– А то ж! Я ведь использовал «Физиотон». Благодаря ему снял слуховой аппарат где-то через месяц, почувствовал, что вернулся хороший слух. А знаете, как понял? Дело в том, что на ночь я свой слуховой аппарат снимал. Так вот, меня впервые за 10 лет разбудил дождь, стучащий в окно! Еще никогда в жизни я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