

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№28
(297)

ТВ-программа с 19 по 25 июля 2021 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

КАНАЛОВ
ТВ

НА ДАЧЕ
С РЕБЁНКОМ:
ИГРАЕМ, УЧИМСЯ,
ТВОРИМ

стр. 4

А ВЫ УЖЕ
ВЫБРАЛИ
СВОЙ
САРАФАН?

стр. 16

АНЖЕЛИКА КАШИРИНА

ГЛАВНАЯ ПОБЕДА –
НАД СВОИМИ СТРАХАМИ

стр. 2

12+

КАК УБЕРЕЧЬ
СОБАКУ
ОТ ЛЕТНИХ НЕВЗГОД

стр. 9

УСТРОЙТЕ
СПА-САЛОН
ПРЯМО
НА ГРЯДКЕ

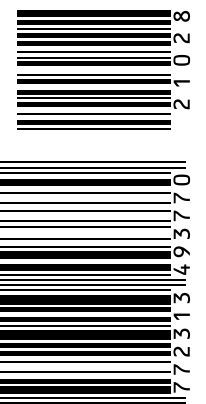
стр. 8

ЯГОДЫ
НА СТОЛЕ –
ЗДОРОВЬЕ
В ДОМЕ

стр. 7

Фото Юлии Пестриковой

ISSN 2213-4933



9 772313 493770 21028

Попасть в «Форт Боярд» мечтают миллионы поклонников знаменитого приключенческого проекта.

Но вот сбывается эта мечта у единиц. В число счастливиц в этом году вошли звезды канала СТС, отправившиеся штурмовать неприступную крепость в новом сезоне шоу. Среди них – актриса сериалов «Анжелика» и «Гранд» Анжелика Каширина. И поскольку беспрецедентные противоковидные меры соблюдаются неукоснительно и участники будущих съемок находятся на карантине, разговаривать нам пришлось по телефону.

И хочется, и колется

– Анжелика, сразу согласились участвовать в таком экстремальном шоу?

– Нет, решение приняла не сразу. Это было из разряда «и хочется, и колется». Гамма чувств была разнообразной. А потом выяснилось, что во Франции придется сидеть на карантине, и условия еще ужесточились. Но любопытство и возможность испытать себя победили.

– Это благо или испытание – оказаться на карантине во Франции?

– Честно говоря, сама об этом задумывалась. Лишь на два часа в день нам дозволено выходить из отеля и находиться в ближайшем от него радиусе. Зато у нас за окном прекрасный вид, и я не одна – вместе с сестрой прохожу карантин, поэтому в целом достаточно хорошо все проходит. Но наберите меня через пять дней, и посмотрим, как я заговорю! (Смеется.)

Анжелика КАШИРИНА:

Главная победа – над своими страхами



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Желаю легкости и веры в себя. Вера – такое объемное, сильное слово. И так как я из семьи медиков, желаю здоровья вам и вашим близким. Самое главное – чтобы родные и любимые люди были рядом.

точки зрения психологии это сильный скачок вперед.

– Форт испытывает на прочность не только отдельных участников, многое зависит от команды. С кем будете штурмовать преграды?

– Участники прибывают каждый день, и организаторы до сих пор держат в секрете, кто в какой команде. Но все ребята классные!

– Раньше смотрели это шоу по телевизору? Кто из участников предыдущих сезонов впечатлил вас больше остальных?

– Конечно. Это связано с моей юностью. Самое сильное впечатление оставила Ольга Бузова из предыдущего сезона. Это первое, что приходит на ум, когда вспоминаю просмотренные ранее передачи. Когда проходила испытания, она так кричала...

Грандиозные планы

– Поделитесь планами – какие проекты ждут вас в ближайшее время, чем порадуете в новом теле-сезоне? Какой премьеры ждете с особым нетерпением и почему?

– Будет сериал «Гранд», в последнем сезоне которого я приняла участие. Обещают показать его осенью. Еще будет несколько новых антрепризных спектаклей. Поеду осенью на фестиваль «Амурская осень» в Благовещенске. Вообще, гастролей ожидается много, и надеемся, что все запланированное удастся реализовать.

– Вы настолько изящная и миниатюрная, что кажется, будто и характер у вас такой же: мягкий, уступчивый. Это так? Или за хрупкой внешностью скрывается настоящий боец?

– Сама себе не могу до конца ответить на этот вопрос. В каких-то ситуациях боец, а где-то могу и заплакаться.

– Сразу вспоминается ваш дуэт с Романом Костомаровым на одном из ледовых шоу...

– Да, это был сложный период. За льдом отношения были хорошие, а на льду, когда не получалось, великий и требовательный Костомаров рвал и метал. Ему не хватало терпения, а мне именно оно было нужно.

Детали

Танцевать, чтобы выразить себя

– Зато удалось найти взаимопонимание с хореографом Егором Дружининым! Вы даже принимали участие в его постановке «Всюду жизнь»...

– Да, надеюсь, что ситуация позволит продолжать играть «Всюду жизнь». Когда вижу Егора, всегда говорю: «Егор, когда мы снова поработаем вместе?» С ним работать – большое удовольствие. Он очень талантливый профессиональный человек, хореограф, режиссер. С ним очень интересно! – А в каких-нибудь танцевальных проектах на телевидении хотели бы поучаствовать?

– Меня еще не приглашали. Но если организаторы прочтут эти строки, прошу обратить внимание – я согласна! (Смеется.) Я люблю танцевать, с детства занималась спортивно-балльными танцами, в ГИТИСе много танцевала. И сейчас, если режиссеры просят станцевать, радуюсь. Это еще одна возможность выразить себя.

Рецепт от звезды

Классная закуска из баклажанов

– Баклажаны разрезаете пополам, смазываете оливковым маслом, кладете в духовку при 180 градусах минут на 40. Они томатся, становятся мягкими. Достаете и можете сыром фета посыпать, соусом песто помазать, добавить приправы, помидорки. Такая быстрая классная закуска.

Фото предоставлено пресс-службой канала СТС

ПОДРОБНОСТИ

– Вы отчаянная путешественница, много и с удовольствием рассказываете о своих поездках. На что в первую очередь обращаете внимание, приезжая в новое место?

– Я в каждом месте примериваюсь: смогла бы я здесь жить? И где бы я здесь жила? Люблю путешествовать и фантазировать. Даже на карантине в этом небольшом уютном французском городке я тоже призадумалась об этом же – смогла ли бы тут жить? Нет, наверное, не смогла. Здесь слишком размеренная спо-

Путешествия как способ зарядиться энергией

койная жизнь. Но сидеть на месте – не для меня, путешествия мне многое дают. Мне важно менять обстановку, город, страну, я таким образом заряжаюсь.

– Какие детали запоминаете – архитектуру, историю, местные блюда?

– Я люблю совмещать пляжный отдых с познава-

тельным – музеи, исторические места, кухня, люди...

– Ваши любимые страны...

– Не только мной, но и всеми любимые Италия, Франция, Англия. О последней мечтала с детства, изучала английский язык. На занятиях рассказывали об этой стране, и когда попала туда взрослой, подумала: детская мечта

сбылась! Язык поддерживаю, занимаюсь им.

– А если дома выпадает свободное время, чем занимаетесь?

– Спортом. Зимой хожу в зал (растяжки, силовые тренировки), летом на улице бегаю. Меня легко можно увидеть на улицах Москвы, потому что бегать люблю.

Наталья АНОХИНА



Вдвоем с сестрой все испытания легче – и карантин, и «Форт Боярд».

Из «Чёрного моря» – в «Баренцево море»

По заказу телеканала «Россия» начались съёмки детектива «Баренцево море» с Павлом Трубинером, Екатериной Вилковой, Игорем Петренко и Марией Машковой в главных ролях. Съёмки пройдут в Москве, Мурманске и в городе Касимове Рязанской области. Этот новый многосерийный фильм станет продолжением сериала «Чёрное море», который был показан в апреле прошлого года на телеканале «Россия» и имел большой и заслуженный успех у зрителей.

– События в «Баренцевом море» происходят в 1944 году, – рассказывает режиссер Олег Фомин. – И я с воодушевлением взялся за эту работу, так как мне очень интересна военная тема. Моя бабушка прошла через пытки гестапо, но они ее не сломали. И я всегда стремился понять: что помогло ей выжить и выстоять, не пасть духом? Откуда у наших людей такая сила?

В новом сезоне помимо крепкой детективной линии, связанной с разоблачением диверсантов в арктическом порту, будет и яркая любовная линия: герои даже в экстремальных ситуациях борются за личное счастье...

Фото пресс-службы кинокомпании «Star Media»



Продолжение драмы «Триггер» покажет Первый

В Москве завершились съёмки продолжения психологической драмы «Триггер» (производство продюсерской компании «Среда»). Премьера второго сезона проекта состоится на Первом канале. Во втором сезоне зрителей ожидает новый поворот в истории психолога-провокаатора Артёма Стрелецкого, который после «инцидента на крыше» оказывается наедине с собой, пытаясь пережить всю боль, полученную от близких...

– Съёмки «Триггера» – это часть жизни, проведенная с командой профессионалов, – рассказывает Максим Матвеев. – От самых первых смен, когда температура опускалась до минус 35, до последних, уже в жару, вся группа была единым организмом. Во втором сезоне появилось много новых актеров, мы охватили достаточно большой период жизни персонажей. Что касается Артёма Стрелецкого, в продолжении вы увидите его переживания и работу, которые, на мой взгляд, очень жизненные.

Фото продюсерской компании «Среда», предоставлено пресс-службой Первого канала

«Морские дьяволы» обновляют состав

В новом телесезоне на НТВ выйдет продолжение многосерийного фильма «Морские дьяволы» с новым названием – «Морские дьяволы. Дальние рубежи». Перед бойцами контртеррористического подразделения «Нерпы» стоит непростая задача – обезвредить международную сеть «Пандора», через которую западные спецслужбы осуществляют диверсионную деятельность против России. Чтобы успешно осуществить операцию, командир команды Бизон принимает решение о расформировании подразделения «Нерпы». На смену «старичкам» придут молодые «Акулы», которых сыграет новый состав актеров. Сразу успокоим читателей, любимые герои, Бизон (Олег Чернов) и Багира (Дарья Юргенс), в проекте останутся и, как и прежде, будут разрабатывать виртуозные спецоперации по защите страны от врагов.

Олеся Фаттахова будет спасать лес

Актриса Олеся Фаттахова получила приглашение сняться в продолжении сериала «Сельский детектив», который так полюбился телезрителям. Теперь ее героиня Олеся Федосеева, которая волею судьбы стала детективом, защищая от несправедливого обвинения своего деда Василия, вновь будет раскрывать преступления в деревне Ольховка.

– Моей героине предстоит искать преступников и спасти вековой лес от вырубки, – рассказывает актриса. – В новых сериях также будет очень интересная линия личных взаимоотношений девушки с ее бывшим женихом, от которого она отказалась, и с новым избранником. Других подробностей рассказать не могу, но скажу одно: все будет не совсем так, как мечталось Олеся...

Фото пресс-службы телеканала «ТВ Центр»



ПОЛУЧИТЕ ЛИ ВЫ МИЛЛИОНЫ в ближайший месяц, если разгадаете загадку «ЗОЛОТОГО КВАДРАТА»?

Здесь вы узнаете, как это сделать – просто и **БЕСПЛАТНО!**



Известная своей силой и возможностями Глория убеждена: люди, способные разгадать загадку «Золотого квадрата», в ближайшие несколько недель неожиданно обретут удачу. Но самое главное, они смогут выиграть миллионы в течение месяца.

БЕСПЛАТНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Мое имя и лицо должны быть вам известны. Это вполне естественно. Много лет у вас была возможность читать обо мне в газетах и журналах, которые сообщали о моих удивительных способностях. Пару лет назад я решила ненадолго исчезнуть и отправилась на свежий воздух в горы, где приберегла свой «дар» для местных жителей. Сейчас я чувствую, что пришло время нарушить обет уединения. Я не могу просто находиться в бездействии, когда вижу так много проблем и так много несчастных людей. Слишком много людей, возможно также как и вы, имеют проблемы, с которыми они хо-

тят справиться. Многие люди обнаружили, что мои исследования – это первый шаг, который им был необходим для осуществления их самых заветных желаний. И многие из них продолжали обращаться ко мне на протяжении долгих лет.

Вот что вам нужно сделать, чтобы попытаться разгадать эту загадку

Найдите 10 «волшебных» слов, показанных справа, в «Золотом Квадрате». Слова могут располагаться по горизонтали, по диагонали или вертикали. Обозначьте каждое из слов ручкой, как это показано в примере.

П	Л	Н	Л	Г	Р	У	Б	Л	Ь
Е	О	С	О	Ю	Я	В	Ы	П	М
Д	Б	Б	Ч	Б	Б	З	Р	И	
Е	И	И	Е	А	Р	О	К	И	Л
Н	У	Г	Е	Д	С	Е	В	З	Л
Ь	Д	Р	Ч	Ю	И	Т	Л	Ь	И
Г	А	Ы	Д	Д	У	Т	Ь	Ы	О
И	Ч	Ц	Ш	Я	П	Й	Е	Е	Н
Ц	А	З	Ш	А	Н	С	Щ	Л	Р
Н	Л	О	Т	Е	Р	Е	Я	Ц	Ь

Что нужно сделать после этого?

Если вам удалось найти все 10 волшебных слов, заполните прилагаемый Купон и отправьте как можно скорее (лучше прямо сегодня) по адресу, указанному в купоне. Когда Глория получит ваше решение, она свяжется с вами и скажет вам, что вы должны сделать, чтобы воспользоваться невероятной удачей, которая вас ожидает. В частности, Глория объяснит вам, что

1. Деньги
2. Шанс
3. Удача
4. Победитель
5. Игры
6. Любовь
7. Приз
8. Лотерея
9. Миллион
10. Рубль

нужно сделать, чтобы воспользоваться шансом получить такую большую сумму.

Ответьте как можно скорее

Глория оказала помощь уже сотням людей, и в ее силах оказать помощь и вам. Поэтому поспешите прислать свой правильно заполненный купон, расположенный справа, ведь Глория сможет ответить только первым 100 людям, ответившим раньше всех.

ВАШИ БЕСПЛАТНЫЕ ПОДАРКИ

(если вы отправите разгадку в течение 5 дней)

Знаменитый Талисман Глории + небольшие рекомендации на ближайшее будущее

Если вы ответите в течение 5 дней, вы получите с письмом подготовленные Глорией бесплатные рекомендации того, что ожидает вас в течение ближайших недель, вместе с её знаменитым Талисманом, важность которого будет объяснена в письме.

П	Л	Н	Л	Г	Р	У	Б	Л	Ь
Е	О	С	О	Ю	Я	В	Ы	П	М
Д	Б	Б	Ч	Б	Б	З	Р	И	
Е	И	И	Е	А	Р	О	К	И	Л
Н	У	Г	Е	Д	С	Е	В	З	Л
Ь	Д	Р	Ч	Ю	И	Т	Л	Ь	И
Г	А	Ы	Д	Д	У	Т	Ь	Ы	О
И	Ч	Ц	Ш	Я	П	Й	Е	Е	Н
Ц	А	З	Ш	А	Н	С	Щ	Л	Р
Н	Л	О	Т	Е	Р	Е	Я	Ц	Ь

Я решил(а) загадку «Золотого Квадрата»

Проверьте мой ответ выше!

Я сейчас же отправлю этот купон по адресу:
111123, г. Москва, а/я 41, для Глории.
Тел.: (495) 748-85-63.

Пожалуйста, ответьте на эти два вопроса:
1. Мое самое заветное желание (только одно):

2. Что больше всего меня беспокоит в данный момент:

Мои данные:

Ф.И.О.

Индекс

Адрес

Дата рождения

Телефон

Я понимаю, что после моей заявки Глория отправит мне специальное письмо, чтобы связаться со мной. Она покажет мне, что мне нужно сделать, чтобы изменить жизнь и предоставить себе шанс получить так много денег.

НИЧЕГО НЕ НАДО ПЛАТИТЬ.

Нет нужды говорить, что помощь, которую предлагает Глория, абсолютно бесплатная. Не отправляйте деньги, когда возвращаете купон.

Настоящим я добровольно предоставляю свои персональные данные фирме КФ «Глория» на обработку и хранение для дальнейшего получения коммерческих предложений и участия в рекламных акциях.

Дата: Подпись

Реклама ООО «КФ «Глория», 111123, г. Москва, ш. Энтузиастов, д. 56, стр. 38, ОГРН 1027700116386

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОИЦА»

СЕКРЕТ УСПЕХА

Прежде чем перейти на фриланс...

Когда ты сидишь в душном офисе и разглядываешь картинку, где человек, лёжа в гамаке на берегу моря, лениво щёлкает по кнопкам ноутбука, так и тянет бросить всё и перейти на фриланс... Но не стоит верить гляncy! У фриланса много нюансов, о которых стоит серьёзно подумать перед принятием решения.



САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ ПОИСК КЛИЕНТОВ. В отличие от работы на «дядю», фрилансер сам себе ищет клиентов. Это требует определенных навыков, и на это придется потратить время, которое никто не оплатит.

НЕРАВНОМЕРНЫЕ ДОХОДЫ. У вас больше не будет зарплаты, которая «капает» на карту два раза в месяц. Теперь у вас будет вознаграждение, о котором тоже нужно уметь договариваться, чтобы не продешевить и не отпугнуть клиентов «кусачей» ценой. Это значит, что будет «то густо, то пусто».

ВСЕ РАСХОДЫ ЗА ВАШ СЧЁТ. Установка нужного ПО, обслуживание оргтехники теперь ваша забота!

ДЕФИЦИТ ОБЩЕНИЯ. Работать придется не меньше, чем в офисе, а коллег, с которыми можно перекинуться словечком, рядом не будет.

ЕСТЬ РИСК ПРОВОДИТЬ ВСЁ ДЕНЬ В ПИЖАМЕ, НЕ ВЫЛЕЗАЯ ИЗ КРОВАТИ. Попадая в ритм рабочей рутины, легко перестать следить за своим внешним видом и физической активностью.

Анекдот

Я так ненавидел понедельники, что решил уйти на фриланс. Теперь я одинаково ненавижу все дни недели.

Чем занять ребёнка на даче кроме бассейна и песочницы?

Мы предлагаем вам массу идей, которые позволят устроить малышу цифровой детокс: прожить пару недель, не вспоминая о гаджетах и телевизоре. Летом на даче есть чем заняться и без них!

Эксперименты

Чтобы организовать детскую лабораторию на участке, понадобятся различные емкости, ложки-палочки-ситечки-совочки, кусочки овощей и фруктов в качестве красителей. Расскажите малышу, что некоторые овощи (например, свекла, морковь, клубника и т.п.) могут окрашивать воду в различные цвета, и предложите поэкспериментировать. Дети это обожают!

На дачу с ребёнком: приключения начинаются!



Творчество

Закрепите на заборе фанерный щит, на котором можно разместить кусок старых обоев – вот вам и плацдарм для детского творчества, на котором можно рисовать чем угодно – хоть угольками из костра!

Геокешинг

Вспомните любимое увлечение своего детства – «секретки». Пусть ребенок так, чтобы этого никто не видел, выкопает в земле небольшое углубление, на дне выложит красивую композицию из цветов, фантиков, пуговиц и ненужных безделушек, а сверху прикроет ее прозрачным пластиком (мы в детстве использовали стекло) и присыплет землей или травой, чтобы никто не нашел. Место с «секретиком» нужно запомнить, а лучше – вместе с ребенком составить топографическую карту участка и отметить его на ней. Про «секретик» можно рассказывать только лучшим друзьям, а смотреть его нужно, расчистив землю так, чтобы было видно композицию. Можно модернизировать игру: вы прячете «секретки», а ребенок с картой ищет, а потом вы меняетесь ролями.

Спортивные игры

Соберите пустые пластиковые бутылки и попросите ребенка их раскрасить. Насыпьте в них немного песка, крупы или налейте воды для устойчивости. Поставьте их елочкой, и пусть малыш попробует сбить как можно больше кеглей. Идея: чтобы было веселее, устройте семейный чемпионат по «боулингу».

– Сынок, хочешь поехать в «Музей советских вещей и быта»? – Папа, я больше на дачу не поеду!



Сюжетные игры с куклами

Если ваша дочка или внучка любит играть с куклами, предложите ей устроить для них пляжное кафе. Пусть тазик с водой будет бассейном, емкость с песком – пляжем, на листьях подорожника можно подавать экзотические блюда... Наверняка девочка придумает еще много интересных сюжетных поворотов.



Исследования

Если ваш ребенок проявляет интерес к природе, возьмите на дачу альбомы (для гербария или для фотоохоты). Пусть малыш собирает заинтересовавшие его растения, а вы сможете ему найти информацию о них в интернете. Если у вас есть полароид, можно отправить ребенка на фотоохоту за насекомыми или птицами и составить альбом «Насекомые/птицы на нашей даче».

До дачи ещё надо добраться, минуя пробки и долгую однообразную дорогу. Чем занять малыша в пути?

Детская аудиокнига или аудиоэнциклопедия.

Если малыш любит читать и слушать интересные истории, то аудиокниги – отличное решение, чтобы не скучать в пути, а заодно и набраться новых знаний и впечатлений.

Словесные игры.

Это отличный вариант провести время в машине всей семьей. И не обязательно играть в «Города» (маленькие их не знают), можно играть в «Что поместится в банку?» или просто в «Слова» (следующий игрок называет слово на букву, на которую окончилось слово предыдущего игрока).

«Считалка»: считаем определенные предметы, которые можно увидеть из окна, – кто больше? Например, дома с красной крышей или предметы, начинающиеся на букву «А».

«Снежный ком» – игра на тренировку памяти. Первый игрок называет одно животное, следующий – названное и еще одно, третий прибавляет к двум – третье. И так далее – лепим снежный ком, пока кто-то не ошибется. Можно переключаться что угодно: игрушки, мультфильмы, цвета и т.п.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Развлекаемся в дороге

НА ЗАМЕТКУ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Глаз-алмаз

Чем больше учёные исследуют человеческие глаза, тем больше поводов для восхищения находят. Радужки глаза людей различаются по 256 характеристикам! Для сравнения, при изучении отпечатков пальцев таких характеристик всего 40. Именно по этой причине популярность набирают биометрические проверки на пограничном контроле: радужку невозможно подделать. Или вот такой факт: мы способны различать до 100 тысяч цветов. А у 2% женщин из-за генетической мутации есть дополнительная колбочка в сетчатке, благодаря которой они различают 100 миллионов оттенков!



Лентясы ли ленивцы?

Из-за медлительного образа жизни ленивцев так и прозвали. Но на самом деле они не такие уж лентяи. Основу рациона составляют листья – еда малопитательная и трудная для переваривания. Вот они и не тратят энергию попусту. Кстати, в природе ленивцы не спят так же много, как в зоопарке, – по 20 часов в сутки. В неволе их кормят, а в естественных условиях приходится лазить по веткам самим. Поэтому дома они спят всего по 9-10 часов.



Ограбление по-крупному

Самое масштабное ограбление поезда произошло в середине прошлого века в Великобритании. Злоумышленники установили липовый семафор, включили запрещающий сигнал и остановили почтовый поезд, перевозивший мешки с деньгами. Они заставили машиниста доехать до ближайшего моста, где их ждали сообщники на грузовиках. Добычей грабителей стали 120 мешков с купюрами на сумму больше 2,5 млн фунтов (сейчас это было бы больше 40 млн). Но владеть таким богатством они смогли всего несколько дней, а затем всю банду из 12 человек арестовали и осудили в общей сложности на 307 лет тюрьмы.



Трудолюбивый Толстой

По воспоминаниям современников, великий русский писатель Лев Николаевич Толстой запросто мог порубить дрова, вспахать поле или выйти на снокок. По одной из версий, таким образом классик хотел узнать, чем живут обычные люди, побывать в их шкуре. Но есть свидетельства, что работал граф ради того, чтобы получать достаточную физическую нагрузку. Если в течение дня он мало двигался, то вечером просто не мог уснуть.

Светлана СИДОРЧУК

Ведущая программы «Время покажет» («Первый канал») Олеся Лосева рассказала о том, почему ест всего два раза в день, чем угощает своих гостей.

Олеся ЛОСЕВА:

Любимое блюдо – картошка с лисичками

А также поделилась рецептами простых и вкусных блюд: пышного омлета и картошки по-деревенски.

«Мой завтрак должен быть плотным»

– **Олеся, как строятся ваши отношения с едой?**

– Очень просто: я не терплю никакого насилия над организмом, а прислушиваюсь к нему и ем только то, что хочется. Люблю борщ, а зимой еще и с салом, люблю черный хлеб... Могу позволить себе и сладкое, но мне повезло – я к нему, можно сказать, равнодушна. Иногда могу съесть кусочек торта, но предпочитаю делать это с утра. Ну а вечером стараюсь не нагружать свою пищеварительную систему тяжелыми продуктами и выбираю что-то более легкое.

– **Каков ваш обычный рацион?**

– Я питаюсь два раза в день. И самый главный прием пищи – завтрак.

– **Что обычно едите на завтрак?**

– Завтрак обязательно должен быть плотным.

– **Варите каши?**

– Нет, каши я не люблю с детства. Могу приготовить сырники или запечь в духовке омлет – пышный и вкусный, такой, как в детском саду. С утра я люблю сыр, йогурт, поджарить хлеб в тостере... И обязательный атрибут моего завтрака – чашка кофе или чай с мятой. Для меня важно с утра поест так, чтобы часов до четырех о еде даже не думать. И только в

четыре-пять часов ем второй раз, совмещая таким образом обед и ужин. Ем всегда немного, чтобы потом не чувствовать тяжесть в желудке. По этой же причине отказываюсь от тяжелой пищи, в том числе и от фастфуда. Отдаю предпочтение салатам, сырам – буррате и моцарелле. Могу съесть какой-нибудь легкий суп. Мясу предпочту курицу. В мое меню также входят гречка и макароны. Раньше увлекалась суши, но потом охладела, поскольку они вызывают жажду. А рис, который содержится в суши, задерживает воду в организме.

О перекусах и куриной грудке

– **Скажите, тяжело держать такой большой промежуток времени между приемами пищи?**

– Нет, не тяжело. Я бы не сказала, что испытываю сильное чувство голода. Но если почувствую, что голодна, то поем. Но бывает и так, что возвращаюсь вечером домой настолько уставшей, что даже жевать лень! (Смеется.) И тогда ограничиваюсь чашкой кефира.

– **На работе перекусы бывают?**

Дословно

«Обожаю яичницу с помидорами»

– **Назовите, пожалуйста, свои любимые блюда.**

– Я не питаюсь деликатесами, в плане еды у нас все достаточно просто. Люблю собирать и готовить грибы. А мое любимое блюдо – жаренная картошка с лисичками. Иногда в охотку могу съесть кусочек салями, но в целом колбасу не люблю. Обожаю яичницу с помидорами. Чтобы блюдо получилось вкусным, важно хорошо поджарить помидоры. Самое главное – выждать, чтобы помидоры именно прожарились, а не просто превратились в томатный сок. И уже потом добавляю туда яйцо.

– **Какие блюда любили в детстве?**

– Одно из самых ярких кулинарных воспоминаний из детства – торт «Наполеон». Его всегда готовила мама по бабушкиному рецепту на день рождения. Это самый вкусный «Наполеон», который я когда-либо ела!

– **Перешла ли традиция печь этот торт и в вашу семью?**

– Да, теперь я готовлю этот торт для своих дочек.

– **Как часто балуете их сладостями?**

– Нечасто. От магазинных сладостей вообще стараюсь отказываться. Иногда пеку профитролы, пирожки. Мне нравится под настроение приготовить что-нибудь особенное. Например, зимой налепить хинкали – так, чтобы хватило и поесть, и заморозить. А вот на пельмени у меня уже не хватает сил! (Улыбается.)



– Стараюсь обойтись без них, но иногда в гримерке могу съесть конфетку, кусочек шоколада, выпить чашку чаю... Но баранок и сухек с собой не ношу.

– **Что обычно готовите из тех продуктов, которые перечислили? Например, из курицы?**

– Я выбираю куриную грудку. Чаще всего ее запекаю. Удобно купить уже замаринованное куриное филе в каком-нибудь молочном соусе. Раньше я проводила у плиты больше времени и могла готовить котлеты – рыбные, куриные, из индейки – на целую роту! Но со временем поняла, что оно того не стоит.

нет. Наверное, потому, что в нашей семье нет культа еды. Но в то же время я обожаю порадовать чем-то вкусным своих близких. Люблю угощать и удивлять гостей. И мне важно, чтобы на столе все было красиво.

– **Чем обычно удивляете гостей?**

– В моем холодильнике всегда есть сыры, в морозилке – мидии в вакуумной упаковке. Мясная вырезка, из которой можно быстро приготовить стейки. И шоколад. Хорошо идет запеченная картошка по-деревенски.

– **Как готовите такую картошку?**



Кстати

Секреты вкусного омлета

– Секрет пышности омлета состоит в большом количестве молока. Точных пропорций я вам не скажу, так как готовлю всегда на глаз. Просто больше лейте молока! Второй момент – никогда не взбивайте яйца блендером. Немного помешайте вилкой – этого будет достаточно. Соединяем молоко и яйца, солим. Затем полученную массу выливаем на противень и ставим в духовку на 20 минут. Высота омлета будет зависеть и от формы противня – он должен быть с высокими краями. Тогда наш омлет получается пышным-пышным!

«Люблю угощать и удивлять»

– **Какие ещё традиции сохранили в своей семье?**

– В Новый год мама готовит очень вкусную селедку под шубой и одну тарелку всегда приносит нам. Сколько я ни пыталась, но так и не смогла повторить ее рецепт! Каких-то особенных традиций у нас

– Сначала нарезаю ее дольками. Складываю в миску и поливаю оливковым или подсолнечным маслом с запахом семечки. Добавляю приправу – например, «Итальянские травы». Посыпаю, перемешиваю, выкладываю на пергаментный лист и отправляю в духовку. Минут через тридцать вкусная и ароматная картошка готова!

Елена СОКОЛОВА

Фото из личного архива Олеси Лосевой

ЧЕШСКАЯ ФОРМУЛА здоровья суставов

ГЕЛАДРИНК® АРТРОДИЕТ®
АКТИВНОСТЬ



– позаботится о сосудах и суставах. Всё что нужно, чтобы выглядеть молодо и двигаться легко!

ГЕЛАДРИНК® ФОРТЕ
ПОВДИЖНОСТЬ



– позволит Вам предотвратить травматизм, достичь физической выносливости, укрепить связки, мышцы и сухожилия при проблемах с подвижностью.

ГЕЛАДРИНК® ФАСТ
ГЕЛАДРИНК ФАСТ
ЭКСТРА ГИБКОСТЬ



– проверенный, серьезный помощник когда ни согнуться – ни разогнуться, ни ступить – ни наступить.

ГЕЛАДРИНК® ПЛЮС
МОЛОДОСТЬ



– базовая поддержка на все случаи жизни, как для суставов, так и для позвоночника, способствует питанию и укреплению всех тканей суставно-связочного аппарата.

КАЛЬЦИДРИНК®
УКРЕПЛЕНИЕ



– защитник хрящевых и костных тканей. Артродиетическое питание в стрессовых ситуациях для опорно-двигательной системы и всего тела!

Суставы любят Геладринк! www.geladrink.ru Продается в аптеках вашего города! Заказать можно: **ЕАПТЕКА** apteka.ru **здравсити**

СОПР RU.77.99.11.003.E.000005.01.15/77.99.32.003.E.003065.02.15/77.99.11.003.E.000003.01.15/77.99.19.003.E.000002.01.15/77.99.11.003.E.000004.01.15. ООО «еАптека» ОГРН147746631988. г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. эт., пом. 1, ком. 2. Лиц.: № ЛО-77-02-010433 от 13.08.19 г. АО НПК «Катрен» ОГРН1025403638875. 141402 г. Химки, Вашутинское ш., вл. 22. Лиц. № ФС-99-02-007598 от 26.12.19 г. ООО «ПроАптека» 127282, г. Москва, ул. Чермянская, д. 2, стр. 1. ОГРН: 1167746723517.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама

Такой привычный и простой кабачок на самом деле – настоящее сокровище, пусть и не особенно эффектно упакованное.

Э тот родственник тыквы – королевы осени – может по праву называться если не королем, то точно принцем лета. Редкий овощ может сравниться с кабачком в плане пользы для нашего здоровья и, что особенно приятно, красоты.

Кабачок – скромный принц нашего лета

Химический состав кабачка

Содержание (на 100 г): 0,6 г белков, 0,3 г жиров, 4,6 г углеводов, 1 г пищевых волокон, 0,1 г органических кислот, 0,1 г ненасыщенных жирных кислот, 0,1 г насыщенных жирных кислот, 0,4 г золы, 4,6 г моно- и дисахаридов; энергетическая ценность – 24 ккал.

Макро- и микроэлементы: калий, кальций, магний, железо, натрий, фосфор, цинк, медь, молибден, марганец, сера, титан, алюминий.

Витамины: А, В1, В2, В5, В6, В9, С, Е, Н, РР, бета-каротин.

ПОДРОБНОСТИ

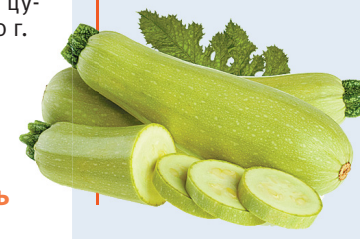


Кабачок и цукини – братья, но...

Многие наши читатели задают вопрос: только ли цветом цукини отличается от кабачка?

Цукини отличается от кабачка не только цветом, но еще и более тонкой кожицей, которую можно не очищать, и более нежным вкусом. Поэтому, кстати, цукини некоторые едят даже сырыми – в салатах или гарнирах. Также в цукини меньше семян и... калорий – всего 16 ккал на 100 г.

При всех плюсах овоща, с осторожностью следует употреблять кабачки при обострении язвы желудка и проблемах с почками. Возможны другие противопоказания. Решили поднажать на кабачки – проконсультируйтесь с врачом.



Подготовила Светлана ИВАНОВА

ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

- Помогает нормализовать водно-солевой обмен, выводит лишнюю жидкость. Укрепляет иммунитет, способствует общему оздоровлению организма.
- Снижает уровень холестерина. Благоприятно влияет на работу ЖКТ.
- Рекомендован при лишнем весе и в восстановительный период после операций или длительных болезней.
- Помогает выводить из организма шлаки и токсины. Способствует замедлению процессов старения организма.
- Благодаря высокому содержанию бета-каротина благоприятно влияет на зрение.
- Показан при проблемах с суставами, для профилактики артрита.
- Повышает выносливость организма.
- Используется для приготовления косметических масок и лосьонов.

Детали От отёков и целлюлита

Регулярные маски из натертой мякоти кабачка увлажняют кожу и даже помогут в борьбе с отеками или «апельсиновой корочкой».



НА ДОСУГЕ

Найди 10 отличий Бег – дело хорошее!

Всё большей популярностью у любителей здорового и активного образа жизни пользуется бег. Это отличное средство, чтобы поддержать и укрепить здоровье, настроить организм на долголетие.

Ответы. Вид облака слева вверх, столбик забора справа вверх, лампа у девушки – в воздухе, положение левой руки у девушки, цвет толика у лидера, у лидера манжетка шорт у дамы в центре, цвет майки спортивной штатов у муженька, цвет майки у него же, кустика за спиной и юннижмля.



Середина лета радует сочными, свежими ягодами, которые в изобилии созревают в наших садах.

Кто-то предпочитает заготавливать ягоды впрок, но мы предлагаем воспользоваться моментом и попробовать новые блюда из них. Мы не сомневаемся, что какое-то из этих блюд навсегда войдет в ваше летнее меню.

– Как отличить гриб от ягоды?
– Попробуйте его сварить. Если получится суп, то это гриб, если компот – то ягода.

Салат с клубникой и шпинатом

Американская кухня. На 2 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 120 г клубники, 100 г шпината, 1 ст. л. грецких орехов, 1,5 ст. л. бальзамического уксуса, 1,5 ст. л. оливкового масла, 0,5 ч. л. сахара, молотый черный перец, соль.

Калорийность (на 100 г): 128 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Орехи подсушить на сухой сковороде, остудить.
- 2 Клубнику нарезать крупными ломтиками.
- 3 Шпинат вымыть, обсушить.
- 4 Сделать заправку: смешать бальзамический уксус, сахар, соль и перец, понемногу ввести, постоянно взбивая венчиком, оливковое масло – до образования соуса.
- 5 Соединить шпинат, клубнику и орехи, осторожно перемешать, разложить по десертным тарелкам или салатницам, заправить полученным соусом.



Мы привыкли видеть клубнику в составе десертов, варений и компотов, а между тем эта ягода отлично сочетается с пряными травами, рукколой, помидорами, сладким перцем и другими неожиданными продуктами.



Свежие ягоды – украшение летнего стола



Коврижка с чёрной смородиной

Алжирская кухня. На 8 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г черной смородины, 200 г муки, 100 г овсяных хлопьев, 1 яйцо, 1,5 ч. л. разрыхлителя, 100 г сливочного масла, 150 мл молока, 200 г сахара, пакетик ванильного сахара, щепотка соли.

Калорийность (на 100 г): 290 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 В большой миске смешать муку, овсяные хлопья, разрыхлитель, смородину.
- 2 Масло растопить и дать остыть.
- 3 Яйцо взбить с сахаром (включая ванильный) и солью, влить молоко и растопленное масло, перемешать, добавить в смесь с ягодами, перемешать.
- 4 Выложить тесто в форму для запекания.
- 5 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке ~40 минут.



Семифредо с малиной

Итальянская кухня.

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 400 г малины, 500 г маскарпоне, 4 яйца, 150 г сахара.

Калорийность (на 100 г): 336 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Отделить желтки от белков.
- 2 Желтки взбить с сахаром, добавить маскарпоне, взбить еще раз.
- 3 Добавить малину, аккуратно перемешать, стараясь не повредить ягоды.
- 4 Белки взбить, ввести в желтковую массу.
- 5 Полученную смесь переложить в форму, выстланную пищевой пленкой, убрать в морозилку на 6 часов.
- 6 Перед подачей извлечь семифредо из формы, нарезать ломтиками.



Соус к мясу из красной смородины

Грузинская кухня. На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г красной смородины, пучок кинзы, по 2 ч. л. семян кориандра и тмина, 4 зубчика чеснока, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 110 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Чеснок и кинзу нарезать произвольно.
- 2 Растолочь кориандр, тмин, кинзу и чеснок в ступке до однородной массы.
- 3 Смородину залить водой так, чтобы она только покрывала ягоды, довести до кипения, через 5 минут снять с огня. Потом смородину на сито, протереть в ситейник, перемешать, довести до кипения, уварить на самом малом огне до загустения.



Светлана ИВАНОВА

ДВОЙНОЙ ЭФФЕКТ: стойкая эрекция и здоровая простата!



Александр Эдигер, эксперт по медицинской технике:

«Тысячи мужчин уже убедились в силе и возможностях прибора «Союз-Аполлон»: **это не лечение – это удовольствие!** А эрекция просто космос!»

В основе медицинского аппарата «Союз-Аполлон» лежит уникальная разработка ученых Центрального НИИ авиационной и космической медицины СССР. Прибор был

создан специально для восстановления здоровья космонавтов после длительного нахождения в космосе. Из-за невесомости образуются застои, тромбы, и страдают от этого не только сосуды, но и вся мужская мочеполовая система – потенция ухудшается и развивается простатит!

Принцип вакуумной терапии, который используется в приборе «Союз-Аполлон», обеспечивает сильнейший приток «свежей» крови в область малого таза, способствуя возвращению потенции, а также

улучшает микроциркуляцию крови в предстательной железе. Одновременно с этим, воздействие переменного электромагнитного поля выводит застоявшуюся кровь и продукты воспаления из простаты. Таким образом, **«Союз-Аполлон» способствует восстановлению стойкой эрекции, а также помогает в лечении простатита, аденомы, уретрита и нарушения мочеиспускания.** Именно за мощнейший двойной эффект этот прибор так полюбили космонавты!

Хватит мучиться от боли и по

несколько раз вставать по ночам в туалет! Независимо от возраста и состояния здоровья, «Союз-Аполлон» подарит Вам уверенность в себе и своих силах, стабильную эрекцию, повторные половые акты, удовольствие от секса и здоровье простаты! Результат можно увидеть уже после 1-го применения. С аппаратом «Союз-Аполлон» все процедуры Вы делаете дома. Это просто, приятно и эффективно!

Торопитесь! Цена 20-го года пока действительна!



Звоните по бесплатному номеру (конфиденциально):

Код Вашего подарка: **«СОЮЗ»**



8 (800) 100-55-60

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

* При покупке аппарата «Союз-Аполлон». Акция действует с 01.07.2021 по 31.12.2021 г. Необходима консультация специалиста. ООО «Национальный центр здоровья», ОГРН 1167746824354, РФ, 127576, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение 1, комната 24. Регистрационное удостоверение ФСР 2012/13220 от 19.03.2012 г. Информация об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60.

Лето – это время, когда каждая женщина может серьезно экономить на уходовой косметике, особенно если у неё есть дача.

Нет своей – можно заехать на дачу к подруге и обеспечить себя отличным сырьем для поддержания красоты. Конечно, придется приложить некоторые усилия и потратить чуть больше времени, ведь маску из магазинной баночки не нужно делать, она уже готова, но результат превзойдет все ваши ожидания. Ни в одном магазине не найти то, что дают нам свежие овощи, фрукты, ягоды, живые травы. Природная косметика прекрасно справляется и с сухостью, и с жирностью кожи, восстанавливает поврежденные волосы, уничтожает перхоть – не перечислить всех ее умений. И зачастую все это растет на вашей даче, в огороде или саду.

Огурец

Обычный огурец может стать настоящей панацеей и для сухой, и для жирной кожи. Чтобы увлажнить, очистить и напитать витаминами сухую кожу, огурец следует натереть на мелкой терке и нанести на лицо в виде маски. Через 10-15 минут огуречную кашицу снять, лицо ополоснуть водой комнатной температуры.

Для жирной кожи идеален огуречный лосьон: нарезанный мелко огурец заливают водкой в соотношении 1:10, и через неделю лосьон готов. Достаточно протирать им кожу два раза в день, чтобы избежать жирного блеска. Самое приятное, что хранится этот лосьон достаточно долго, поэтому заготовить его можно хоть на целый год.

А для натруженных ног огурец – настоящее спасение. Если пятки огрубели, появились натоптыши и твердые мозоли, натрите на терке огурец (подойдет и желтый переросток), приложите к ногам и оберните пищевой пленкой. Сверху наденьте носки и осторожно (будет скользко!) походите в этой маске 30-40 минут. По окончании процедуры ноги нужно сполоснуть прохладной водой и смазать очень тонким слоем, буквально 2-3 капли на стопу, любого растительного масла.

Морковь

Маски и примочки из моркови практически идеальны для сухой и увядающей кожи. Морковь для маски нужно тщательно вымыть, натереть на терке и наложить на лицо. Через 15-20 минут маску смыть теплой водой. Если кожа очень сухая, можно доба-

вить в морковное пюре несколько капель любого растительного масла или чайную ложку сметаны (сливок).

Морковная маска может стать омолаживающей, если к морковному пюре добавить яблочное в пропорции 1:1.

Еще один вариант морковной маски – с использованием сока. Морковь натереть на терке, выжать сок, смочить в нем сложенную в 2-3 слоя марлю (или х/б салфетку), наложить на лицо. Когда марля начнет подсыхать, снять ее и умыться теплой водой.

Спа-салон с грядки

с красотой всё в порядке

Укроп

Укроп благотворно воздействует на проблемную кожу: эффективно справляется с угрями, покраснениями и другими неприятностями. Маску из укропа делают точно так же, как и маску из петрушки.

Петрушка

Петрушка – едва ли не самый эффективный косметический отбеливатель. Если нужно убрать веснушки или пигментные пятна, идите в огород, нарвите петрушки,

тщательно вымойте ее и измельчите. Добавьте в измельченную петрушку немного сметаны, кефира, йогурта, сливок или молока, наложите на проблемные места и смойте через 10-15 минут прохладной водой. Для сухой кожи выбирайте жирные молочные продукты, для жирной – обезжиренные. Если молочных продуктов нет под рукой, их заменит любое растительное масло или сырое куриное яйцо: для сухой кожи – желток, для жирной – белок.

Капуста

Самая обычная белокочанная капуста, даже незрелые ее листья, обладает омолаживающим и очищающим действием. Маска из измельченных капустных листьев полезна для любой кожи.

Проблемной коже помогут регулярные протирания свежевыжатым капустным соком.

Маска из капусты, растительного масла и овсяной муки (1:1:1) оказывает отбеливающее и разглаживающее действие. Ее можно наносить на проблемные участки кожи: пигментные пятна, морщины – на 20 минут, после чего смыть теплой водой.

При выпадении волос полезна смесь из капустного сока, сока шпината и лимона (1:1:1). Смесь втирают в корни вымытых и слегка подсушенных волос в течение двух месяцев. Капустный лист, приложенный к ушибу, быстро снимет отек, а зафиксированный на пятках отлично размягчит загрубевшую кожу.

Картофель

Картофельный сок обладает противовоспалительным и успокаивающим действием. Поэтому некоторые мозоли, натоптыши, ожоги, угри можно удалять с помощью сырого картофеля. Для этого клубень необходимо тщательно вымыть и, не очищая, натереть на мелкой терке. Полученную кашицу прикладываем к нашей проблеме и фиксируем на 30-40 минут. При угревой сыпи такие маски рекомендуются делать дважды в неделю.

Сварив картофель, не выливайте воду из-под него, а охладите ее и опустите туда руки на 10-15 минут, после чего ополосните их холодной водой – кожа на руках станет значительно мягче.

Крапива

Очень хорошо освежает кожу крапивный лосьон. Для его приготовления нарежьте мелко листья крапивы – столько, чтобы получилось 4-5 столовых ложек, залейте стаканом крутого кипятка и оставьте до полного остывания. Протирайте процеженным лосьоном лицо 2-3 раза в день.

Этим же лосьоном очень полезно ополаскивать волосы после мытья, если есть какие-то проблемы: выпадение, отсутствие блеска, перхоть.

ВАЖНО! Перед применением обязательно посоветуйтесь с врачом!

Сладкий перец

Сладкий перец, как и другие овощи, богат витаминами, поэтому маски из него тоже, безусловно, полезны. Питательную маску делают, измельчая сладкий перец и добавляя яичный желток или немного сметаны.

Пигментные пятна можно хорошо отбеливать, приложив на 10-15 минут кусочек

– Вот, купили дачу для семейного отдыха.
– Ну и как, отдыхаете?
– Да, конечно, особенно когда на дачу не ездим...

сладкого перца с аккуратно снятой кожицей. А если к измельченному перцу добавить немного морковного сока и несколько капель растительного масла, получится очень хорошая омолаживающая маска для сухой и увядающей кожи.

– Поставил на огороде чучело – птица от ягод отпугивать.

– Помогло?

– Не особо. Зато вечерами теперь слушаю, как сосед с ним футбол обсуждает.

Светлана ИВАНОВА

Собаки любят лето гораздо меньше, чем мы, люди.

Летом четвероногую непоседу окружает слишком много опасностей и дискомфорта. К счастью, в наших силах сделать так, чтобы питомцу было легче переносить жару и прочие неприятности.

Вот оно какое, собачье лето!

Потеря в лесу

ПРОБЛЕМА: вы взяли собаку с собой в лес, она увлеклась изучением обстановки и не заметила, как потерялась. Запаниковав, животное может начать метаться и заблудиться еще больше.

РЕШЕНИЕ:

- Специальный ошейник с трекером – вещь дорогая, но очень облегчающая поиски питомца! Кстати, и в городе пригодится, если ваша собака периодически срывается «в загул».
- Кто-то один из компании должен ждать собаку на том месте, где видели ее в последний раз (куда приехали, где выгрузили вещи).
- Если наступает ночь, а собака так и не вернулась, оставьте на месте ожидания какую-то вещь с запахом хозяина или тряпку, которой вытирали саму собаку. Возможно, собака вернется по своим следам спустя несколько часов, и ей будет понятно, что хозяина нужно ждать здесь.
- Сообщите о пропаже леснику, егерю – тому, кто отвечает за данный лесной массив.

Подушечкам горячо!

Раскаленный асфальт, нагретые солнцем плиты и камни могут спровоцировать ожог лап. Еще один довод, чтобы не выводить питомца на улицу в жару! Утром и вечером, когда поверхности остынут, прогулка будет более безопасной.

Обезвоживание

ПРОБЛЕМА: если в организме собаки в жаркий день недостаточно жидкости, могут наступить такие же последствия, как при тепловом ударе. В первую очередь это касается активных животных и питомцев с лишним весом.

РЕШЕНИЕ:

- Питьевая вода и поильник во время прогулок должны быть с вами. Предлагайте собаке попить каждые 30-40 минут.
- Никакой воды из луж! Мало ли что туда попало – остатки бензина или машинного масла, химикаты, да просто грязь.

Отравление

ПРОБЛЕМА: летние отравления собак на улице случаются по двум причинам – из-за обработанных химикатами растений или из-за привычки собаки подбирать с земли все подряд.

РЕШЕНИЕ:

- Проводя на даче обработку растений от болезней и вредителей, изучайте состав препарата. Если он опасен для питомца, не привозите животное на участок в течение нескольких дней после опрыскивания. Или выберите препарат, который не повредит собаке.
- Неукоснительное выполнение команды «Фу!» может спасти животное от гибели. Не отступайте, закрепляйте ее до тех пор, пока она не будет доведена до автоматизма!

Кусачая мелочь

ПРОБЛЕМА: болезни, которые переносят клещи, а также укусы пчел, ос, слепней и тому подобных представителей мелкой фауны. Самые распространенные последствия укусов клещей – боррелиоз и пироплазмоз. Хотя есть еще около десятка не менее опасных недугов, способных довести собаку до инвалидности и даже летального исхода.

Укусы жалящих насекомых опасны тем, что могут вызвать анафилактический шок.

РЕШЕНИЕ:

- Защищать своего питомца необходимо в течение всего периода активности клещей – с апреля по октябрь. В зависимости от возраста, состояния здоровья, образа жизни собаки ветеринар подберет подходящее средство – таблетки, ошейник, капли на холку и так далее. Чем больше времени питомец проводит на улице, особенно за городом, тем более серьезная защита ему требуется.
- Если собака засунула свой любопытный нос туда, где хозяйничает оса, пчела или шмель, проблем не избежать! Для начала из места укуса нужно извлечь жало (аккуратно, не сдавливая образовавшуюся припухлость), затем смочить раствором соды (1 ч. л. на 0,5 л воды) или лимонной кислоты (если укусила оса). Поможет также холодный компресс, приложенный к месту укуса. Если укусов несколько, они пришлись на область морды и шеи, необходимо отвезти животное к ветеринару!

Один в машине

ПРОБЛЕМА: уходя по делам, многие владельцы оставляют своих питомцев в машине. Летом это опасно вдвойне! Даже если вы оставили приоткрытое окно, собака может «схватить» тепловой удар за считанные минуты!

РЕШЕНИЕ: ни в коем случае не оставлять собаку в закрытой машине, даже на 10 минут!

Высокая температура воздуха

ПРОБЛЕМА: терморегуляция у собак имеет свои особенности, поэтому охлаждение тела в жару у них происходит не слишком эффективно. Особенно если у вас мохнатый питомец с темной шерстью. Видите, что в жару собака стала вялой и горячей, у нее появилась одышка, рвота, учащенное дыхание – с большой вероятностью, у животного тепловой удар.

РЕШЕНИЕ:

- Прогулки только рано утром и поздно вечером, когда жара уже спала.
- Дома скатайте ковры, чтобы животное могло лечь животом на прохладный пол.
- Если собака остается дома одна на весь день, задерните шторы, чтобы квартира не нагревалась солнечными лучами.
- Если тепловой удар случился на улице, нужно намочить собаке лапы и живот прохладной водой.

ВАЖНО!

Обливать водой спину собаке не нужно! Это только замедлит охлаждение!

- Если находиться на улице в жару с собакой необходимо, купите для нее охлаждающий жилет, а еще лучше – найдите место в тени, где она сможет полежать и охладиться.

Валерия ПАШЕЧКИНА

Специальные выпуски журнала «Дачный спец» – «ЗАГОТОВКИ»



Все выпуски в продаже!

Спецвыпуски распространяются только в розницу и не входят в подписной комплект журнала «ДАЧНЫЙ СПЕЦ» (индекс П2960). Реклама. 12+

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

1 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Доброе утро» 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор. (6+) 12.00 15.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.10 Мужское / Женское. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 На самом деле. (16+) 19.45 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «ПРЕЗУМПЦИЯ НЕВИНОВНОСТИ». (16+) 23.35 Вечерний Ургант. (16+) 00.15 «Спасибо за то, чего нет». К 80-летию Людмилы Чурсиной. (12+) 01.10 Время покажет. (16+) 03.00 Новости 03.05 Время покажет. (16+) 03.30 Мужское / Женское. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 «О самом главном». (12+) 11.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.40 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «ПОИСКИ УЛИК». (12+) На берегу залива найден труп молодой женщины. 17.00 Вести 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+) 18.40 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ХОЗЯЙКА ГОРЫ». (16+) 00.50 XXX Международный фестиваль «Славянский базар в Витебске» 03.35 «ЖЕНЩИНЫ НА ГРАНИ». (16+)	04.50 «ЛЕСНИК». (16+) 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.00 Сегодня 08.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+) 10.00 Сегодня 10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+) 11.20 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+) Канун Нового года. Сотрудники ЦКБ готовятся отметить праздник. В «красной зоне» не работает интернет. 13.00 Сегодня 13.20 Чрезвычайное происшествие 13.50 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 16.00 Сегодня 16.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 19.00 Сегодня 19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 22.40 Сегодня 23.00 «ДЕЛО ЧЕСТИ». (16+) 02.45 «АДВОКАТ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.05 «САМР РОСК-2. ОТЧЁТНЫЙ КОНЦЕРТ». (12+) 08.00 «Папа в декрете». (16+) 08.20 «ДНЕВНИК ПАМЯТИ». (16+) 10.55 «ЕСЛИ СВЕКРОВЬ - МОНСТР». (16+) 12.55 «ДОРА И ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД». (6+) 15.00 «ТЕЛЕПОРТ». (16+) 16.50 «Я - ЧЕТВЁРТЫЙ». (12+) 19.00 ПРЕМЬЕРА! «СТОРИЗ». (16+) 19.50 «МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ». (16+) 22.00 «УГНАТЬ ЗА 60 СЕКУНД». (12+) 00.25 Русские не смеются. (16+) 01.25 «ЯВЛЕНИЕ». (16+) 02.55 «САМР РОСК-2. ОТЧЁТНЫЙ КОНЦЕРТ». (12+) 04.30 «б кадров». (16+) 05.00 «Мультфильмы». (0+) 05.50 Ералаш. (0+)	07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «САШАТАНЯ». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 18.00 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «ОЛЬГА». (16+) Аня делится с Ольгой планами на жизнь и учага в них явно не входит. На Юргена насаждают коллекторы - он задолжал денег. Чича придумывает способ быстро заработать, чтобы закрыть долг Юргена. 21.00 «Комеди Клуб». (16+) 22.00 «Где логика?» (16+) 23.00 «Я НЕ ШУЧУ». (18+) 23.30 «Женский Стендап». (16+) 00.00 «Такое кино!» (16+) 00.30 «Импровизация». (16+) 03.15 «Comedy Баттл. Лучшее». (16+) 04.05 «Открытый микрофон». (16+) 06.35 «ТНТ. Best». (16+)	05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 Документальный спецпроект. (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ХИЩНИКИ». (16+) 22.05 «Водить по-русски» 23.30 «Неизвестная история». (16+) 00.30 «ИЗ АДА». (18+)		

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
05.00 Орел и решка. Рай и Ад. (16+) 06.30 Орел и решка. По морям. (16+) 07.30 «ИП ПИРОГОВА». (16+) 10.00 Пацанки-5. (16+) 12.00 Мои первые каникулы. (16+) 13.05 19.20 Мир наизнанку. Китай. (16+) 15.05 Мир наизнанку. Пакистан. (16+) 18.20 21.20 Мир наизнанку. Бразилия. (16+) 23.15 Орел и Решка. Земляне. (16+) 00.15 Пятница News. (16+) 00.45 «ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ». (16+)	06.00 Улётное видео. (16+) Видеосоюжеты, которые вошли в программу, зафиксированы уличными камерами наблюдения... 07.00 Улётное видео. Лучшее. (16+) 08.00 Улётное видео. (16+) 08.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 09.00 Дорожные войны. (16+) 11.00 Улётное видео. (16+) 13.30 Дизель шоу. (16+) 15.30 «+100500». (16+) 18.30 Дизель шоу. (16+) 21.30 «+100500». (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 01.55 Улётное видео. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 15.10 «Календарь». (12+) 09.30 16.10 «Среда обитания». (12+) 09.50 10.05 21.00 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ». (12+) 10.00 12.00 13.00 15.00 19.00 Новости 11.30 16.30 «Врачи». (12+) 12.05 13.10 19.15 01.30 «ОТражение» 17.00 «Здоровая среда». (12+) 18.00 «Губернские новости» 18.15 «Территория успеха» 18.45 «Здоровый интерес» 22.35 «Моя история». (12+) 23.15 «Вспомнить всё». (12+) 23.45 «Вредный мир». (16+) 00.15 «Домашние животные»
05.00 «Папа попал». (12+) 09.00 «Не ври мне!» (16+) 11.00 «Дом-2. Lite». (16+) 12.00 «Супермама». (16+) 14.05 «За кадром. Б16». (16+) 14.30 «Моя свекровь - монстр». (16+) За звание лучших хозяек поборются 5 команд. Каждая серия шоу посвящена обеду в доме одной из команд. 16.40 «Модель XL». (16+) 19.55 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+) 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 01.40 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 03.10 «Свадьба вслепую». (16+)	05.00, 10.10 «АННА ГЕРМАН». (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.55 Новости 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10, 18.00 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 15.05, 16.20 Дела судебные. Новые истории. (16+) 17.20 Мировое соглашение. (16+) 19.25, 20.15 Телеигра «Игра в кино». (12+) 21.00 Слабое звено. (12+) 22.00, 23.00 Шоу «Назад в будущее». (16+) 00.05 Всемирные игры разума. (12+) 00.45 Игра в слова. (6+) 01.25 «Славянский базар в Витебске». (12+) 03.00 Мир победителей. (16+)	05.30 «Путь к Победе». (16+) 06.30 «НЕ СТАРАЙСЯ ОСТАТЬСЯ ЖИВЫМ». (16+) 07.40 «ВЫСОТА 89». (16+) 09.30 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+) 11.20 «КРИК ТИШИНЫ». (12+) 13.00 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (12+) Сериал. Семейная сага, 2014 г. 17.40 «ДИВЕРСАНТ». (16+) 21.20 «ДИВЕРСАНТ. КОНЕЦ ВОЙНЫ». (16+) 23.00 «Путь к Победе». (16+) 00.10 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+) 01.40 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+) 03.00 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+) 04.10 Великая война. «Битва за Кавказ». (16+)

ДЕТСКИЕ

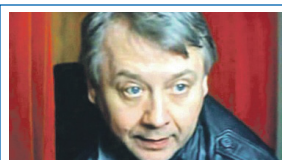
КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
05.00 Профилактика до 06.00 06.00 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 06.50 «Чудеса в виражах». (0+) 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.55 «Академия Скайлендеров». (12+) 08.20 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 08.50 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Пёс Пэт». (6+) 11.15 «Люк - путешественник во времени». (6+) 11.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 12.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+) 13.45 «Финес и Ферб». (6+) 14.40 «Клеопатра в космосе». (6+) 15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+) 16.35 «ТАЙНЫ САЛФЕР-СПРИНГС». (6+) 17.10 «Рапунцель». (6+) 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 19.30 «Приключения Флика». (0+) 21.30 «Отель Трансильвания». (12+) 22.25, 01.55 «ТАЙНЫ САЛФЕР-СПРИНГС». (6+) 23.00 «Команда Мстители». (12+) 00.00 «Я ЛУНА». (12+) 02.15 «ГАББИ ДЮРАН: НЯНЯ ИНОПЛАНЕТЯН». (6+) 02.40 «Приключения Флика». (0+) 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 РAINIE ПТАШКИ. (0+) 06.55 «Жужжалка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Жужжалка». (0+) 07.35 «Суперкрылья. Миссия выполнима». (0+) 08.05 «Ник-изобретатель». (0+) 09.55 «Доктор Малышкина». (0+) 10.00 «Тру и Радужное королевство». (0+) 11.40 «Роботы-поезда». (0+) 12.15 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+) 12.40 «Бен 10». (12+) 13.05 «Металионы». (6+) 13.30 «Бобр добр». (0+) 15.40 «Зелёный проект». (0+) 15.45 «Царевны». (0+) 18.40 «Робокра Поли и его друзья». (0+) 19.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.25 «Акулёнок». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Зебра в клеточку». (0+) 22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+) 22.25 «Гормити». (6+) 22.50 «Дикие скричеры!» (6+) Мультсериал о зрелищных сражениях скричеров - боевых роботов, способных превращаться в свирепых механических зверей. 23.15 «Ералаш». (6+) 00.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+) 01.25 «Команда Дино. Исследователь». (0+) 02.45 «Волшебный фонарь». (0+) 03.50 «Смешарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC NG
06.00 Мега-пит-стопы. (12+) 06.46 Махинаторы. (12+) 07.39, 08.06 Битвы за контеинеры. (16+) 08.32, 08.59 Как это устроено? (12+) 09.25 Крутой тюнинг. (12+) 10.18 Смертельный улов. (16+) 11.12 Операция «Спасение дома»: ранчо Рейни. (12+) 12.06 Реальные дальнбойщики. (16+) 13.00, 13.54 Реальные дальнбойщики. (12+) 14.48 Махинаторы. (12+) 15.42 Мега-пит-стопы. (12+) 16.36, 17.03 Кафе, закусьные и забегаловки. (12+) 17.30 Быстрые и громкие. (12+) 18.24, 18.51 Битвы за контеинеры. (16+) 19.18, 19.45 Как это устроено? (12+) 20.12 Махинаторы. (12+) 21.06, 03.45 Лучшие автомобили в истории. (12+) 22.00 Скорость - хит сезона. (12+) 22.54, 23.21 Фургон мечты. (12+) 23.47 Осторожно, опасные животные. (16+) 00.40, 01.30 Махинаторы. (12+) 02.15 Быстрые и громкие. (12+) 03.00, 03.23 Как это устроено? (12+) 04.30 Скорость - хит сезона. (12+) 05.15, 05.38 Фургон мечты. (12+)	06.05 Тайны музеев. (12+) 06.55 Первые люди. (12+) 07.50 История христианства. (12+) 08.55 Музейные тайны. (12+) 09.40 По следам вождя гуннов Аттилы. (12+) 10.25 Мифы и тайны королевской истории. (16+) 11.25 Кельты: кровью и железом. (12+) 12.30 Тайная война. (12+) 13.20 Первые люди. (12+) 14.20 История христианства. (12+) 15.25 Мифы и тайны королевской истории. (16+) 16.20 Мегалис: секреты древнего мира. (12+) 17.15 Бездна: Семя насилия 1918-1922. (16+) 18.15 Разгадка тайны пирамид. (12+) 19.05 Кельты: кровью и железом. (12+) 20.10 Расшифрованные сокровища. (12+) 21.00 Мегалис: секреты древнего мира. (12+) 21.55 Бездна. (16+) 22.50 Восход Османской империи. (16+) 23.35 Мифы и тайны королевской истории. (16+) 00.30 Первые люди. (12+) 01.30 По следам вождя гуннов Аттилы. (12+) 02.10 Мегалис. (12+) 03.05 Мифы и тайны королевской истории. (16+) 03.55 Кельты: кровью и железом. (12+) 04.55 Музейные тайны. (12+) 05.35 Родовые проклятия. (12+)	06.00 Зона строительства. (16+) 06.25 Сделать за один день. (16+) 06.55 Необычные промыслы. (16+) 07.40 Инстинкт выживания. (16+) 08.30 Чудеса инженерии. (16+) 09.15, 10.00 Авто-SOS. (16+) 10.55 Дикая тунец: Север против Юга. (16+) 11.45, 16.50 Затерянные сокровища Египта. (16+) 12.35 Непокорный остров. (16+) 13.25 Короли рыбалки. (16+) 14.15 Рыбы-чудовища. (16+) 15.05 Злоключения за границей. (16+) 16.00 Служба безопасности аэропорта. (16+) 17.40 Египет с высоты птичьего полета. (16+) 18.30, 18.50 Фабрика еды. (16+) 19.20 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+) 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 21.00 «ГЕНИЙ: АРЕТА». (16+) 21.45, 22.10 1989: Год, сотворивший современный мир. (16+) 22.40, 23.00 Горячие границы. (16+) 23.25 Граница. (16+) 00.20 Вторая мировая война: Ад под водой. (16+) 01.05 Труднейший в мире ремонт. (16+) 01.55 Суперстроения Третьего рейха. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериалы (0+) рекомендуется детям любого возраста, (6+) не рекомендуется детям до 6 лет, (12+) не рекомендуется детям до 12 лет, (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет, (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

РОССИЯ К
Культура



12.00 «ЕСЛИ МОЖЕШЬ, ПРОСТИ...»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 15.05 «Путешествие в детство»
- 08.20 17.45 «Живая Вселенная»
- 08.45 21.00 «БАЯЗЕТ»
- 09.30 «Другие Романовы»
- 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 10.15 «Пряничный домик»
- 10.45 «Полиглот»
- 11.30 22.10 «Роман в камне»
- 12.00 «ЕСЛИ МОЖЕШЬ, ПРОСТИ...»
- 13.25 «Караваджо. Душа и кровь»
- 15.50 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 18.10 01.00 Мастера вокального искусства
- 19.00 «Библейский сюжет»
- 19.45 Линия жизни
- 20.40 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.45 «Но жизнь бесконечная...»
- 22.40 «Тутанхамон: жизнь, смерть и бессмертие»
- 23.50 «ШАХЕРЕЗАДА»

ТВЦ



18.10 «УБИЙСТВО НА ТРОИХ».

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА».
- 10.25 Большое кино. (12+)
- 11.00 «Хватит слухов!» (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Петровка, 38. (16+)
- 15.05 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ПРОКЛЯТЫЕ ПУСТЫННЫХ БОЛОТ». (12+)
- 16.55 «Битва за наследство». (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «УБИЙСТВО НА ТРОИХ». (12+)
- 22.00 События
- 22.35 Спецрепортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 Петровка, 38. (16+)
- 00.20 «Михай Волонтир. Цыганское несчастье». (16+)
- 01.05 «Знак качества». (16+)
- 01.45 «Мир рождает войну, или Троицкий в Брест-Литовске». (12+)

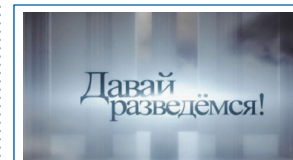
ТВ-3



23.00 «ЧУЖОЙ-3».

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Знаки судьбы. (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 18.30 «НЕИЗВЕСТНЫЙ». (16+)
- Новое дело в Бюро приносит... Шагин. Кажется, он влюбился в женщину, у которой пропала дочь, и просит Бюро помочь новой знакомой. В ходе расследования Бюро узнает о жизни пропавшей девочки то, чего не знала родная мать.
- 20.20 «МЕНТАЛИСТ». (16+)
- При загадочных обстоятельствах умирает Чарльз Уитекер, картограф компании, работающей на Пентагон. Официальный диагноз - сердечная недостаточность...
- 23.00 «ЧУЖОЙ-3». (16+)
- 01.30 «КАСЛ». (12+)
- 02.45 «Тайные знаки». (16+)

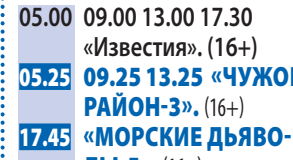
ДОМАШНИЙ



09.10 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 06.35 «Реальная мистика». (16+)
- 07.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.10 Давай разведёмся! (16+)
- 10.15 Тест на отцовство. (16+)
- 12.25 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.35 «ТРИ ИСТОРИИ ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «СКАЖИ ТОЛЬКО СЛОВО». (16+)
- 23.25 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-4». (16+)
- 01.25 «Реальная мистика». (16+)
- 02.25 «Порча». (16+)
- 02.50 «Знахарка». (16+)
- 03.15 «Понять. Простить». (16+)
- 04.05 Тест на отцовство. (16+)
- 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)

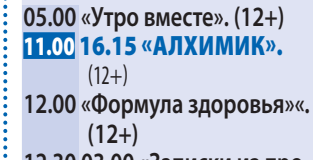
5 5-й КАНАЛ



09.10 Давай разведёмся! (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 05.25 09.25 13.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+)
- 17.45 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ-5». (16+)
- 19.40 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 02.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 02.55 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 03.25 «Известия». (16+)
- 03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.00 18.20 «Сделано в СССР». (6+)
- 06.10 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 07.05 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (0+)
- 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
- 09.20 «НАСТОЯТЕЛЬ». (16+)
- 11.20 13.15 «МЕЧ». (16+)
- 18.50 «Подводный флот России». (12+)
- 19.35 «Загадки века». (12+)
- 21.25 «Открытый эфир». Лучшее. (12+)
- 22.45 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



09.10 Давай разведёмся! (16+)

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 16.15 «АЛХИМИК». (12+)
- 12.00 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 03.00 «Записки из провинции». (12+)
- 13.00 «Просто жизнь». (12+)
- 13.30 «Точка.ру». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 04.15 «Мастер-класс». (12+)
- 15.45 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.15 «Заметные люди» (12+)
- 18.00 «Территория успеха». (12+)
- 18.30 21.45 «Магистраль»
- 18.45 22.00 00.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Окрестности»
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 19.45 22.15 02.45 «Область спорта». (12+)
- 20.00 01.00 «Такие разные». (12+)
- 22.30 «НАШИ СОСЕДИ». (0+)
- 00.00 «Достоинство республик». (12+)
- 00.30 «Наше время». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 Профилактика на канале с 06:00 до 11:00
- 11.00 11.55 15.00 18.25 Новости
- 11.05 Танцевальный спорт. «Sochi Open-2021». (0+)
- 11.35 01.40 Специальный репортаж. (12+)
- 12.00 15.05 17.45 22.40 Все на Матч!
- 12.40 «Главная дорога». (16+)
- 14.00 «Кубок Париматч Премьер». Итоги. (12+)
- 15.45 «СКАНДИНАВСКИЙ ФОРСАЖ». (16+)
- 18.30 «ГОНКА». (16+)
- 21.00 «Легенды бокса». (16+)
- 23.40 Футбол. «Химки» (Московская область) - «Спартак» (Москва). Кубок Париматч Премьер. (0+)
- 01.35 04.10 Новости. (0+)
- 02.00 «Манчестер Юнайтед. Путь к славе». (12+)
- 03.15 «Команда мечты». (12+)
- 03.45 «Самые сильные». (12+)
- EUROSPORT 1
- 01.45 Мотогонки на выносливость. «12 часов Эшторила». (12+)
- 02.30 Автогонки на выносливость. «6 часов Монцы». (12+)
- 04.00, 16.35 Велоспорт. «Тур де Франс». 21-й этап. (12+)
- 06.00, 18.30 Мотогонки на выносливость. «12 часов Эшторила». (12+)
- 07.30, 19.30 Автогонки на выносливость. «6 часов Монцы». (12+)
- 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 22.15 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)
- 16.30, 22.00 Олимпийские игры. «По Японии на байке». (12+)
- 18.25, 20.25 The Minute. (12+)
- 20.30 Стрельба. Кубок мира. Хорватия. (12+)
- 21.00 Велоспорт. «Тур де Франс»-2021. Обзор. (12+)
- 22.05 Олимпийские игры. Essential Olympic. Мухамед Али. (12+)
- 23.15 Олимпийские игры. Big in Japan. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
- 05.00 Профилактика на канале с 02:00 до 06:00
- 06.00 Русские хиты. Чемпионы понедельника. (16+)
- 08.25 13.55 17.35 00.35 PRO-Клип. (16+)
- 08.30 15.00 Про-новости. Лучшее. (16+)
- 09.00 TikTok чарт. (16+)
- 10.00 «10 Самых!» (16+)
- 10.30 Прогноз по году. (16+)
- 11.35 Золотая лихорадка. (16+)
- 14.00 Русский чарт. (16+)
- 15.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 16.35 «Премия Муз-ТВ-20/21». (16+)
- 17.40 Лайкер. (16+)
- 18.45 22.00 Про-новости (16+)
- 19.00 Золотая дюжина. (16+)
- 20.00 Творческий Вечер Григория Лепса в Баку. (16+)
- 22.15 Top 30 - Русский Крутяк недели. (16+)
- 00.40 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV 1000
- 05.00, 05.40, 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 06.45 «ОСТРОВ НИМ». (12+)
- 08.20 «ПРИНЦЕССА-НЕВЕСТА». (6+)
- 10.05 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- 11.35 «КЛЯТВА». (12+)
- 13.20 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 15.15 «ДНЕВНИК ПАМЯТИ». (16+)
- 19.00 «ДАВАЙТЕ ПОТАНЦУЕМ». (12+)
- 20.50 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ». (12+)
- 22.35 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ-2: ГАВАНСКИЕ НОЧИ». (16+)
- 00.00 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 01.25 «ИМИТАТОР». (16+)
- 03.15 «ПРОЩАЙ, ДЕТКА, ПРОЩАЙ!». (16+)
- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- 06.40 «Конь Олий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 08.05 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (6+)
- 10.15 «ЛЁД». (12+)
- 12.15 «ЛЁД-2». (6+)
- 14.30 «НА ОСТРИЕ». (12+)
- 16.30 «Волки и овцы: бе-е-е-зумное превращение». Мультфильм. (6+)
- 17.55 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 19.25 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+) Россия, 2015 г. В ролях: Александр Паль, Александр Ильин, Игорь Жижкин, Владимир Сычев
- 20.55 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 22.45 «НАПАРНИК». (12+)
- 00.10 «ТОТ ЕЩЁ...!». (12+)
- 01.35 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)
- 03.05 «СПУТНИК». (16+)
- ДОМ КИНО
- 04.40 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ КРОША». (6+)
- 06.05 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 07.30 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 08.55 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 10.30 «СВАТЫ». (16+) Сериал. Россия, 2008 г. В ролях: Людмила Артемьева, Анатолий Васильев, Федор Добронравов
- 14.15 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 18.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «СЛЕД». (16+)
- 01.25 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+)
- 03.00 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+)
- СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 12.45, 13.35, 14.30, 15.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 16.15, 17.05 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 18.00 Моя прекрасная мама. (16+)
- 19.00, 20.00, 20.55, 21.50, 22.45 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 23.40 Суббота! News. (16+)
- 23.50, 00.40, 01.35 Топ-модель по-американски. (16+)
- 02.20 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ: ГРАНДИОЗНОЕ БУРУНДУКЛЮЧЕНИЕ». (6+)
- 03.40 Барышня-крестьянка. (16+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.20 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 03.50 «ЧЕТЫРЕ СВАДЬБЫ И ОДНИ ПОХОРОНЫ». (16+)
- 06.00 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- 08.05 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 10.30 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)
- 12.15 «ПРОСТУШКА». (16+)
- 14.10 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+) Комедия, Италия, 1981 г.
- 16.05 «ЕСЛИ СВЕКРОВЬ - МОНОСТР». (16+)
- 18.00 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)
- 19.30 «1+1». (16+)
- 21.35 «РЫБКА ПО ИМЕНИ ВАНДА». (16+) Комедия, криминал, США, 1988 г.
- 23.35 «ПОДМЕНА». (16+)
- ФЕНИКС+ КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПОДРУГА БАНКИРА». (16+)
- 13.00, 21.00 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
- 14.00, 22.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+) Сериал. Семейная сага, Россия, Украина, 2009 г. В ролях: Виктория Толстоганова, Елена Павнова, Александр Пороховщиков, Дмитрий Иосифов, Дмитрий Подознов
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
- 05.00, 06.00 «ЮБИЛЕЙ». (16+)
- СТС LOVE
- 06.00 «Ералаш». (0+)
- 08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+) Сериал. Комедия, Россия, 2007 г. Из любви к Кате Полежакиной шантажирует и запугивает Машу, а затем придумывает преступление, которое сам же и расследует. Веник, Даша и Галина Сергеевна становятся жертвами коммента-гипнотизера, и только знания Веника из области физики помогают вернуть деньги в семейный бюджет. Однако Маша вносит свои поправки в ход этой истории. ...
- 17.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 00.20 б кадров. (16+)
- 02.30 «РАНЕТКИ». (12+)
- 04.50 «Ералаш». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- Дневник жизни и деятельности Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла.
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 06.30 Монастырская кухня. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Простые чудеса. (12+)
- 11.50 Знак равенства. (16+)
- 12.05 Профессор Осипов. (0+)
- 13.00 Украина, которую мы любим. (12+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Освободители. Морская пехота. (0+)
- 16.00 Мир Библии. Фильм 1. (0+)
- 16.35, 17.35, 18.35 «ГРОМОВЫ». 1-3 серии. (16+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.20 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.20 Прямая линия жизни. (16+)
- 00.15 День Ангела. Преподобный Сергей Радонежский. (0+)
- 00.45 День Патриарха. (0+)
- 01.00 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
- 01.30 Щипков. (12+)
- 02.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

19 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Прп. Сисоя Великого.

Собор Радонежских святых. Мчч. Марина, Марфы, Авдифакса, Аввакума, Кирина, Валентина пресвитера, Астерия и иных многих в Риме. Мчч. Коинта Фригийского. Мчч. Исавра диакона, Иннокентия, Филикса, Ермия, Василия, Перегина, Руфа и Руфина Македонских. Мц. Лукии девы и с нею мчч. Рикса, Антония, Лукиана, Исидора, Диона, Дидора, Кутония, Арноаса (Ориона), Капика и Сатура. Прп. Сисоя, схимника Печерского. Обретение мощей прав. девы Иулиании, кн. Ольшанской. Прмч. Евфимия. Прмч. Феодора. Богородско-Уфимской иконы Божией Матери.

Поста нет.

«С одним Евангелием или Новым Заветом можно целый век прожить – и все читать. Сто раз прочитай, а там все равно все будет недочитанное».

Прп. Феофан Затворник

ПЕРВЫЙ



23.35 Вечерний Ургант. (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.20 «Курбан-Байрам». Трансляция из Уфимской соборной мечети
10.00 Жить здорово! (16+)
11.00 Модный приговор (6+)
12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.10 Мужское / Женское (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 На самом деле. (16+)
19.45 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 «ПРЕЗУМПЦИЯ НЕВИНОВАННОСТИ». (16+)
23.35 Вечерний Ургант. (16+)
00.15 «В ожидании любви». К 75-летию Мирей Матье. (12+)
01.10 Время покажет. (16+)
03.00 Новости
03.05 Время покажет. (16+)
03.30 Мужское / Женское. (16+)

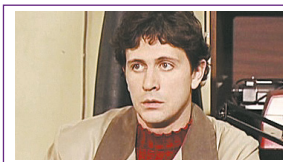
РОССИЯ 1



14.55 «ПОИСКИ УЛИК». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Праздник Курбан-Байрам. Прямая трансляция из Московской соборной мечети
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.40 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «ПОИСКИ УЛИК». (12+)
Недалеко от шоссе в лесу находят без признаков жизни вице-президента банка Аронова.
17.00 Вести
17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.40 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ХОЗЯЙКА ГОРЫ». (16+)
00.50 «СИНЯЯ РОЗА». (12+)
04.05 «ЖЕНЩИНЫ НА ГРАНИ». (16+)

НТВ



13.50 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)

- 04.50 «ЛЕСНИК». (16+)
06.30 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
11.20 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+)
Карпенко готовит жене сюрприз. Сергеев ухаживает за Ларисой, которая после длительной комы заново учится ходить.
13.00 Сегодня
13.20 Чрезвычайное происшествие
13.50 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
16.00 Сегодня
16.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.50 Сегодня
23.00 «ДЕЛО ЧЕСТИ». (16+)
02.55 «АДВОКАТ». (16+)

СТС



20.00 «БРОСОК КОБРЫ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.10 «Фиксики». (0+)
06.30 «Охотники на троллей». (6+)
06.50 «Драконы и всадники Олуха». (6+)
07.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.00 «Сториз». (16+)
09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
10.00 Уральские пельмени. (16+)
10.10 «УГНАТЬ ЗА 60 СЕКУНД». (12+)
12.35 «КУХНЯ». (16+)
18.30 «Сториз». (16+)
20.00 «БРОСОК КОБРЫ». (16+)
США, 2009 г. Фантастический боевик.
22.20 «G.I. JOE: БРОСОК КОБРЫ-2». (16+)
00.25 Русские не смеются. (16+)
01.25 «ПОСЛЕДНИЙ САМУРАЙ». (16+)
03.55 «ЕСЛИ СВЕКРОВЬ - МОНСТР». (16+)
05.25 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «САШАТАНЯ». (16+)
13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
18.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «ОЛЬГА». (16+)
21.00 «Комеди Клуб». (16+)
22.00 «Импровизация». (16+)
23.00 «Я НЕ ШУЧУ». (18+)
Лена всегда мечтала стать актрисой. Но иногда ей кажется, что съемки в эпизодах - самое благодарное дело. Просыпаясь ночью от ругани и заходя в комнату к сыну Артему, мать обрушивается на него за шум и игры за компьютером, просит лечь спать, ведь с утра ей нужно хорошо выглядеть для съемок.
23.30 «Женский Стендап». (16+)
00.00 «Импровизация». (16+)
02.45 «Comedy Баттл. Лучшее». (16+)
03.40 «Открытый микрофон». (16+)
06.05 «ТНТ. Best». (16+)

РЕН



20.00 «КОНАН-ВАРВАР». (16+)

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

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Орел и решка. Рай и Ад. (16+)
06.30 Орел и решка. По морям. (16+)
07.25 «ИП ПИРОГОВА». (16+)
10.00 Паканци-5. (16+)
12.00 19.00 22.00 Кондитер. Легендарный кондитер Ренат Агзамов устраивает грандиозную битву. Сотни кулинаров представляют Ренату свои десерты.
00.40 Пятница News. (16+)
01.15 «ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ». (16+)
04.00 Орел и решка. Кругосветка. (16+)

Ю

- 06.00 «Папа попал». (12+)
09.00 «Не ври мне!» (16+)
11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
12.00 «Супермама». (16+)
14.05 «За кадром. Б16». (16+)
14.30 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.40 «Модель XL». (16+)
Модели plus-size - это модный тренд, присоединяйтесь к нему и следите за рождением новой звезды.
19.55 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
03.25 «Свадьба в слепую». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
07.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
08.00 Улётное видео. (16+)
08.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге.
09.00 Дорожные войны. (16+)
11.00 Улётное видео. (16+)
13.30 Дизель шоу. (16+)
15.30 «+100500». (16+)
18.30 Дизель шоу. (16+)
21.30 «+100500». (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.00 Улётное видео. (16+)

МИР

- 05.00, 04.05 «БАБЬЕ ЛЕТО». (16+)
08.35, 10.10 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРИНЦА ФЛОРИЗЕЛЯ». (12+)
10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.55 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 18.00 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.20 Мировое соглашение. (16+)
19.25, 20.15 Телеигра «Игра в кино». (12+)
21.00 Слабое звено. (12+)
22.00, 23.00 Шоу «Назад в будущее». (16+)
00.05 Всемирные игры разума. (12+)
00.45 Игра в слова. (6+)
01.25 «КУРБАН-РОМАН»
03.00 Мир победителей. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 15.10 «Календарь». (12+)
09.30 16.10 «Среда обитания»
09.50 10.05 21.00 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ». (12+)
10.00 12.00 13.00 15.00 19.00 Новости
11.30 16.30 «Врачи». (12+)
12.05 13.10 19.15 01.30 «ОТРАЖЕНИЕ»
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости»
18.15 «Вечер вместе». (12+)
18.35 «Окрестности». (12+)
18.45 «Собрание сочинений»
22.35 «Моя история». (12+)
23.15 «Вспомнить всё». (12+)
23.45 «Вредный мир». (16+)

ПОБЕДА

- 05.00 «Путь к Победе». (16+)
06.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
07.40 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
09.40 «ДУМА О КОВПАКЕ. НАБАТ». (16+)
11.20 «ДУМА О КОВПАКЕ. БУРАН». (16+)
13.00 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (12+)
17.40 «ДИВЕРСАНТ. КОНЕЦ ВОЙНЫ». (16+)
В ролях: Владислав Галкин, Алексей Бардуков, Кирилл Плетнев
23.00 «Путь к Победе». (16+)
00.10 «ВЫСОТА 89». (16+)
02.00 «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВНУЧКОЙ». (12+)
04.10 Великая война. «Курская дуга». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Русалочка» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.55 «Академия Скайлендеров». (12+)
08.20 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
08.50 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Пёс Пэт». (6+)
11.15 «Люк - путешественник во времени». (6+)
11.45, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
12.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
13.45 «Финес и Ферб». (6+)
14.40 «Клеопатра в космосе». (6+)
15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
16.35, 22.25, 01.55 «ТАЙНЫ САЛФЕР-СПРИНГС». (6+)
17.10 «Рапунцель». (6+)
19.30 «Король Лев». (0+)
21.30 «Отель Трансильвания». (12+)
23.00, 03.00 «Команда Мстителей». (12+)
00.00 «Я ЛУНА». (12+)
02.15 «ГАББИ ДЮРАН: НЯНЯ ИНОПЛАНЕТЯН». (6+)
03.45 «С приветом по планетам». (12+)
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние птицы. (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.35 «Суперкряшка. Миссия выполнима». (0+)
08.05 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
08.50 «Смешарики. Пинкод». (6+)
09.55 «Доктор Малышкина». (0+)
10.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
11.40 «Роботы-поезда». (0+)
12.15 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
12.40 «Бен 10». (12+)
13.05 «Металлоны». (6+)
13.30 «Турбозавры». (0+)
15.40 «Зелёный проект». (0+)
15.45 «Фиксики». (0+)
18.40 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
19.15 «Волшебная кухня». (0+)
Малышка Майя приглашает вас на Волшебную кухню!
20.25 «Акулёнок». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Зебра в клеточку». (0+)
22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+)
22.25 «Гормиты». (6+)
22.50 «Дикие скричеры!» (6+)
23.15 «Ералаш». (6+)
00.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
01.25 «Команда Дино. Исследователи». (0+)
02.45 «Волшебный фонарь». (0+)
03.50 «Смешарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

- 06.00 Мега-пит-стопы. (12+)
06.46 Махинаторы. (12+)
07.39, 08.06 Битвы за контейнеры. (16+)
08.32, 08.59 Как это устроено? (12+)
09.25 Крутой тунинг. (12+)
10.18 Лучшие автомобили в истории. (12+)
11.12 Скорость - хит сезона: Превращение Мустанга. (12+)
12.06, 13.00, 13.54, 14.48 Махинаторы. (12+)
15.42 Космос наизнанку. (12+)
16.36, 17.03 Кафе, закусокные и забегаловки. (12+)
17.30 Быстрые и громкие. (12+)
18.24, 18.51 Битвы за контейнеры. (12+)
20.12 Махинаторы. (12+)
21.06 Взрывающая историю. (12+)
22.00 Законодатели технологий. (12+)
22.54 Экспедиция в Арктику. (16+)
23.47 Встреча гигантов: Фред против Слэша. (16+)
00.40, 01.30 Разрушители легенд. Дети. (16+)
02.15 Быстрые и громкие. (12+)
03.00, 03.23 Как это устроено? (12+)
03.45 Взрывающая историю. (12+)
04.30 Законодатели технологий. (12+)
05.15 Экспедиция в Арктику. (16+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Тайны музеев. (12+)
06.50 Первые люди. (12+)
07.50 История христианства. (12+)
08.50 Музейные тайны. (12+)
09.35 Патагонские захоронения. (12+)
10.35 Мифы и тайны королевской истории. (16+)
11.30 Кельты: кровью и железом. (12+)
12.35 Тайная война. (12+)
13.30 Первые люди. (12+)
14.30 История христианства. (12+)
15.30 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+)
16.20 Мегалис: секреты древнего мира. (12+)
17.20 Бездна: Обман и заблуждения 1923-1928. (16+)
18.10 Разгадка тайны пирамид: Абу Раваш и потертая пирамида. (12+)
19.05 Первые люди. (12+)
20.00 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+)
21.00 Мегалис: секреты древнего мира. (12+)
21.55 Бездна. (16+)
22.50 Расшифрованные сокровища. (12+)
23.40 Музейные тайны. (12+)
00.25 Первые люди. (12+)
01.20 Патагонские захоронения. (12+)
02.15 Мегалис. (12+)
03.10 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+)
03.55 Первые люди. (12+)
04.50 Музейные тайны. (12+)
05.30 Родовые проклятия. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00, 06.30, 05.35 Зона строительства. (16+)
06.55 Необычные промыслы. (16+)
07.45 Инстинкт выживания. (16+)
08.35 Чудеса инженерии. (16+)
09.20, 10.15 Авто-SOS. (16+)
11.05 Дикий тунец: Север против Юга. (16+)
11.55 «ГЕНИЙ: АРЕТА». (16+)
12.45 Непокорный остров. (16+)
13.35 Короли рыбалки. (16+)
14.20 Техасский улов. (16+)
15.10 Злоключения за границей. (16+)
16.05 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
16.50 «ГЕНИЙ: АРЕТА». (16+)
17.40 Египет с высоты птичьего полета. (16+)
18.30, 18.50 Фабрика еды. (16+)
19.20 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+)
20.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
21.00, 21.50, 04.05 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+)
22.40 Затерянные города с Альбертом Лином: лучшее. (16+)
23.30 Служба безопасности аэропорта. (16+)
00.20 Граница. (16+)
01.00 Вторая мировая война: Ад под водой. (16+)
01.50 Труднейший в мире ремонт. (16+)
02.35 Суперстроения Третьего рейха. (16+)

РОССИЯ К
Культура



15.55 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ
ЗНАТОКИ»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 15.05 22.40 «Тутанхамон»
- 08.20 17.40 «Живая Вселенная»
- 08.45 21.00 «БАЯЗЕТ»
- 09.30 «Другие Романовы»
- 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 10.15 «Пряничный домик»
- 10.45 «Полиглот»
- 11.35 Абсолютный слух
- 12.15 Спектакль «Сказки старого Арбата»
- 14.50 01.50 Цвет времени
- 15.55 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 17.25 «Забывшее ремесло»
- 18.10 01.00 Мастера вокального искусства и академический оркестр русских народных инструментов
- 19.00 «Библейский сюжет»
- 19.45 21.45 Линия жизни
- 20.40 «Спокойной ночи, малыши!»
- 23.50 «ШАХЕРЕЗАДА»

ТВЦ



08.40 «ДВА БИЛЕТА
НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (0+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС». (0+)
- 10.40 «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОТЕЦ БРАУН», (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Петровка, 38. (16+)
- 15.05 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: КОГДА МЕРТВЫЕ ВОЗВРАЩАЮТСЯ». (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Кто сыграет злодея?» (12+)
- 17.50 События
- 18.15 «МАРАФОН ДЛЯ ТРЕХ ГРАЦИЙ». (12+)
- 22.00 События
- 22.35 «Вся правда». (16+)
- 23.10 «Тиран, насильник, муж». (16+)
- 00.00 Петровка, 38. (16+)
- 00.20 «Прощание». (16+)

ТВ-3



23.00 «ЧУЖОЙ:
ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Знаки судьбы. (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 18.30 «НЕИЗВЕСТНЫЙ». (16+)
- За помощью к Жене обращается высокий чин из органов. В его квартире найдена мертвая девушка. Женя готова довести расследование до конца, даже если это будет стоить ей карьеры.
- 20.20 «МЕНТАЛИСТ». (16+)
- Грейс ван Пелт похищена убийцей, который охотится на бывших членов КБР. У главного подозреваемого есть железное алиби, но Джейн использует все свои навыки, чтобы найти ван Пелт..
- 23.00 «ЧУЖОЙ: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)
- 01.15 «Старец». (16+)
- 03.00 «Тайные знаки». (16+)

ДОМАШНИЙ



14.00 «Знахарка». (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 06.35 «Реальная мистика». (16+)
- 07.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.10 Давай разведёмся! (16+)
- 10.15 Тест на отцовство. (16+)
- 12.25 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.55 «ДОМ НАДЕЖДЫ». (16+)
- 19.00 «ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 23.25 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-4». (16+)
- 01.25 «Реальная мистика». (16+)
- 02.25 «Порча». (16+)
- 02.50 «Знахарка». (16+)
- 03.15 «Понять. Простить». (16+)
- 04.05 Тест на отцовство. (16+)
- 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.30 03.25 «Известия». (16+)
- 05.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4». (16+)
- 09.25 13.25 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)
- 17.45 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ-5». (16+)
- 19.40 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 02.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 02.55 03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.05 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 07.00 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
- 09.20 «НАСТОЯТЕЛЬ-2». (16+)
- 11.20 13.15 «МЕЧ». (16+)
- 18.20 «Сделано в СССР». (6+)
- 18.50 «Подводный флот России». (12+)
- 19.35 20.25 «Улика из прошлого». (16+)
- 21.25 «Открытый эфир. Лучшее. (12+)
- 22.45 «ПРОПАВШИЕ СРЕДИ ЖИВЫХ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 16.15 «АЛХИМИК». (12+)
- 12.00 18.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 20.45 01.00 02.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 13.15 15.45 «Магистраль»
- 13.30 03.45 «Открытая наука». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.15 «Комментарий». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 04.15 «Мастер-класс». (12+)
- 17.15 01.15 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Окрестности»
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 19.45 21.45 01.45 «Народные деньги». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «Документальное кино». (12+)
- 20.15 22.15 03.15 «Футбол губернии». (12+)
- 22.45 «МАМЕНЬКИН СЫНОК». (16+)
- 00.30 «Достоиние республик». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 09.00 11.55 15.00 18.55 Новости
- 06.05 15.05 22.40 Все на Матч!
- 09.05 11.35 00.45 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 «ВНЕ ИГРЫ». (16+)
- 12.00 Все на регби!
- 12.40 «Главная дорога». (16+)
- 14.00 Смешанные единоборства. А. Емельяненко - М. Исмаилов. АСА. Трансляция из Сочи. (16+)
- 15.45 «КРОВАВЫЙ СПОРТ». (16+)
- 17.45 19.00 «АЛИ». (16+)
- 21.00 «Легенды бокса с Владимиром Познером». (16+)
- 23.40 «Несерьёзно о футболе». (12+)
- 01.05 04.10 Новости. (0+)
- 01.10 Футбол. «Атлетико Минеиро» (Бразилия) - «Бока Хуниорс» (Аргентина). Кубок Либертадорес. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 03.15 «Команда мечты». (12+)
- EUROSPORT 1
- 00.15, 09.40, 21.20, 21.25, 23.55 The Minute. (12+)
- 00.20, 17.30 Велоспорт. «Тур де Франс». 20-й этап. (12+)
- 01.30, 19.30 Велоспорт. «Тур де Франс». 21-й этап. (12+)
- 02.30 Автогонки на выносливость. «6 часов Монцы». (12+)
- 04.00, 23.00 Мотогонки на выносливость. «12 часов Эшторила». (12+)
- 06.00 Олимпийские игры. «Зал славы. Лондон-2012». (12+)
- 07.00 Олимпийские игры. «Зал славы. Рио-2016». (12+)
- 08.00, 08.30, 09.00 Олимпийские игры. H2N. (12+)
- 09.30 Олимпийские игры. Essential Olympic. (12+)
- 09.45 Олимпийские игры. «По Японии на байке». (12+)
- 09.50, 11.30, 13.30, 15.30 Велоспорт. «Тур де Франс». (12+)
- 21.30 Ралли. EWC. All Access. (12+)
- 22.00 Автогонки на выносливость. «6 часов Монцы». Ревью. (12+)
- 23.45 Trailblazers. Юсра Мардини. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000
- 05.05, 05.45, 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 06.45 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ». (12+)
- 08.25 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ-2: ГАВАНСКИЕ НОЧИ». (16+)
- 09.55 «ДАВАЙТЕ ПОТАНЦУЕМ». (12+)
- 11.45 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 13.15 «ИМИТАТОР». (16+)
- 15.25 «ПРОЩАЙ, ДЕТКА, ПРОЩАЙ!». (16+)
- 19.00 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 20.50 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 22.45 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 00.15 «СПАЙДЕРВИК: ХРОНИКИ». (12+)
- 01.40 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 03.10 «ЛАРА КРОФТ: КОЛЫБЕЛЬ ЖИЗНИ». (12+)

- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- 05.40 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА». (12+)
- 07.05 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «НАПАРНИК». (12+)
- 10.00 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- 11.45 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)
- 13.20 «ТОТ ЕЩЁ...!» (12+)
- 14.45 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (6+)
- 16.20 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 17.50 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 19.05 «ЛЕД». (12+) Россия, 2018 г.
- 21.05 «ЛЕД-2». (6+)
- 23.20 «ПОЦЕЛУЙ СКВОЗЬ СТЕНУ». (16+)
- 00.50 «ДИКАЯ ЛИГА». (12+)
- 02.35 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- 04.50 «ТОТ ЕЩЁ...!» (12+)

- ДОМ КИНО
- 04.30 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (16+)
- 06.00 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 07.30 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 09.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 10.30 «СВАТЫ». (16+)
- 14.15 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+) Серил. Россия, 2000-2006 гг. В ролях: Константин Хабенский, Андрей Федорцов, Евгений Ганелин
- 18.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «СЛЕД». (16+)
- 01.30 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (16+)
- 03.00 «ПАСАЖИРКА». (16+)

- СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 12.45, 13.35, 14.30, 15.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 16.15, 17.05 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 18.00 Моя прекрасная мама. (16+)
- 19.00, 19.55, 20.55, 21.50, 22.40 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 23.35 Суббота! News. (16+)
- 23.45, 00.40, 01.35 Топ-модель по-американски. (16+)
- 02.15 «ДЖЕНТЕЛЬМЭНЫ, УДАЧИ!» (6+) Комедия, Россия, 2012 г.
- 03.55 Барышня-крестьянка. (16+)
- 04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 06.30 Монастырская кухня. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 12.00 В поисках Бога. (6+)
- 12.30 Завет. (6+)
- 13.00 Ежедневное просветительское ток-шоу, в котором до мелочей разобран мир порока Священного Писания.
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Освободители. Флот. (0+)
- 16.00 Мир Библии. Фильм 2. (0+)
- 16.35, 17.35, 18.35 «ГРОМОВЫ». 4-6 серии. (16+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.20 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.20 Служба спасения семьи. (16+)
- 00.15 Икона Казанской Божией Матери. Цикл: Царица небесная. (0+)
- 00.45 День Патриарха. (0+)
- 01.00 «Свое» с Андреем Даниленко. (6+)
- 01.30 В поисках Бога. (6+)
- 02.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
- 05.00 11.35 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
- 05.35 08.45 15.00 18.45 23.00 Рго-новости. (16+)
- 05.50 12.20 16.25 01.20 PRO-Клип. (16+)
- 05.55 Лайкер. (16+)
- 09.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 10.00 Студия 69. (16+)
- 10.30 Check-In на Муз-ТВ. (16+)
- 12.25 #21.05 # ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 13.30 МузРаскрутка. (16+)
- 14.00 TikTok чарт. (16+)
- 15.15 Битва фанклубов. (16+)
- 16.30 У-Дачный чарт. (16+)
- 17.35 Русские хиты. Чемпионы вторника. (16+)
- 19.00 TOP Чарт. (16+)
- 20.00 «Наши краши: самые завидные женихи». (16+)
- 23.15 Top 30. (16+)
- 01.25 Наше. (18+)
- 03.00 Караокинг. (18+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.30 «КАБЕЛЬЩИК». (16+)
- 03.15 «КОЛДУНЬЯ». (18+)
- 05.05 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+)
- 06.40 «САМКА». (16+)
- 08.10 «МАРЛИ И Я». (12+)
- 10.25 «ХОЛОСТЯЧКИ». (18+) Комедия, США, 2012 г.
- 12.00 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
- 13.50 «ПОДМЕНА». (16+)
- 15.45 «1+1». (16+)
- 17.50 «СПЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
- 19.30 «ТАКСИ-5». (18+) Боевик, комедия, криминал, приключения, Франция
- 21.20 «БЫСТРЕЕ, ЧЕМ КРОЛИКИ». (16+) Комедия, Россия, 2013 г.
- 23.10 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)

red .RED

- 06.00, 10.10, 16.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 06.45, 07.10, 07.35, 13.55, 14.20, 14.45 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
- 08.00, 11.45, 17.35 Проект Подиум. (16+)
- 08.50, 12.35, 18.25 Правила моей кухни. (16+)
- 11.00, 21.30, 03.00 «АМНЕЗИЯ». (16+)
- 15.10, 15.55, 20.00, 20.45, 23.55, 00.40 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
- 22.20, 02.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- 23.05, 01.25 «ТИПА МОЯ ЖЕНА». (18+)
- 03.40 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (16+) США, Великобритания, 1995 г. В ролях: Эмма Томпсон, Кейт Уинслет

ФЕНИКС+ КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) Серил. Мелодрама, Россия, 2007 г.
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
- 12.00, 20.00 «ПОДРУГА БАНКИРА». (16+)
- 13.00, 14.00, 21.00, 22.00 «ЮБИЛЕЙ». (16+) Комедия, Россия, 2007 г. В ролях: Людмила Чурсина, Ксения Лаврова-Глинка, Игорь Лагутин, Сергей Чугин, Эммануил Виторган
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
- 04.00 «ЗАПАСНОЙ ИНСТИНКТ». (16+)
- 05.00, 06.00 «СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ». (16+)

СТC LOVE

- 06.00 «Ералаш». (0+)
- 08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (12+)
- 14.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. СУПЕРНЕВЕСТЬ». (16+) Папа, Даша, Маша, Галина Сергеевна и Пуговка переезжают. Папа, как профессиональный психолог, старается решить все конфликты, возникающие в большой семье. Даша пытается уклониться от обязанностей кухарки, но из-за Папы вынуждена их выполнять. Маша, Пуговка и Галина Сергеевна делят комнаты...
- 17.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 00.20 б кадров. (16+)
- 02.30 «РАНЕТКИ». (12+)
- 04.50 «Ералаш». (0+)

Православный календарь

20 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Прп. Евфросинии, в миру Евдокии, кн. Московской.



Прп. Фомы, иже в Малеи. Прп. Акакия, о котором повествуется в Лествице. Мчч. Перегриния, Лукиана, Помпея, Исихия, Папия, Саторнина и Германа. Мч. Евангела. Мч. Кириакии. Прмчч. Епиктета пресвитера и Астения монаха. Обретение мощей прп. Герасима Болдинского. Сщмч. Павла пресвитера. Влахернской иконы Божией Матери.
Поста нет.
«Никогда ни с кем не ругаться, не обижаться – этому надо учиться, само по себе не придет. Любуй специальности, например, рукоделию, нужно учиться – сначала плохо, а потом все будет лучше»
Архимандрит Амвросий (Юрасов)

<p>ПЕРВЫЙ</p>  <p>16.10 Мужское / Женское. (16+)</p> <p>05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Доброе утро» 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 15.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.10 Мужское / Женское. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 На самом деле. (16+) 19.45 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «ПРЕЗУМПЦИЯ НЕВИНОВНОСТИ». (16+) 23.35 Вечерний Ургант. (16+) 00.15 «Пространство жизни Бориса Эйфмана». К 75-летию выдающегося хореографа. (12+) 01.10 Время покажет. (16+) 03.00 Новости 03.05 Время покажет. (16+) 03.30 Мужское / Женское. (16+)</p>	<p>РОССИЯ 1</p>  <p>05.00 Утро России</p> <p>05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 «О самом главном». (12+) 11.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.40 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «ПОИСКИ УЛИК». (12+) На даче Кротовых найден труп художника Ртищева. Смерть наступила после большого количества принятого алкоголя вместе с клофелином. 17.00 Вести 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+) 18.40 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ХОЗЯЙКА ГОРЫ». (16+) 00.50 «СИНЯЯ РОЗА». (12+) 04.05 «ЖЕНЩИНЫ НА ГАРАЖАХ». (16+)</p>	<p>НТВ</p>  <p>19.00 Сегодня</p> <p>04.55 «ЛЕСНИК». (16+) 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.00 Сегодня 08.20 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+) 10.00 Сегодня 10.20 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ». (16+) 11.20 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+) Хлебников рассказывает Ларисе о методе ЭКМО, но Сергеев считает его дорогим и неэффективным. 13.00 Сегодня 13.20 Чрезвычайное происшествие 13.50 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 16.00 Сегодня 16.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 19.00 Сегодня 19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 22.40 Сегодня 23.00 «ДЕЛО ЧЕСТИ». (16+) 02.50 «АДВОКАТ». (16+)</p>	<p>СТС</p>  <p>20.00 «НА КРЮЧКЕ». (16+)</p> <p>06.00 Ералаш. (0+) 06.10 «Фиксики». (0+) 06.30 «Охотники на троллей». (6+) 06.50 «Драконы и всадники Олуха». (6+) 07.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+) 08.00 «Сториз». (16+) 09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+) 10.00 Уральские пельмени. (16+) 10.25 «G.I. JOE: БРОСОК КОБРЫ-2». (16+) 12.35 «КУХНЯ». (16+) 19.00 «Сториз». (16+) 20.00 «НА КРЮЧКЕ». (16+) США - Германия, 2008 г. Драматический триллер. В ролях: Шайа ЛаБаф, Мишель Монахэн, Билли Боб Торнтон. 22.20 «СПЛИТ». (16+) 00.45 Русские не смеются. (16+) 01.40 «РЕАЛЬНАЯ СКАЗКА». (12+) 03.25 «МЭВЕРИК». (12+) 05.25 «Мультфильмы». (0+) 05.50 Ералаш. (0+)</p>	<p>ТНТ ГУБЕРНИЯ</p>  <p>15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</p> <p>07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «САШАТАНЯ». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 18.00 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «ОЛЬГА». (16+) 21.00 «Комеди Клуб». (16+) 22.00 «Двое на миллион». (16+) 23.00 «Я НЕ ШУЧУ». (18+) Неожиданно к Лене приходит бывший муж Николай и просит немало жить у нее дома. Новикова поначалу не соглашается, но героиню уговаривает свекровь. Лена приходит в школу сына, где учителя убеждают ее привлечь к воспитанию мальчика отца. 23.40 «Женский Стендап». (16+) 00.05 «Импровизация». (16+) 02.50 «Comedy Баттл. Лучшее». (16+) 03.40 «Открытый микрофон». (16+) 06.05 «ТНТ. Best». (16+)</p>	<p>РЕН</p>  <p>20.00 «БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)</p> <p>05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 04.20 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК». (16+) 22.00 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «ВЛАСТИЛИН КОЛЕЦ: БРАТСТВО КОЛЬЦА». (12+)</p>
---	--	--	---	--	--

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

<p>ПЯТНИЦА</p> <p>05.00 Орел и решка. Рай и Ад. (16+) 06.40 Орел и решка. По морям. (16+) 07.35 «ИП ПИРОГОВА». (16+) 10.00 Паканци-5. (16+) 12.05 На ножах. (16+) Всего за три дня и 300 тысяч рублей Константин Ивлев превращает кафе и рестораны, в которые никто не ходит, в прибыльный бизнес. 00.35 Пятница News. (16+) 01.05 «ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ». (16+) 03.55 Орел и решка. Круговетка. (16+)</p> <p>Ю</p> <p>06.15 «Папа попал». (12+) 09.00 «Не ври мне!» (16+) 11.00 «Дом-2. Lite». (16+) 12.00 «Супермама». (16+) Психологическое семейное реалии, в котором каждую неделю четыре мамочки соревнуются за звание лучшей. Они ходят друг к другу в гости и оценивают все и вся... 14.10 «Моя свекровь - монстр». (16+) 16.20 «Модель XL». (16+) 19.55 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+) 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 01.50 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 03.15 «Свадьба в слепую». (16+)</p>	<p>ЧЕ!</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+) 07.00 Улётное видео. Лучшее. (16+) 08.00 Улётное видео. (16+) 08.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 09.00 Дорожные войны. (16+) 11.00 Улётное видео. (16+) 13.30 Дизель шоу. (16+) Яркое зрелище с насыщенной программой, музыкальными и хореографическими номерами. 15.30 «+100500». (16+) 18.30 Дизель шоу. (16+) 21.30 «+100500». (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 01.55 Улётное видео. (16+)</p> <p>МИР</p> <p>05.00, 04.05 «БАБЬЕ ЛЕТО». (16+) 07.55, 10.10 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+) 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.55 Новости 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10, 18.00 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 17.20 Мировое соглашение. (16+) 19.25, 20.15 Телеигра «Игра в кино». (12+) 21.00 Слабое звено. (16+) 22.00, 23.00 Шоу «Назад в будущее». (16+) 00.05 Всемирные игры разума. (12+) 00.45 Игра в слова. (6+) 01.25 «КОКО ДО ШАНЕЛЬ». (16+) 03.15 Мир победителей. (16+)</p>	<p>ОТР</p> <p>06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 15.10 «Календарь» 09.30 16.10 «Среда обитания» 09.50 10.05 21.00 «РОЖДЕННАЯ ЗВЕЗДОЙ». (12+) 10.00 12.00 13.00 15.00 19.00 Новости 11.30 16.30 «Врачи». (12+) 12.05 13.10 19.15 01.30 «ОТРАЖЕНИЕ» 17.00 «Открытая наука». (12+) 17.30 «Док. кино». (12+) 17.45 «Народные деньги» 18.00 «Губернские новости» 18.15 «Вечер вместе». (12+) 18.35 «Окрестности». (12+) 18.45 «Спецрепортаж». (12+) 22.35 «Спецрепортаж». (12+) 23.15 «Вспомнить всё». (12+) 23.45 «Вредный мир». (16+)</p> <p>ПОБЕДА</p> <p>05.10 «Путь к Победе». (16+) 06.10 «ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТАНОВКЕ!». (12+) 07.10 «МАТЧ». (18+) 09.20 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+) 11.20 «РУБЕЖ». (16+) В ролях: Павел Прилучный, Станислав Дужников, Кристина Бродская 17.40 «ДИВЕРСАНТ. КОНЕЦ ВОЙНЫ!». (16+) 23.00 «Путь к Победе». (16+) 00.10 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+) 02.00 «И НИКОТО НА СВЕТЕ...» (12+) 03.10 «ГДЕ ОАД?» (12+) 04.30 Великая война. «От Днепра до Одера». (16+)</p>
---	---	--

ДЕТСКИЕ

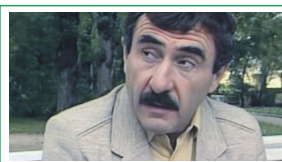
<p>КАНАЛ DISNEY</p> <p>05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Русалочка» (субтитры). (6+) 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.05 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.55 «Академия Скайлендеров». (12+) 08.20 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 08.50 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Пёс Пэт». (6+) 11.15 «Люк - путешественник во времени». (6+) 11.45, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 12.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+) 13.45 «Финес и Ферб». (6+) 14.40 «Клеопатра в космосе». (6+) 15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+) 16.35, 22.25, 01.55 «ТАЙНЫ САЛФЕР-СПРИНГС». (6+) 17.10 «Рапунцель». (6+) 19.30 «Король Лев-2». (0+) 21.30 «Отель Трансильвания». (12+) 23.00, 03.00 «Команда Мстители». (12+) 00.00 «Я ЛУНА». (12+) 02.15 «ГАББИ ДЮРАН: НЯНЯ ИНОПЛАНЕТЯН». (6+) 03.45 «С приветом по планетам». (12+) 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)</p>	<p>КАРУСЕЛЬ</p> <p>05.00 «Райные птички». (0+) 06.55 «Жужжалка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Жужжалка». (0+) 07.35 «Суперкряля. Миссия выполнима». (0+) 08.05 «Простоквашино». (0+) 09.55 «Доктор Малышкина». (0+) 10.00 «Эмми и Гуру». (0+) 11.40 «Роботы-поезда». (0+) 12.15 «Тобот. Детективы Галактики». (6+) 12.40 «Бен 10». (12+) 13.05 «Металлоны». (6+) 13.30 «Китти не кошка». (6+) 15.40 «Вкусняшки шоу». (0+) Все дети очень любят игры и сладости. А что, если всё это совместить? 16.00 «Барбоскины». (0+) 18.40 «Робокор Поли и его друзья». (0+) 19.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.25 «Акулёнок». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Оранжевая корова». (0+) 22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+) 22.25 «Гормити». (6+) Эта история начинается, когда легенда становится реальностью... 22.50 «Дикие скричеры!» (6+) 23.15 «Ералаш». (6+) 00.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+) 01.25 «Команда Дино. Исследователи». (0+) 02.45 «Волшебный фонарь». (0+) 03.50 «Смешарики». (0+)</p>
--	---

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

<p>DISCOVERY CHANNEL</p> <p>06.00 Космос наизнанку. (12+) 06.46 Махинаторы. (12+) 07.39, 08.06 Битвы за континенты. (12+) 08.32, 08.59 Как это устроено? (12+) 09.25 Крутой тюнинг. (12+) 10.18 Взрывая историю. (12+) 11.12 Законодатели технологий. (12+) 12.06, 13.00, 13.54 Разрушители легенд. Дети. (16+) 14.48 Махинаторы. (12+) 15.42 Космос наизнанку. (12+) 16.36, 17.03 Кафе, закусок и забегаловки. (12+) 17.30 Быстрые и громкие. (12+) 18.24, 18.51 Битвы за континенты. (12+) 19.18, 19.45 Как это устроено? (12+) 20.12 Махинаторы. (12+) 21.06 Выжить вместе. (16+) 22.00 Уйти от погони. (12+) 22.54 Хакер в дикой природе: Проклятие джунглей. (16+) 23.47 Роберт Ирвин: поединок с акулой. (16+) 00.40, 01.05, 01.30, 01.53 Как это сделано? (12+) 02.15 Быстрые и громкие. (12+) 03.00, 03.23 Как это устроено? (12+) 03.45 Выжить вместе. (16+) 04.30 Уйти от погони. (12+) 05.15 Хакер в дикой природе. (16+)</p>	<p>VIASAT HISTORY</p> <p>06.15 Тайны музеев. (12+) 07.00 Первые люди. (12+) 08.00 История христианства. (12+) 09.05 Музейные тайны. (12+) 09.50 Новые тайны терракотовых воинов. (12+) 10.45 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+) 11.35 Первые люди. (12+) 12.35 Тайная война. (12+) 13.25 Первые люди. (12+) 14.25 История христианства. (12+) 15.30 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+) 16.20 Мегалис: секреты древнего мира. (12+) 17.15 Бездна: Демократия без демократов 1929-1933. (16+) 18.10 Расшифрованные сокровища. (12+) 19.00 Первые люди. (12+) 20.00 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+) 21.00 Мегалис: секреты древнего мира. (12+) 21.55 Бездна: Демократия без демократов 1929-1933. (16+) 22.50 Расшифрованные сокровища. (12+) 23.40 Музейные тайны. (12+) 00.20 Первые люди. (12+) 01.20 Новые тайны терракотовых воинов. (12+) 02.15 Мегалис. (12+) 03.05 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+) 03.50 Первые люди. (12+) 04.45 Музейные тайны. (12+) 05.25 Родовые проклятия. (12+)</p>	<p>NATIONAL GEOGRAPHIC NG</p> <p>06.00, 06.25 Зона строительства. (16+) 06.50 Необычные промыслы. (16+) 07.35 Инстинкт выживания. (16+) 08.25 Чудеса инженерии. (16+) 09.15, 10.10 Авто-SOS. (16+) 10.55 Дикий туец: Север против Юга. (16+) 11.50, 16.50 Затерянные города с Альбертом Лином. (16+) 12.40 Непокорный остров. (16+) 13.30 Короли рыбалки. (16+) 14.20 Техасский улов. (16+) 15.10 Злоключения за границей. (16+) 16.00 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+) 17.40 Индия с высоты птичьего полёта. (16+) 18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+) 19.15 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+) 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 21.00 Дикий туец. (16+) 21.45 Короли рыбалки. (16+) 22.40 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+) 23.30 Граница. (16+) 00.20 Вторая мировая война: подводный ад. (16+) 01.05 Труднейший в мире ремонт. (16+) 01.55 Суперсооружения Третьего рейха. (16+) 02.40 Прорыв. (16+)</p>
---	---	---

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии (0+) рекомендуются детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной заявки или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

РОССИЯ К
Культура



15.55 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»

- 10.00 15.00 19.30 23.30
Новости культуры
- 10.15 «Пряничный домик»
- 10.45 «Полиглот»
- 11.35 Абсолютный слух
- 12.15 Спектакль «Пока бьет сердце»
- 14.50 Цвет времени
- 15.05 22.40 «Тутанхамон: жизнь, смерть и бессмертие»
- 15.55 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 17.25 02.45 «Забываемое ремесло»
- 17.40 «Живая Вселенная»
- 18.10 01.00 Мастера вокального искусства и академический оркестр русских народных инструментов
- 19.00 «Библейский сюжет»
- 19.45 21.45 Линия жизни
- 20.40 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 «БАЯЗЕТ»
- 23.50 «ШАХЕРЕЗАДА»
- 01.50 «Владимир Боровиковский»

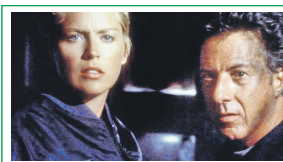
ТВЦ ТВЦ



08.15 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)
- 10.35 «Людмила Зайцева. Чем хуже - тем лучше». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 17.50 17.50 События
- 14.50 Петровка, 38. (16+)
- 15.05 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ДРЕВО КОЛДУНА». (12+)
- 16.55 «Преступления, которых не было». (12+)
- 18.15 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
- 22.35 «Обложка». (16+)
- 23.10 «Прощание». (16+)
- 00.00 Петровка, 38. (16+)
- 00.20 «Мужчины Лидии Федосеевой-Шукшиной». (16+)
- 01.05 «Прощание». (16+)
- 01.50 «Офицеры против комиссаров, или Разрушение армии». (12+)

ТВ-3 ТВ-3



23.00 «СФЕРА». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Знаки судьбы. (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 14.40 Мистические истории. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 18.30 «НЕИЗВЕСТНЫЙ». (16+)
- 20.20 «МЕНТАЛИСТ». (16+)
- Джейн должен найти способ втереться в закрытую группу для того, чтобы найти убийцу неизвестной молодой женщины, чье тело было найдено неподалёку от мужского охотничьего клуба для элиты...
- 23.00 «СФЕРА». (16+)
- 01.45 «ЧАСЫ ЛЮБВИ». (16+)
- 05.00 «Тайные знаки». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

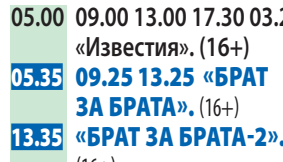
ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



12.25 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 06.35 «Реальная мистика». (16+)
- 07.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.10 Давай разведёмся! (16+)
- 10.15 Тест на отцовство. (16+)
- 12.25 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.55 «СКАЖИ ТОЛЬКО СЛОВО». (16+)
- 19.00 «ЛЮБЛЮ ОЦА И СЫНА». (16+)
- 23.15 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-4». (16+)
- 01.15 «Реальная мистика». (16+)
- 02.20 «Порча». (16+)
- 02.45 «Знахарка». (16+)
- 03.10 «Понять. Простить». (16+)
- 04.00 Тест на отцовство. (16+)
- 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)

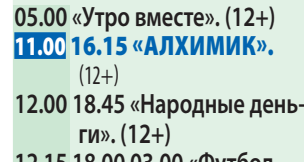
5 5-й КАНАЛ



09.00 13.00 17.30 03.20
«Известия». (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.30 03.20
«Известия». (16+)
- 05.35 09.25 13.25 «БРАТ ЗА БРАТА». (16+)
- 13.35 «БРАТ ЗА БРАТА-2». (16+)
- 17.45 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ-5». (16+)
- 19.40 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 02.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 02.55 03.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.05 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 06.55 «СВЕТ В КОНЦЕ ТОННЕЛЯ». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 21.15
Новости дня
- 09.20 «КЛЮЧИ ОТ РАЯ». (0+)
- 11.20 13.15 «МЕЧ». (16+)
- 18.20 «Сделано в СССР». (6+)
- 18.50 «Подводный флот России». (12+)
- 19.35 20.25 «Секретные материалы». (12+)
- 21.25 «Открытый эфир». (12+)
- 22.45 «НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 16.15 «АЛХИМИК». (12+)
- 12.00 18.45 «Народные деньги». (12+)
- 12.15 18.00 03.00 «Футбол губернии». (12+)
- 12.45 19.45 02.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 13.00 01.00 «Область спорта». (12+)
- 13.15 «Мастера». (12+)
- 13.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
- 14.15 18.30 «Документальное кино». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Мастер-класс». (12+)
- 15.30 «Точка.ру». (12+)
- 17.15 «Заметные люди» (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Окрестности»
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 22.15 «Легенды спорта». (12+)
- 21.45 04.00 «Формула здоровья». (12+)
- 22.45 «ИСКУССТВО ЖИТЬ В ОДЕССЕ». (0+)
- 00.30 «Достоиние республик». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 09.00 11.55 15.00 18.55
Новости
- 06.05 12.00 15.05 18.15 22.40
Все на Матч!
- 09.05 11.35 00.45 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 «ВНЕ ИГРЫ». (16+)
- 12.40 «Главная дорога». (16+)
- 14.00 Бокс. П. Ванзант - Б. Харт. Vare Knuckle FC. (16+)
- 15.45 «ГОЛКА». (16+)
- 19.00 «НЕОСПОРИМЫЙ-3: ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)
- 21.00 «Легенды бокса с Владимиром Познером». (16+)
- 23.40 «Несерьёзно о футболе». (12+)
- 01.05 04.10 Новости. (0+)
- 01.10 Футбол. «Палмейрас» (Бразилия) - «Универсидад Католিকা» (Чили). Кубок Либертадорес. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 03.15 «Команда мечты». (12+)
- 03.45 «Самые сильные» (12+)
- 04.15 «Олимпийский гид». (12+)
- EUROSPORT 1
- 00.00, 01.00 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)
- 02.00 Олимпийские игры. Н2Н: Марк Спитц - Майкл Фелпс. (12+)
- 02.30 The Minute. (12+)
- 02.35 Мотогонки на выносливость. «12 часов Эшторила». (12+)
- 04.00 Теннис. US Open. 1/4 финала. (6+)
- 05.30 Снукер. UK Championship. 1/4 финала. Н. Робертсон - Селби. (6+)
- 07.00 «Формула Е. e-При Валенсии». Ревью. (12+)
- 08.00 Ралли. ERC. Венгрия. Ревью. (12+)
- 08.30 Теннис. US Open. 1/4 финала. (6+)
- 10.00 Велоспорт. «Джиро д'Италия». 3-й этап. (12+)
- 12.00, 16.30, 19.30 Теннис. US Open. 1/4 финала. (6+)
- 13.30, 18.00, 23.30 Снукер. UK Championship. 1/4 финала. Н. Робертсон - Селби. (6+)
- 14.30 Велоспорт. «Джиро д'Италия». 3-й этап. (12+)
- 21.30 Велоспорт. «Тур де Франс». 3-й этап. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV 1000 TV 1000
- 05.00, 05.40, 17.20, 18.10
«ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 06.50 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 08.25 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 10.10 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 12.10 «ЛАРА КРОФТ: КОЛЫБЕЛЬ ЖИЗНИ». (12+)
- 14.05 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 15.45 «СПАЙДЕРВИК: ХРОНИКИ». (12+)
- 19.00 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
- 20.55 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- 22.25 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)
- 00.40 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
- 02.05 «ОПТОМ ДЕШЕВЛЕ». (12+)
- 03.35 «ОПТОМ ДЕШЕВЛЕ-2». (12+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.35 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- 03.00 «САМКА». (16+)
- 04.30 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 06.55 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+)
- 08.30 «ХОЛОСТЯЧКИ». (18+)
- 10.05 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)
- 11.35 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)
- 13.35 «МАРЛИ И Я». (12+)
- 15.45 «ТАКСИ-5». (18+)
- 17.40 «ЧЕТЫРЕ КОМНАТЫ». (18+)
- 19.30 «ПАПЕ СНОВА 17». (12+)
- 21.20 «ЭДДИ». (12+) Комедия, спорт, США, 1996 г.
- 23.15 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV 1000 РУССКОЕ КИНО
- 06.45 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «ПОЦЕЛУИ СКВОЗЬ СТЕНУ». (16+)
- 09.25 «КОЛЬСКАЯ СВЕРХПУЛБКАЯ». (16+)
- 11.25 «НАПАРНИК». (12+)
- 13.00 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
- 14.35 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 16.20 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 17.35 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 19.00 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (6+)
- 20.55 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- 21.15 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- Россия, 2021 г.
- 23.00 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (6+)
- 00.55 «ЛЁД». (12+)
- 02.45 «ЛЁД-2». (6+)
- 04.50 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- red .RED
- 06.00, 09.45, 16.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 06.55, 13.50, 14.15, 14.40
«ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
- 07.20, 11.25, 17.50 Проект Подиум. (16+)
- 08.10, 12.15, 18.40 Правила моей кухни. (16+)
- 10.40, 21.30, 03.00 «АМНЕЗИЯ». (16+)
- 15.05, 15.55, 20.00, 20.45, 23.55, 00.40 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
- 22.20, 02.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- 23.05, 01.25 «ТИПА МОЯ ЖЕНА». (18+)
- 03.50 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+) В ролях: Джулия Робертс, Кэтрин Зета-Джонс
- 05.30 Голливуд за кадром. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

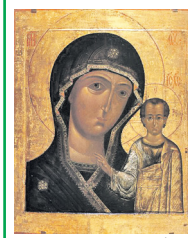
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 04.40 Золотая коллекция киностудии Горького. «КОРОЛЬ-ОЛЕНЬ». (6+)
- 05.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 07.25 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 09.05 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 10.30 «СВАТЫ». (16+)
- 14.15 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 18.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «СЛЕД». (16+) Сериал. Украина, 2020 г. В ролях: Татьяна Кравченко, Борис Георгиевский, Алексей Суворовцев, Александр Боднар
- 01.25 «КОД АПОКАЛИПСИСА». (16+)
- 03.20 «МАМА, НЕ ГОРЮЮ». (16+)
- суббота! СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 12.45, 13.35, 14.30, 15.20
«ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 16.10, 17.05 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 18.00 Моя прекрасная мама. (16+)
- 19.00, 19.55, 20.50, 21.50, 22.45 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 23.35 Суббота! News. (16+)
- 23.45, 00.40, 01.30 Топ-модель по-американски. (16+)
- 02.15 «МАЛЬЧИК В ДЕВУЧКЕ». (16+) Комедия, Великобритания, США, Канада, 2006 г.
- 03.40 Барышня-крестьянка. (16+)
- 04.25 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Ералаш». (0+)
- 08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. СУПЕРНЕВЕСТЬ». (16+)
- 17.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+) Сериал. Молодёжная драма, Россия, 2013 г. В ролях: Денис Никифоров, Михаил Жигалов. Макеев пытается наладить контакт с командой, но его воспринимают в штыки. Руслан просит помощи у Савчука, чтобы помириться с женой, и теперь ему придётся серьёзно раскошелиться. Кисляк делает Полине серьёзное предложение. А Николай Бакин решает заняться предпринимательством...
- 00.20 б кадров. (16+)
- 02.30 «РАНЕТКИ». (12+)
- 04.50 «Ералаш». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 05.30 «Встреча». Мультфильм. (12+)
- 06.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 13.00 Икона Казанской Божией Матери. Цикл: Царица небесная. (0+)
- 01.15 День Патриарха. (0+)
- Икона Божьей Матери «Казанская» - поистине знаменита, чудотворна, каждый православный христианин ценит ее и почитает.
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Заступница. (0+)
- 16.05 Мир Библии. Фильм 3. (0+)
- 16.40, 17.35, 18.35 «ГРОМОВЫ». 7-9 серии. (16+)
- Сериал. Россия, 2006 г. В ролях: Сергей Маховиков, Лариса Шахворостова
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.20 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.20 Заступница. (0+)
- 00.20 Завет. (6+)
- 01.15 День Патриарха. (0+)
- 01.30 Украина, которую мы любим. (12+)
- 02.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

21 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Явление иконы Пресвятой Богородицы во граде Казани.



Вмч. Прокопия. Прав. Прокопия, Христа ради юродивого, Устюжского чудотворца. Прав. Прокопия Устюжского. Щмчца. Феодора и Николая пресвитеров. Знамение от иконы Божией Матери Благовещения во граде Устюге. Чтимые списки с Казанской иконы Божией Матери: в Москве, Казани и Петербурге; Ярославская, Вязниковская, Нижнеоломовская, Витебская, Тобольская, Каплуновская, Тамбовская, Пензенская, Песчанская, Чимеевская, Высокочинская, Вышенская. Якобштадтской иконы Божией Матери.

Постный день.
«Как ни тяжёл крест, который несёт человек, но дерево, из которого он сделан, выросло на почве его сердца».
Прп. Амвросий Оптинский

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ МУЗ-ТВ
- 05.00 11.40 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
- 05.35 08.45 15.00 18.45 23.10
Про-новости. (16+)
- 05.50 11.35 16.25 23.25 PRO-Клип. (16+)
- 05.55 #17.30 # ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 09.00 TOP Чарт. (16+)
- 10.00 Победитель «Битвы фан-клубов». (16+)
- 10.30 «Премия Муз-ТВ-20/21: полный Моргенштерн». (16+)
- 12.25 Русские хиты. (16+)
- 14.00 Золотая дюжина. (16+)
- 15.15 Битва фанклубов. (16+)
- 16.30 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 19.00 TikTok чарт. (16+)
- 20.00 Park season fest-2021. (16+)
- 23.30 Наше. (18+)
- 01.00 Караокинг. (18+)
- 04.00 Неспиннер. (16+)

Летом в жару так хочется окрошки!

Вот только можно ли похудеть с таким рационом? На самом деле окрошка может стать весьма подходящим продуктом для тех, кто следит за фигурой. Она богата клетчаткой, в ней есть фитонциды, витамины и органические кислоты, которые помогают наладить пищеварение. Весь секрет – в грамотно подобранных ингредиентах.

Белки

Крайне важный элемент для мышц содержится в отварных яйцах. Причем можно положить побольше желтков – блюдо станет более диетическим, так как в желтке содержатся жиры. Еще один белковый ингредиент – курица, говядина, рыба, грибы – выбирайте, что вам больше нравится. Колбасу и сосиски лучше забыть – белка в них мало, зато вредных жиров более чем достаточно.

Окрошка-лайт: исключительно для фигуры

Углеводы

Это картошка и хлеб. Отварную картошку можно порезать в окрошку или есть вприкуску. Но лучше не использовать и там, и там. И хлеб предпочтительнее выбирать цельнозерновой.

ПРАВИЛЬНЫЙ СОСТАВ

Овощи и зелень

Вот с этими ингредиентами ограничений нет. А если их еще и помельче порезать или натереть на терке, блюдо станет более ароматным и вкусным.

Больше пользы, меньше калорий

Окрошку лучше приготовить чуть погуще. Тогда она и сытнее будет, и дополнительных калорий за счет жидкости вы не получите. И обязательно обращайте внимание на калорийность и состав напитка. При практически одинаковой калорийности нежирного кефира и магазинного кваса, калории кефира правильно распределяются между белками, жирами и углеводами. А в квасе – только углеводы, поэтому с ним нужно быть осторожнее.

Окрошкины подружки

Не любите окрошку? В кухнях разных народов есть альтернативные блюда – разные по вкусу, но одинаково полезные. Их тоже подают холодными.

ГАСПАЧО

Это холодный томатный суп с пряностями. Блюдо готовят в Испании и Италии.

БОТВИНЯ

Родом из России. Готовится из предварительно сваренных свекольной ботвы, щавеля и другой съедобной травы. Заливается кислым квасом.

ХОЛОДНИК

Рецепт восточноевропейской кухни. В отличие от окрошки здесь не используется мясо. Готовится на кефире или отваре из щавеля.

ЧАЛОП

Блюдо тюркских народов – мелко нарезанные овощи с зеленью, заправленные кисло-молочным продуктом – айраном.

РАЙТА

Индийское блюдо. Готовится на кефире, разбавленном куриным бульоном. Обязательно добавляются специи, огурцы и кабачки.



Мнение специалиста

А без хлеба лучше

Советы нашим читателям дает кандидат медицинских наук, диетолог, член экспертного совета Национальной ассоциации диетологов и нутрициологов (НАДН), ведущий специалист консервативного лечения ожирения в Центре коррекции веса ГКБ № 29 им. Н.Э.

Баумана Дарья Русаковна. – С окрошкой хорошо картошка и хлеб. Какое количество их можно съесть, чтобы это не отразилось на фигуре?

– Зависит от суточной калорийности вашего рациона и от того, что запланировано на остальные приемы пищи. На порцию окрошки обычно приходится 20-30 г картофеля, причем картофель не самый калорийный и вредный ингредиент в данном блюде. Лучше есть без хлеба, но если это не вечерний прием пищи, то возможно 30-40 г.

– По каким критериям надо выбирать квас для окрошки?

– Лучше использовать кефир, мацони или минеральную воду. Если все-таки выбираете квас, подойдет домашний или покупной без добавленного сахара в составе.

Татьяна МИХАЛЁВА

Хозяйке на заметку: если собрались делать окрошку, а кваса не оказалось, заправьте блюдо майонезом – и получится оливье. Верно и обратное.



СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЕТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 19 ПО 25 ИЮЛЯ



ОВЕН (21.03 – 20.04)

Овнам в работе стоит уделять внимание мелочам и не топиться. Спешка помешает добиться хорошего результата. Уделите время старшим членам семьи, не гнушайтесь разговора с младшими. Для любви и романтики период не самый удачный. Выдохните пока.



ЛЕВ (23.07 – 22.08)

Неделя Львов обещает быть легкой и приятной. Конечно, если вы умеете наслаждаться жизнью. Без особого труда удастся найти взаимопонимание с членами семьи. Если вы страдаете от одиночества, самое время с кем-нибудь познакомиться и завязать отношения.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Стрельцам, которые мечтают о переменах, самое время начать претворять их в жизнь. Если действовать вы пока не готовы, наметьте планы. В любви пора расставить все точки над i. И помните: тайны и недомолвки между близкими людьми нежелательны и опасны.



ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

Творческих Водолеев на предстоящей неделе ждут большие успехи. Время подходит и для того, чтобы продемонстрировать любимому человеку свою преданность, а близким преподнести приятный сюрприз. Сторницей окупится и ваша помощь нуждающимся.



ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

В жизни Тельцов наступает отличная неделя для смелых начинаний в бизнесе и финансах. Успешно воплотятся в жизнь любые творческие идеи. Не забывайте и о добрых делах. Незначительные для вас, они очень важны для тех, кто отчаянно нуждается в помощи.



ДЕВА (23.08 – 23.09)

Эмоции будут бурлить, поэтому, чтобы не оказаться в кипящем котле страстей, Девам стоит держать себя в руках. Направив энергию в нужное русло, вы добьетесь успехов в работе и творчестве. Главное – правильно расставить приоритеты и не отвлекаться.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

Близнецы могут уделить время учебе, приобретению полезных навыков в работе. Совсем скоро новые знания помогут продвигаться по службе. Займитесь налаживанием отношений с близкими, пока между вами не выросла высокая стена отчуждения.



ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

В любовных отношениях Весам стоит положиться на интуицию. А вот в работе гадать и предчувствовать не получится, тут нужны тонкий расчет и опыт. Звезды предупреждают: не рискуйте без нужды. Неделя хороша для семейных пикников и дружеских встреч.



РАК (22.06 – 22.07)

Раки в этот период будут много общаться, найдут новых друзей, завяжут взаимовыгодные деловые контакты. Все будет ладиться, а мелкие препоны на пути легко удастся преодолеть. И не драматизируйте любовные проблемы: они не настолько велики.



СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Скорпионам звезды советуют заняться решением домашних проблем. Это отвлечет от выяснения отношений со второй половинкой. На работе события могут развиваться динамично и даже непредсказуемо. Старайтесь держать руку на пульсе ситуации.



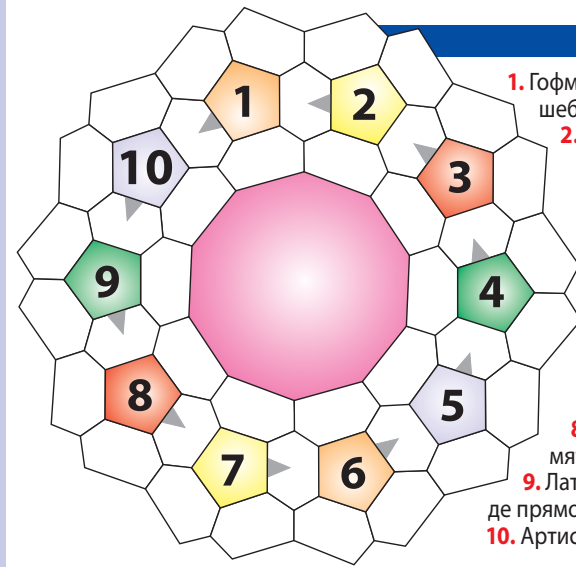
КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Дела рабочие могут закончиться для Козерогов неудачей. Но не стоит отчаиваться. Отложите все важное до лучшего периода, разберитесь пока с текущим. Не бойтесь просить помощи у близких и друзей. А о любимом человеке чаще проявляйте заботу.



РЫБЫ (19.02 – 20.03)

Довольно беспокойный период впереди у Рыб. Эмоции могут отрицательно повлиять на отношения с окружающими. Держите себя в руках, чтобы не спровоцировать проблемы на работе и в личной жизни. Старайтесь находить радость и счастье в малом.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- Гофмановский крошка ... Циннобер с волшебным даром привлекать к себе людей.
- И про него вспоминают, когда толкуют непонятливым про Фому.
- Самовозгорающаяся начинка болота.
- Реклама спектакля на театральной тумбе.
- «Серая ...» Мамина-Сибиряка.
- Плетеная «маскировка» глиняного цветочного горшка.
- Слово, которым итальянцы обозначили все спагетти и другие «макаронки».
- Что не зарастет к нерукотворному памятнику поэта?
- Латиноамериканская верхняя одежда в виде прямоугольника с отверстием для головы.
- Артистка, декламирующая стихи.

Ответы: 1. Цахес. 2. Ермак. 3. Метан. 4. Афиша. 5. Шейка. 6. Кашпо. 7. Паста. 8. Троя. 9. Пончо. 10. Чтица.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЕТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 19 ПО 25 ИЮЛЯ

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

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН
 01.10 Время покажет. (16+)	 09.55 «О самом главном». (12+)	 13.20 Чрезвычайное происшествие	 04.50 «ЛЕСНИК». (16+)	 20.00 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)	 00.05 «Импровизация». (16+)	 20.00 «ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+)	
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Доброе утро» 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 15.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.10 Мужское / Женское. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 На самом деле. (16+) 19.45 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «ПРЕЗУМПЦИЯ НЕВИНОВНОСТИ». (16+) 23.35 Вечерний Ургант. (16+) 00.15 Премьера. «7:0 в мою пользу». К 70-летию Олега Газманова. (12+) 01.10 Время покажет. (16+) 03.00 Новости 03.05 Время покажет. (16+) 03.30 Мужское / Женское. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 «О самом главном». (12+) 11.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.40 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «ПОИСКИ УЛИК». (12+) После нападения Артём попадает в больницу - у него сотрясение мозга и сломаны два ребра. За ним ухаживает Лена. 17.00 Вести 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+) 18.40 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ХОЗЯЙКА ГОРЫ». (16+) 00.50 «СИНЯЯ РОЗА». (12+) 04.05 «ЖЕНЩИНЫ НА ГРАНИ». (16+)	06.30 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.00 Сегодня 08.20 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ». (16+) 10.00 Сегодня 10.20 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ». (16+) 11.20 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+) Инга принимает решение уйти работать в «красную зону». Гонтарь собирается заняться недоброжелателями Хлебникова. 13.00 Сегодня 13.20 Чрезвычайное происшествие 13.50 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 16.00 Сегодня 16.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 19.00 Сегодня 19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 22.50 Сегодня 23.00 «ДЕЛО ЧЕСТИ». (16+) 02.55 «АДВОКАТ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.10 «Фиксики». (0+) 06.30 «Охотники на троллей». (6+) 06.50 «Драконы и всадники Олуха». (6+) 07.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+) 08.00 «Сториз». (16+) 09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+) 10.00 Уральские пельмени. (16+) 10.20 «НА КРЮЧКЕ». (16+) 12.35 «КУХНЯ». (12+) 19.00 «Сториз». (16+) 20.00 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+) США, 2013 г. Фантастический боевик. 22.00 «ТАРЗАН. ЛЕГЕНДА». (16+) 00.05 Русские не смеются. (16+) 01.05 «И ГАСНЕТ СВЕТ». (18+) 02.35 «ДНЕВНИК ПАМЯТИ». (16+) 04.30 «6 кадров». (16+) 05.00 «Мультфильмы». (0+) 05.50 Ералаш. (0+)	07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «Перезагрузка». (16+) 08.30 «САШАТАНЯ». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 15.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 18.00 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «ОЛЬГА». (16+) 21.00 «Комеди Клуб». (16+) 22.00 «Шоу «Студия Союз». (16+) 23.00 «Я НЕ ШУЧУ». (18+) Перед стендап-выступлением Лене звонит воспитательница Дуся Галина Юрьевна и рассказывает, что мальчик якобы ударил девочку по носу. Новикова срочно едет в детский сад, чтобы отвести дочь в больницу. 23.30 «Женский Стендап». (16+) 00.05 «Импровизация». (16+) 02.50 «Comedy Баттл. Лучшее». (16+) 03.40 «Открытый микрофон». (16+) 06.05 «ТНТ. Best». (16+)	05.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+) 09.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Знаете ли вы, что?» 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+) 21.25 «ПРИСТРЕЛИ ИХ». (16+) 23.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. (16+) 01.00 «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ: ДВЕ КРЕПОСТИ». (12+)		

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
05.00 Орел и решка. Рай и Ад. (16+) 06.35 Орел и решка. По морям. (16+) 07.35 «ИП ПИРОГОВА». (16+) 10.00 Пацанки-5. (16+) 11.55 14.40 20.10 Четыре свадьбы. (16+) Родители невесты и жениха смотрят в оба! Точнее, в четыре глаза. 00.40 Пятница News. (16+) 01.15 «ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ». (16+) 04.05 Орел и решка. Круговетка. (16+)	06.00 Улётное видео. (16+) 07.00 Улётное видео. Лучшее. (16+) 08.00 Улётное видео. (16+) 08.30 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 09.00 Дорожные войны. (16+) 11.00 Улётное видео. (16+) 13.30 Дизель шоу. (16+) 15.30 «+100500». (16+) 18.30 Дизель шоу. (16+) 21.30 «+100500». (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) Сотни людей становятся жертвами измен. 02.00 Мирное видео. (16+) 02.45 «ТУМАН». (16+) 05.15 «ТУМАН-2». (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 15.10 «Календарь» 09.30 «Русалочка» (субтитры). (6+) 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.05 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 06.25 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.55 «Академия Скайлендеров». (12+) 08.20 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 08.50 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Пёс Пэт». (6+) 11.15 «Люк - путешественник во времени». (6+) 11.45, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 12.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+) 13.45 «Финес и Ферб». (6+) 14.40 «Клеопатра в космосе». (6+) 15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+) 16.35, 22.25, 01.55 «ТАЙНЫ САЛФЕР-СПРИНГС». (6+) 17.10 «Рапунцель». (6+) 19.30 «Король Лев-3». (0+) 21.05 «История игрушек и ужасов». (6+) 21.30 «Отель Трансильвания». (12+) 23.00, 03.00 «Команда Мстители». (12+) 00.00 «Я ЛУНА». (12+) 02.15 «ГАББИ ДЮРАН: НЯНЯ ИНОПЛАНЕТЯН». (6+) 03.45 «С приветом по планетам». (12+)
05.15 «Папа попал». (12+) 09.00 «Не ври мне!» (16+) 11.00 «Дом-2. Lite». (16+) 12.00 «Супермама». (16+) 14.10 «Моя свекровь - монстр». (16+) 16.20 «Модель XL». (16+) 19.50 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+) В течение четырех недель под наблюдением опытного психолога родители будут пробовать новые методы воспитания... 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+) 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 03.25 «Свадьба вслепую». (16+)	05.00, 03.05 «БАБЬЕ ЛЕТО». (16+) 07.55, 10.10 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+) Сериал. Россия, 2014 г. 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.55 Новости 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10, 18.00 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 17.20 Мирное соглашение. (16+) 19.25, 20.15 Телеигра «Игра в кино». (12+) 21.00 Слабое звено. (12+) 22.00, 23.00 Шоу «Назад в будущее». (16+) 00.05 Всемирные игры разума. (12+) 00.45 Игра в слова. (6+) 01.25 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (12+)	05.20 «Путь к Победе». (16+) 06.20 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+) 08.00 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+) 09.30 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+) 11.10 «ВЫСОТА 89». (16+) В ролях: Алексей Чадов, Александр Пашутин, Виктория Толстоганова 13.00 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (12+) 17.40 «ДИВЕРСАНТ. КОНЕЦ ВОЙНЫ». (16+) 23.00 «Путь к Победе». (16+) 00.10 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+) 02.00 «ПОСТАРАЙСЯ ОСТАТЬСЯ ЖИВЫМ». (16+) 03.00 «АННЫЧКА». (12+) 04.30 Великая война. «Операция «Багратион». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
05.00, 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Русалочка» (субтитры). (6+) 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.05 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 06.25 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.55 «Академия Скайлендеров». (12+) 08.20 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 08.50 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Пёс Пэт». (6+) 11.15 «Люк - путешественник во времени». (6+) 11.45, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 12.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+) 13.45 «Финес и Ферб». (6+) 14.40 «Клеопатра в космосе». (6+) 15.40 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+) 16.35, 22.25, 01.55 «ТАЙНЫ САЛФЕР-СПРИНГС». (6+) 17.10 «Рапунцель». (6+) 19.30 «Король Лев-3». (0+) 21.05 «История игрушек и ужасов». (6+) 21.30 «Отель Трансильвания». (12+) 23.00, 03.00 «Команда Мстители». (12+) 00.00 «Я ЛУНА». (12+) 02.15 «ГАББИ ДЮРАН: НЯНЯ ИНОПЛАНЕТЯН». (6+) 03.45 «С приветом по планетам». (12+)	05.00 Ранние птички. «Малышарики», «Летающие звери», «Машинки», «Пластинки». (0+) 06.55 «Жужжалка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Жужжалка». (0+) 07.35 «Суперкрялья. Миссия выполнима». (0+) 08.05 «Команда Флоры». (0+) 09.55 «Доктор Малышкина». (0+) 10.00 «Кошечки-собачки». (0+) 11.40 «Роботы-поезда». (0+) 12.15 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+) 12.40 «Бен 10». (12+) 13.05 «Металлоны». (6+) 13.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 15.40 «Трам-пам-пам». (0+) 16.05 «Лео и Тиг». (0+) 18.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+) 19.15 «Волшебная кухня». (0+) 20.25 «Акулёнок». (0+) Пойте забавные песенки вместе с малышом Акулёнком на канале «Карусель»! 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Оранжевая корова». (0+) 22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+) 22.25 «Гормити». (6+) 22.50 «Дикие скричеры!» (6+) 23.15 «Ералаш». (6+) 00.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+) 01.25 «Команда Дино. Исследователи». (0+) 02.45 «Волшебный фонарь». (0+) 03.50 «Смешарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC	NG
06.00 Космос наизнанку. (12+) 06.46 Махинаторы. (12+) 07.39, 08.06 Битвы за континенты. (12+) 08.32, 08.59 Как это устроено? (12+) 09.25 Крутой тининг. (12+) 10.18 Выжить вместе. (16+) 11.12 Уйти от погони. (12+) 12.06, 12.33, 13.00, 13.27, 13.54, 14.21 Как это сделано? (12+) 14.48 Махинаторы. (12+) 15.42 Космос наизнанку. (12+) 16.36, 17.03 Кафе, закуские и забегаловки. (12+) 17.30 Быстрые и громкие. (12+) 18.24, 18.51 Битвы за континенты. (12+) 19.18, 19.45 Как это устроено? (12+) 20.12 Махинаторы. (12+) 21.06 Золотая лихорадка: заброшенный прииск Дэйва Турина. (16+) 22.00, 04.30 Золотая лихорадка: Берингово море. (16+) 22.54, 23.21, 05.15, 05.38 Горячительные путешествия: лучшие бары. (18+) 23.47 Чудаки и акулы. (16+) 00.40, 01.05, 01.30, 01.53 Охотники за реликвиями. (16+) 02.15 Быстрые и громкие. (12+) 03.00, 03.23 Как это устроено? (12+) 03.45 Золотая лихорадка: заброшенный прииск Дэйва Турина. (16+)	06.00 Даты, вошедшие в историю. (12+) 06.30 Тайны музеев. (12+) 07.15 Первые люди. (12+) 08.15 История христианства. (12+) 09.20 Музейные тайны. (12+) 10.00 Саккара: тайные иероглифы пирамид. (6+) 11.00 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+) 11.50 Первые люди. (12+) 12.45 Тайная война. (12+) 13.40 Вена: империя, династия и мечта. (12+) 14.35 Сканирование Нила. (12+) 15.30 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+) 16.20 Мегалополь: секреты древнего мира. (12+) 17.15 Бездна. (16+) 18.10 Расшифрованные сокровища. (12+) 19.00 Первые люди. (12+) 19.55 Анна Болейн: арест, суд и казнь. (16+) 21.00 Мегалополь: секреты древнего мира. (12+) 21.55 Бездна. (16+) 22.50 Расшифрованные сокровища. (12+) 23.40 Музейные тайны. (12+) 00.20 Вена: империя, династия и мечта. (12+) 01.15 Саккара: тайные иероглифы пирамид. (6+) 02.05 Мегалополь: секреты древнего мира. (12+) 03.00 Анна Болейн. (16+) 03.45 Первые люди. (12+) 04.40 Музейные тайны. (12+) 05.25 Родовые проклятия. (12+)	06.00, 06.30 Зона строительства. (16+) 06.55 Необычные промыслы. (16+) 07.45 Инстинкт выживания. (16+) 08.35 Чудеса инженерии. (16+) 09.20, 10.15 Авто-SOS. (16+) 11.05 Дикий туец: Север против Юга. (16+) 11.55 Дикий туец. (16+) 12.45 непокорный остров. (16+) 13.35 Короли рыбалки. (16+) 14.25 Техасский улов. (16+) 15.15 Злоключения за границей. (16+) 16.05 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+) 16.55 Дикий туец. (16+) 17.40 Индия с высоты птичьего полёта. (16+) 18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+) 19.20 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+) 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 21.00, 21.50, 03.25 Злоключения за границей: Преступление и наказание. (16+) 22.40 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+) 23.30 Граница. (16+) 00.20 Вторая мировая война: подводный ад. (16+) 01.10 Труднейший в мире ремонт. (16+) 01.55 Суперсооружения Третьего рейха. (16+) 02.40 Приоры. (16+)	

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии (0+) рекомендуются детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет.

РОССИЯ К
Культура



07.30 «Тутанхамон: жизнь, смерть и бессмертие»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 15.05 «Тутанхамон: жизнь, смерть и бессмертие»
- 08.20 17.40 «Живая Вселенная»
- 08.45 21.00 «БАЯЗЕТ»
- 09.30 «Другие Романовы»
- 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры «Пряничный домик»
- 10.15 «Полиглот»
- 10.45 «Абсолютный слух»
- 11.35 Спектакль «Ревизор»
- 12.15 «Роман в камне»
- 13.30 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 18.10 01.25 Мастера вокального искусства и академического оркестра «Библейский сюжет»
- 19.00 «Дуэль. Финал»
- 19.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Главные слова Бориса Эйфмана»
- 21.50 «Цвет времени»
- 23.10 «ШАХЕРЕЗАДА»

ТВЦ ТВЦ



08.10 «СЕМЬ НЯНЕК». (6+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «СЕМЬ НЯНЕК». (6+)
- 09.50 «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Петровка, 38. (16+)
- 15.05 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ТАЙНЫ ОГНЕННЫХ РУН». (12+)
- 17.00 «Трагедии советских кинозвезд». (12+)
- 17.50 События
- 18.15 «ТРИ ЛАНИ НА АЛМАЗНОЙ ТРОПЕ». (12+)
- 22.00 События
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Ну и ну! Эротика по-советски». (12+)
- 00.00 Петровка, 38. (16+)
- 00.20 «90-е. Преданная и проданная». (16+)
- 01.05 «Удар властью. Александр Лебедь». (16+)
- 01.45 «Чудо на Висле, или Тухачевский против Пилсудского». (12+)

ТВ-3 ТВ-3



23.00 «ЛИХОРАДКА». (18+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.50 Знаки судьбы. (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 14.40 Врачи. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 18.30 «НЕИЗВЕСТНЫЙ». (16+)
- Простой угон превращается в дело об убийстве: в багажнике угнанной машины обнаружен труп. Женя и Шагин приходят к выводу, что эта история сложнее, чем кажется.
- 20.20 «МЕНТАЛИСТ». (16+)
- Остаётся все меньше времени на попытку спасения жертв от торговцев людьми, прежде чем их транспортируют за рубеж. Джейн и Лисбон сосредотачиваются на поимке идеального вдохновителя преступников.
- 23.00 «ЛИХОРАДКА». (18+)
- 01.00 «Дневник экстрасенса с Дарией Воскобоевой». (16+)
- 05.15 «Тайные знаки». (16+)

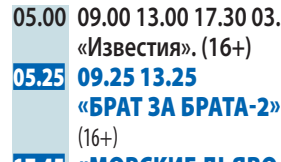
ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



06.30 «б кадров». (18+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 06.40 «Реальная мистика». (16+)
- 07.40 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.10 Давай разведёмся! (16+)
- 10.15 Тест на отцовство. (16+)
- 12.25 «Понять. Простить». (16+)
- 13.30 «Порча». (16+)
- 14.00 «Знахарка». (16+)
- 14.55 «ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 19.00 «ЛЮБОВЬ ЛЕЧИТ». (16+)
- 23.15 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-4». (16+)
- 01.15 «Реальная мистика». (16+)
- 02.15 «Порча». (16+)
- 02.40 «Знахарка». (16+)
- 03.05 «Понять. Простить». (16+)
- 03.55 Тест на отцовство. (16+)
- 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)

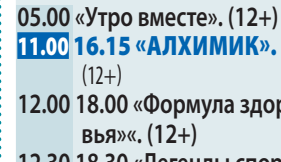
5 5-й КАНАЛ



06.30 «б кадров». (18+)

- 05.00 09.00 13.00 17.30 03.25 «Известия». (16+)
- 05.25 09.25 13.25 «БРАТ ЗА БРАТА-2». (16+)
- 17.45 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ-5». (16+)
- 19.40 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «СВОИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 02.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 02.55 03.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 05.40 09.20 «ВПЕРЕДИ ОКЕАН». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
- 10.15 13.15 «МЕЧ». (16+)
- 18.20 «Сделано в СССР». (6+)
- 18.50 «Подводный флот России». (12+)
- 19.35 20.25 «Код доступа». (12+)
- 21.25 «Открытый эфир». Лучшее. (12+)
- 22.45 «СВЕТ В КОНЦЕ ТОННЕЛЯ». (12+)
- 00.55 «КЛЮЧИ ОТ РАЯ». (0+)
- 02.30 «ДЕРЗОСТЬ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 16.15 «АЛХИМИК». (12+)
- 12.00 18.00 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 18.30 «Легенды спорта». (12+)
- 13.00 15.45 22.00 «Народные деньги». (12+)
- 13.15 «Мастера». (12+)
- 13.30 03.45 «Открытая наука». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.15 03.30 «Область спорта». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Мастер-класс». (12+)
- 17.15 01.15 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Окрестности»
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 19.45 20.45 03.15 «Общее дело». (12+)
- 20.00 21.45 «Современники. Наше время». (12+)
- 20.15 22.15 02.45 «Up&Down». (12+)
- 22.45 «ВСЕ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
- 00.15 «Достоинство республик». (12+)
- 00.45 «Футбол губернии». (12+)

ЗВЕЗДА

- 05.40 09.20 «ВПЕРЕДИ ОКЕАН». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
- 10.15 13.15 «МЕЧ». (16+)
- 18.20 «Сделано в СССР». (6+)
- 18.50 «Подводный флот России». (12+)
- 19.35 20.25 «Код доступа». (12+)
- 21.25 «Открытый эфир». Лучшее. (12+)
- 22.45 «СВЕТ В КОНЦЕ ТОННЕЛЯ». (12+)
- 00.55 «КЛЮЧИ ОТ РАЯ». (0+)
- 02.30 «ДЕРЗОСТЬ». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 13.20 18.55 Новости
- 06.05 13.25 18.30 22.40 Все на Матч!
- 08.45 «ВНЕ ИГРЫ». (16+)
- 10.55 14.25 XXXII Летние Олимпийские игры. Футбол. Мужчины
- 13.00 00.45 Специальный репортаж. (12+)
- 16.30 «НЕОСПОРИМЫЙ-3: ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)
- 19.00 «КРОВАВЫЙ СПОРТ». (16+)
- 21.00 «Легенды бокса с Владимиром Познером». (16+)
- 23.40 «Несерьёзно о футболе». (12+)
- 01.05 05.00 Новости. (0+)
- 01.10 Футбол. «Индепендьенте» (Аргентина) - «Сантос» (Бразилия). Кубок Южной Америки. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 03.15 XXXII Летние Олимпийские игры. (0+)
- 05.05 «Олимпийский гид». (12+)
- EUROSPORT 1
- 01.00 Формула Е. е-При Валленсии. Ревью. (12+)
- 02.00 Ралли. ERC. Венгрия. Ревью. (12+)
- 02.30, 04.00 Теннис. US Open. 1/4 финала. (6+)
- 05.30 Снукер. UK Championship. 1/4 финала. (6+)
- 07.00 Формула Е. е-При Монако. Ревью. (12+)
- 08.00 Ралли. ERC. Канарские острова. Ревью. (12+)
- 08.30 Теннис. US Open. 1/4 финала. (6+)
- 10.00 Велоспорт. «Джиро д'Италия». 4-й этап. (12+)
- 12.00 Теннис. US Open. 1/4 финала. (6+)
- 13.30 Снукер. UK Championship. 1/4 финала. Трамп - К. Уилсон. (6+)
- 14.30 Велоспорт. «Джиро д'Италия». 4-й этап. (12+)
- 16.30 Теннис. US Open. 1/4 финала. (6+)
- 18.00, 23.30 Снукер. UK Championship. 1/4 финала. Трамп - К. Уилсон. (6+)
- 19.30 Теннис. US Open. 1/4 финала. (6+)
- 21.30 Велоспорт. «Тур де Франс». 4-й этап. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
- 05.00 «10 самых горячих клипов дня». (16+)
- 05.35 08.45 15.00 18.45 23.35 Про-новости. (16+)
- 05.50 13.55 23.55 PRO-Клип. (16+)
- 05.55 Караокинг. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 Победитель «Битвы фан-клубов». (16+)
- 10.30 Check-In. (16+)
- 11.35 У-Дачный чарт. (16+)
- 12.40 Лайкер. (16+)
- 14.00 TOP Чарт. (16+)
- 15.15 Битва фанклубов. (16+)
- 16.50 Студия 69. Поменялись хитами. (16+)
- 17.20 Новая волна-2018. (16+)
- 19.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 20.00 «Премия Муз-ТВ-20/21». (16+)
- 21.00 Гала-концерт «Звезды за футбол!». (16+)
- 00.00 Караокинг. (18+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 TV1000
- 05.15, 05.55 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 06.45 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
- 08.35 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- 10.05 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)
- 12.25 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
- 14.00 «ОПТОМ ДЕШЕВЛЕ». (12+)
- 15.45 «ОПТОМ ДЕШЕВЛЕ-2». (12+)
- 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 19.00 «ДНЕВНИК ПАМЯТИ». (16+)
- 21.05 «КЛЯТВА». (12+)
- 22.55 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
- 00.40 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 02.25 «ЛОВУШКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ». (6+)
- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- 06.40 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 08.20 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 10.05 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОС». (6+)
- 12.05 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (6+)
- 14.20 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- 16.05 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 17.20 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 19.00 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+) Россия, 2003 г.
- 21.05 «НА ОСТРИЕ». (12+)
- 23.00 «ЖИЗНЬ ВПЕРЕДИ». (16+)
- 00.30 «НАПАРНИК». (12+)
- 01.55 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
- 03.15 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 04.55 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 04.45 «ЗА ПРЕКРАСНЫХ ДАМ!». (16+)
- 06.00 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
- 07.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 10.30 «СВАТЫ». (16+) Сериал. Россия, 2008 г. В ролях: Людмила Артемьева, Анатолий Васильев, Федор Добронравов, Ульяна Иващенко
- 14.15 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 18.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «СЛЕД». (16+)
- 01.25 Золотая коллекция киностудии Горького. «МАЛЕНЬКАЯ ВЕРА». (16+)
- 03.40 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 12.45, 13.35, 14.30, 15.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+) Сериал. Драма, США, 2004-2012 гг.
- 16.10, 17.05 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- 18.00 Моя прекрасная мама. (16+)
- 19.00, 20.00, 20.55, 21.50, 22.45 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 23.35 Суббота! News. (16+)
- 23.45, 00.40, 01.30 Топ-модель по-американски. (16+)
- 02.15 «БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)
- 03.45 Барышня-крестьянка. (16+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.50 «САМКА». (16+)
- 02.30 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+)
- 04.05 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
- 05.55 «ПОДМЕНА». (16+)
- 07.50 «БЫСТРЕЕ, ЧЕМ КРОЛИКИ». (16+)
- 09.35 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- 11.45 «ЧЕТЫРЕ КОМНАТЫ». (18+)
- 13.35 «1+1». (16+)
- 15.40 «ПАПЕ СНОВА 17». (12+)
- 17.35 «ПИКСЕЛИ». (12+)
- 19.30 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+) Комедия, приключения, фантастика, Германия, Италия
- 21.35 «ГАМБИТ». (16+)
- 23.10 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- red .RED
- 06.00, 10.10, 17.05 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 07.10, 07.35, 14.15, 14.40, 15.05 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
- 08.00, 12.05, 18.00 Проект Подиум. (16+)
- 08.50, 12.55, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
- 11.20, 21.30, 03.00 «АМНЕЗИЯ». (16+)
- 15.30, 16.15, 20.00, 20.45, 23.55, 00.40 «ЧАСТНЫЕ СВЫЩИКИ». (16+)
- 22.20, 02.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- 23.05, 01.25 «ТИПА МОЯ ЖЕНА». (18+)
- 03.50 «У ЗЕРКАЛА ДВА ЛИЦА». (16+) США, 1996 г. В ролях: Барбра Стрейзанд, Джефф Бриджес
- ФЕНИКС+ КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «НЕРАВНЫЙ БРАК». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ЗАПАСНОЙ ИНСТИНКТ». (16+)
- Сериал. Детектив, Россия, 2005 г. В ролях: Максим Аверин, Анна Банщикова, Елизавета Боярская
- 13.00, 21.00, 05.00 «ГЛАВНЫЕ РОЛИ». (16+) Сериал. Драма, мелодрама, Россия, 2002 г. В ролях: Марина Александрова, Мария Миронова
- 14.00, 22.00, 06.00 «ВЕРЬ МНЕ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПО ИМЕНИ БАРОН». (18+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Ералаш». (0+) Детский юмористический киножурнал.
- 08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. СУПЕРНЕВЕСТЬ». (16+)
- 17.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 00.15 «6 кадров». (16+)
- 02.30 «РАНЕТКИ». (12+) Сериал. Драмеда, Россия, 2008-2010 гг. В ролях: Аня Руднева, Лена Третьякова, Женья Огурцова Папа Ани с удивлением узнает, что новая секретарша начальника - его жена. Отца Жени обвиняют в финансовых махинациях, и ему грозит тюрьма. Лена в отчаянии - заработанных денег хватает только на то, чтобы купить лекарства больному деду. ...
- 04.50 «Ералаш». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 06.30 Монастырская кухня. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 12.00 «Своё» с Андреем Даниленко. (6+)
- 12.30 И будут двое... (12+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Никита Михалков. Русский выбор. Диалоги с Колчаком. (0+)
- 16.00 Мир Библии. Фильм 4. (0+)
- 16.35, 17.35, 18.30 «ГРОМО-ВЫ». 10-12 серии. (16+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.20 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.20 Что скрывает чудо-остров. Цикл: Искатели. (0+)
- Островное чудо, жемчужина неурочной красоты - так называют остров Тосканка в центре Воронежского озера в Нижегородской области.
- 00.15 День Патриарха. (0+)
- 00.30 Простые чудеса. (12+)
- 01.15 Профессор Осипов. (0+)
- 02.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

22 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Сщмч. Панкратия, еп. Тавроменийского.



Сщмч. Кирилла, еп. Гортинского. Прмчч. Патермуфия, Коприя и мчч. Александра. Прп. Патермуфия и Коприя Египетских. Свт. Феодора, еп. Едесского. Прп. Гавриила Афонского, настоятеля афонского Ильинского скита. Сщмч. Константина пресвитера. Колочской и Кипрской в с. Стромныи (Московская обл.) икон Божией Матери.

Поста нет.

Христианство - это не просто прийти в храм, помолиться, поставить свечку и испросить у Бога какого-то чуда. Чудо может совершиться, да оно уже совершилось с каждым из нас. Но важно сегодня измениться в лучшую сторону, стать добрым, милостивым, милосердным.
Еп. Городецкий и Ветлужский Августин

7	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН	
	19.45 Поле чудес. (16+)		14.55 «ПОИСКИ УЛИК». (12+)		10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)		10.00 «СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)		20.00 «МОРСКОЙ БОЙ». (16+)
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Доброе утро» 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор. (6+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 14.00 Церемония открытия игр XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио. Прямой эфир 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.40 На самом деле. (16+) 19.45 Поле чудес. (16+) 21.00 Время 21.30 Церемония открытия игр XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио. (0+) 00.00 Дневник игр XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио. (0+) 01.00 «Сжимая лезвие в ладони». (12+) 01.50 Модный приговор (6+) 02.40 Давай поженимся! (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России. 09.55 «О самом главном». (12+) 11.00 Вести 11.30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+) 12.40 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «ПОИСКИ УЛИК». (12+) В квартире скончалась женщина. Покойная нарядно одета, как будто ждала кого-то в гости. Жила она одна, дети работали за границей, помогали матери деньгами. 17.00 Вести 17.15 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+) 18.40 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ХОЗЯЙКА ГОРЫ». (16+) 01.40 «ЯЩИК ПАНДОРЫ». (16+)	05.00 «ЛЕСНИК». (16+) 06.30 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.00 Сегодня 08.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+) 10.00 Сегодня 10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+) 11.20 «КРАСНАЯ ЗОНА». (12+) 13.00 Сегодня 13.20 Чрезвычайное происшествие 13.50 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 16.00 Сегодня 16.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 19.00 Сегодня 19.40 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 22.40 «ПРОСТО ДЖЕКSON». (16+) 00.35 «МОЯ ФАМИЛИЯ ШИЛОВ». (16+) 02.00 Квартирный вопрос. (0+) 03.05 «АДВОКАТ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.10 «Фиксики». (0+) 06.30 «Охотники на троллей». (6+) 06.50 «Драконы и всадники Олуха». (6+) 07.15 «Приключения Вуди и его друзей». (0+) 08.00 «Сториз». (16+) 09.00 «ВОРОНИНЫ». (16+) 10.00 «СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+) 12.20 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+) 14.15 Шоу «Уральских пельменей». (16+) 18.40 «КУХНЯ. ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА». (12+) 21.00 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+) Россия, 2015 г. Комедия. В ролях: Дмитрий Нагиев, Юлия Александрова. 23.10 «МАЧО И БОТАН». (16+) 01.20 «МАЧО И БОТАН-2». (16+) 03.05 «6 кадров». (16+) 05.00 «Мультфильмы». (0+) 05.50 Ералаш. (0+)	07.00 «ТНТ. Gold». (16+) 08.00 «САШАТАНЯ». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 15.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 20.00 «Однажды в России». (16+) 21.00 «Комеди Клуб». (16+) Самое популярное комедийное шоу России с 15-летней историей. 22.00 Открытый микрофон. Дайджест. (16+) 23.00 «Женский Стендап». (16+) 00.00 «Такое кино!» (16+) Главные новинки кинопроката, самые горячие сплетни Голливуда и советы, что посмотреть, не выходя из дома! Ведущие Полина Максимова и Андрей Родной точно знают, на какие фильмы стоит внимания 00.30 «Импровизация». (16+) 03.10 «Comedy Баттл. Лучшее». (16+) 04.05 «Открытый микрофон». (16+) 06.35 «ТНТ. Best». (16+)	04.00 «СВОБОДНЫЕ ЛЮДИ ОКРУГА ДЖОНС». (16+) 06.00 09.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 03.50 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 Засекреченные списки. (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «МОРСКОЙ БОЙ». (16+) 22.30 «ВЛАСТИЛИН КОЛЕЦ: ВОЗВРАЩЕНИЕ КОРОЛЯ». (12+) 02.15 «КРЕПИСЬ!» (18+)				

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
05.00 Орел и решка. Рай и Ад. (16+) 06.35 Орел и решка. По морям. (16+) 07.30 «ИП ПИРОГОВА». (16+) 10.00 Пацанки-5. (16+) 11.55 Орел и Решка. Земляне. (16+) 12.55 Мир наизнанку. Непал. (16+) 15.55 Мир наизнанку. Бразилия. (16+) 21.30 «ВАЛЬГАЛЛА: РАГНАРЁК». (16+) 23.30 «РАДБОД». (16+) 02.30 Пятница News. (16+) 03.05 Кондитер. (16+) 03.50 Орел и решка. Кругосветка. (16+)	06.00 «ТУМАН-2». (16+) 08.00 «АПОСТОЛ». (16+) Россия, 2008 г. Драма. В ролях: Евгений Миронов, Николай Фоменко, Дарья Мороз. В начале войны немцы забрасывают в СССР своего диверсанта. Высадка проходит неудачно - шпиона захватывает НКВД. При попытке побега диверсанта, оказавшийся русским вором в законе, погибает. 20.00 «+100500». (16+) 00.00 Фейк такси. (18+) 01.30 Утилизатор. (12+) 02.50 Улётное видео. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 15.10 «Календарь» 09.30 16.10 «Среда обитания» 09.50 10.05 «НАСРЕДДИН В БУХАРЕ». (0+) 11.20 «Моменты судьбы» 11.30 16.30 «Домашние животные». (12+) 12.05 13.10 19.15 «ОТражение» 17.00 «Заметные люди». (12+) 17.45 «Мастера». (12+) 18.00 «Губернские новости» 18.15 «Вечер вместе». (12+) 18.35 «Окрестности». (12+) 18.45 «Современники». (12+) 21.00 «Имею право!» (12+) 21.25 «И БОГ СОЗДАЛ ЖЕНЩИНУ». (12+) 23.00 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ»	05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Русалочка» (субтитры). (6+) 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.05 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.55 «Академия Скайлендеров». (12+) 08.20 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 08.50 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Пёс Пэт». (6+) 11.15 «Великий мышинный сыщик». (6+) 12.50 «Гравити Фолз». (12+) 17.45 «Король Лев». (0+) 19.30 «В гости к Робинсонам». (0+) Мальчик Льюис растёт без родителей и страстно мечтает найти своих близких. Смастерив машину времени, он попадает в будущее и знакомится с многочисленной взаимомошной семейкой Робинсонов. Эту веселую компанию ждут удивительные приключения! 21.30 «Мультячки: Байки Мэтра». (0+) 22.10 «ГЕНЗЕЛЬ И ГРЕТЕЛЬ: БОРЬБА С КОЛДОВСТВОМ». (12+) США, 2013 г. 23.55 «ДЕВОЧКА ПРОТИВ МОНСТРА». (12+) 01.35 «Гравити Фолз». (12+) 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.10 «Папа попал». (12+) 09.00 «Не ври мне!» (16+) 11.00 «Дом-2. Lite». (16+) 12.00 «Супермама». (16+) 20.05 «Помогите, у меня трудный ребенок». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+) 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+) Специалисты проекта помогают людям с запущенными болезнями. Проблемы могут быть самыми разными - от потянувших ног до новообразований - но всех объединяет одно: о них не принято говорить вслух. 01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 03.20 «Свадьба вслепую». (16+)	05.00 «БАБЬЕ ЛЕТО». (16+) 06.50, 10.10 «ДЕРЕВЕНСКИЙ РОМАН». (12+) 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Новости 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10, 16.20 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+) 17.20 «ВИИ». (0+) 19.15 Слабое звено. (12+) 20.15 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+) Драма. СССР, Швеция, 1989 г. В ролях: Елена Яковлева, Томас Лаустюола, Лариса Малеванная 23.20 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+) 00.55 «ДОСЬЕ ЧЕЛОВЕКА В «МЕРСЕДЕСЕ». (12+) 03.10 «БЛИЗНЕЦЫ». (0+) 04.30 Мультфильмы. (0+)	05.20 «Путь к Победе» (16+) 06.20 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+) 07.50 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+) 09.30 «КРИК ТИШИНЫ». (12+) 11.10 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+) 13.00 «ДОМ С ЛИЛИЯМИ». (12+) 16.40 «ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+) В ролях: Олег Басилашвили, Андрей Болтнев, Юрий Кузнецов 23.10 «Путь к Победе». (16+) 00.20 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+) 02.20 «ТАЙНАЯ ПРОГУЛКА». (12+) 03.40 «СОЛДАТКИ». (12+) 04.50 Великая война. «Битва за воздух». (16+)	ПОБЕДА

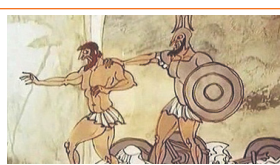
ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Русалочка» (субтитры). (6+) 05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.05 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) 07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 07.55 «Академия Скайлендеров». (12+) 08.20 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 08.50 «Пёс Пэт». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «Пёс Пэт». (6+) 11.15 «Великий мышинный сыщик». (6+) 12.50 «Гравити Фолз». (12+) 17.45 «Король Лев». (0+) 19.30 «В гости к Робинсонам». (0+) Мальчик Льюис растёт без родителей и страстно мечтает найти своих близких. Смастерив машину времени, он попадает в будущее и знакомится с многочисленной взаимомошной семейкой Робинсонов. Эту веселую компанию ждут удивительные приключения! 21.30 «Мультячки: Байки Мэтра». (0+) 22.10 «ГЕНЗЕЛЬ И ГРЕТЕЛЬ: БОРЬБА С КОЛДОВСТВОМ». (12+) США, 2013 г. 23.55 «ДЕВОЧКА ПРОТИВ МОНСТРА». (12+) 01.35 «Гравити Фолз». (12+) 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 Ранние птички. «Малышарики», «Летающие звери», «Машинки», «Пластинки». (0+) 06.55 «Жужжалка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Жужжалка». (0+) 07.35 «Суперкрялья. Миссия выполняема». (0+) 08.05 «Маша и Медведь». (0+) 09.55 «Доктор Малышкина». (0+) 10.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+) Новые приключения Белки, Стрелки и друзей на лунной космической станции! 11.40 «Роботы-поезда». (0+) 12.15 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+) 12.40 «Бен 10». (12+) 13.05 «Металлоны». (6+) 13.30 «Смешарики». (0+) Истории о дружбе и приключениях обаятельных круглых героев. 16.05 «Приключения Барби в доме мечты». (0+) 16.30 «Три кота». (0+) 18.40 «Робокар Поли и его друзья». (0+) 19.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.25 «Акулёнок». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Царевны». (0+) 22.30 «Дикие скричеры!» (6+) 23.15 «Элвин и бурундуки». (6+) Элвин и бурундуки возвращаются, чтобы снова подарить зрителям море положительных эмоций! 00.40 «Ералаш». (6+) 02.40 «Дикие приключения Блинки Билла». (6+) 03.55 «Машины сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC	NG
06.00 Космос наизнанку. (12+) 06.46 Махинаторы. (12+) 07.39, 08.06 Битвы за континенты. (12+) 08.32, 08.59 Как это устроено? (12+) 09.25 Крутой тунинг. (12+) 10.18 Золотая лихорадка: заброшенный прииск Дэйва Турина. (16+) 11.12 Золотая лихорадка: Берингово море. (16+) 12.06, 12.33, 13.00, 13.27, 13.54, 14.21 Охотники за реликвиями. (16+) 14.48 Махинаторы. (12+) 15.42 Космос наизнанку. (12+) 16.36, 17.03 Кафе, закуские и забегаловки. (12+) 17.30 Быстрые и громкие. (12+) 18.24, 18.51 Битвы за континенты. (12+) 19.18, 19.45 Как это устроено? (12+) 20.12 Махинаторы. (12+) 21.06 Смертельный улов. (16+) 22.54 Аэропорт Варшавы. (12+) Как проходят будни крупнейшего аэропорта Польши? 23.47 Потомство Эль Диабло. (16+) 00.40, 01.30 Реальные дальнбойщики. (12+) 02.15 Быстрые и громкие. (12+) 03.00, 03.23 Как это устроено? (12+) 03.45 Смертельный улов. (16+) 05.15 Аэропорт Варшавы. (12+)	06.00 Даты, вошедшие в историю. (12+) 06.30 Тайны музеев. (12+) 07.15 Вена: империя, династия и мечта. (12+) 08.10 Сканирование Нила. (12+) 09.05 Музейные тайны. (12+) 09.50 Женщина в железном гробу. (16+) 10.50 Анна Болойни: арест, суд и казнь. (16+) 11.40 Первые люди. (12+) 12.40 Тайная война. (12+) 13.35 Вена: империя, династия и мечта. (12+) 14.30 Сканирование Нила. (12+) 15.25 Версаль: испытание Короля-солнца. (12+) 16.20 Древние суперстроения. (12+) 17.15 Бездна. (16+) 18.10 Расшифрованные сокровища. (12+) 19.05 Первые люди. (12+) 20.05, 03.00 Версаль: испытание Короля-солнца. (12+) 21.00 Древние суперстроения. (12+) 21.55 Бездна. (16+) 22.45 Расшифрованные сокровища. (12+) 23.35 Музейные тайны. (12+) 00.15 Вена: империя, династия и мечта. (12+) 01.10 Женщина в железном гробу. (16+) 02.05 Древние суперстроения. (12+) 03.50 Первые люди. (12+) 04.45 Музейные тайны (12+) 05.25 Родовые проклятия. (12+)	06.00, 06.25, 05.35 Зона строительства. (16+) 06.50 Короли шахт. (16+) 07.35 Инстинкт выживания. (16+) 08.30 Чудеса инженерии. (16+) 09.20, 10.10 Авто-SOS. (16+) 11.00 Дикая тунец: Север против Юга. (16+) 11.45, 16.45 Злоключения за границей: Преступление и наказание. (16+) 12.35 Непокорный остров. (16+) 13.25 Короли рыбалки. (16+) 14.15 Техасский улов. (16+) 15.05 Злоключения за границей. (16+) 15.55 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+) 17.40 Путешествия с Гордоном Рамзи. (16+) 18.30, 18.55 Фабрика еды. (16+) 19.20 Расследование авиакатастроф: Специальный выпуск. (16+) 20.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 21.00, 03.25 Хранители сокровищ Египта. (16+) 21.50 Осушить океан: Бермудский треугольник. (16+) 22.40 Служба безопасности аэропорта: Первый класс. (16+) 23.30 Граница. (16+) 00.20 Вторая мировая война: подводный ад. (16+) 01.10 Труднейший в мире ремонт. (16+) 01.55 Супероружия Третьего рейха. (16+)	

РОССИЯ **К** **РОССИЯ К**
Культура



19.45
«Олимпиадики»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 «Тутанхамон»
- 08.20 «Живая Вселенная»
- 08.45 «БАЯЗЕТ»**
- 09.30 «Другие Романовы»
- 10.00 15.00 19.30 23.30
Новости культуры
- 10.20 Шедевры старого кино
- 11.35 «Опереточный герой»
- 12.15 Спектакль «Живой труп»
- 14.20 «Острова»
- 15.05 «Как нарисовать птицу...»
- 15.50 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»**
- 17.25 «Забывшее ремесло»
- 17.40 «Роман в камне»
- 18.10 01.20 Мастера вокального искусства и академический оркестр русских народных инструментов
- 19.00 «Смехоностальгия»
- 19.45 «Олимпиадики»
- 20.10 02.05 «Искатели»
- 21.00 «Неприкасаемый»
- 21.50 «РАСКАЗ НЕИЗВЕСТНОГО ЧЕЛОВЕКА»**
- 23.50 «ПАЛАЧ»**

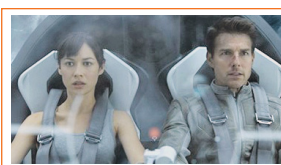
ТВЦ **ТВЦ**



20.05 «МЫШЕЛОВКА НА ТРИ ПЕРСОНЫ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ».** (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ».** (12+)
- 12.30 «БАРХАТНЫЙ СЕЗОН».** (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Петровка, 38. (16+)
- 15.05 «БАРХАТНЫЙ СЕЗОН».** (12+)
- 16.55 «Голубой огонёк». Битва за эфир». (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «ТРОЕ В ЛИФТЕ, НЕ СЧИТАЯ СОБАКИ».** (12+)
- 20.05 «МЫШЕЛОВКА НА ТРИ ПЕРСОНЫ».** (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.10 «Приют комедиантов». (12+)
- 01.05 «УКОЛ ЗОНТИКОМ».** (12+)
- 02.40 Петровка, 38. (16+)
- 02.55 «КОСНУВШИСЬ СЕРДЦА».** (12+)

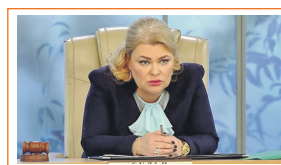
ТВ-3 **ТВ-3**



19.30 «ОБЛИВИОН». (12+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Новый день. (12+)
- 11.50 Знаки судьбы. (16+)
- 12.25 Гадалка. (16+)
- 14.40 Вернувшиеся. (16+)
- 15.45 Гадалка. (16+)
- 17.25 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ОБЛИВИОН».** (12+)
- США, 2013 г. Фантастика. В ролях: Том Круз, Ольга Куриленко. Несколько десятков лет назад инопланетяне, называемыми землянами «падальщиками», уничтожили Луну.
- 22.00 «МЕСТНЫЕ».** (16+)
- США, 2018 г. Триллер. В ролях: Кейт Босворт, Тайлер Хэклин. Супружеская пара на грани развода выживает после загадочной химической атаки, жертвами которой стали сотни миллионов людей.
- 00.00 «ПАНДОРУМ».** (16+)
- 02.00 «СОЕРА».** (16+)
- 04.00 Вокруг Света. Места Силы. (16+)

ДОМАШНИЙ **ДОМАШНИЙ**



07.35 По делам несовершеннолетних. (16+)

- 06.25 «б кадров». (16+)
- 06.35 «Реальная мистика». (16+)
- 07.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.15 Давай разведёмся! (16+)
- 10.20 Тест на отцовство. (16+)
- 12.30 «Понять. Простить». (16+)
- 13.35 «Порча». (16+)
- 14.05 «Знахарка». (16+)
- 14.40 «ЛЮБЛЮ ОТЦА И СЫНА».** (16+)
- 19.00 «НЕ ХОЧУ ТЕБЯ ТЕРЯТЬ».** (16+)
- Украина, 2020 г.
- 23.05 «ТРИ ИСТОРИИ ЛЮБВИ».** (16+)
- 03.05 «Реальная мистика». (16+)
- 03.55 «Порча». (16+)
- 04.20 «Знахарка». (16+)
- 04.45 Тест на отцовство. (16+)
- 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 06.25 «б кадров». (16+)

5 **5-й КАНАЛ**

- 05.00 «Известия». (16+)
 - 05.30 «БРАТ ЗА БРАТА-2».** (16+)
 - 09.00 «Известия». (16+)
 - 09.25 «КОНСУЛЬТАНТ».** (16+)
 - Россия, 2016 г. Детектив. В ролях: Кирилл Кяро, Максим Дрозд. 1989-й год. В провинциальном городе идет суд над страшным маньяком...
 - 13.00 «Известия». (16+)
 - 13.25 «КОНСУЛЬТАНТ».** (16+)
 - 20.05 «СЛЕД».** (16+)
 - 00.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)
- ★ ЗВЕЗДА**
- 06.05 «Великая Отечественная. Партизаны Украины». (12+)
 - 07.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО».** (12+)
 - 13.00 18.00 21.15
Новости дня
 - 11.00 «ТИХАЯ ЗАСТАВА».** (16+)
 - 13.20 18.25 21.25 «НА ВСЕХ ШИРОТАХ...»** (12+)
 - 21.45 «ЧЕРНЫЕ БЕРЕТЫ».** (12+)
 - 23.20 «ВПЕРЕДИ ОКЕАН».** (12+)
 - 03.20 «ГОЛОСА РЫБ».** (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Наше кино». (0+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 17.30 04.45 «Наше время». (12+)
- 13.15 15.45 «Общее дело». (12+)
- 13.30 «Открытая наука» (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.45
«Губернские новости». (12+)
- 14.15 «Комментарий». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Мастер-класс». (12+)
- 16.15 «Документальное кино». (12+)
- 16.30 «Великие изобретатели». (12+)
- 17.00 01.45 «Up&Down». (12+)
- 17.45 «Народные деньги». (12+)
- 18.00 19.00 21.45 «Окрестности»
- 18.30 19.45 03.00 «Мастера». (12+)
- 18.45 04.30 «Собрание сочинений». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 «Адрес истории». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 02.15 «Точка.ру». (12+)
- 22.15 03.15 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «КОРОЛИ ИНТРИГИ».** (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ** **EUROSPORT 1**
- 06.00 09.00 11.55 15.05 18.50
Новости
- 06.05 12.00 15.10 18.10 22.40
Все на Матч!
- 09.05 11.35 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 «ВНЕ ИГРЫ». (16+)
- 12.40 «Главная дорога». (16+)
- 14.00 Смешанные единоборства. Опе FC. Топ-10 неожиданных развязок. (16+)
- 15.50 «Кубок Париматч Премьер». Итоги. (12+)
- 16.50 Футбол. Российская Премьер-лига. Лучшие матчи в истории. (0+)
- 18.55 Футбол. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - «Динамо» (Москва). Тинькофф Российская Премьер-лига. Прямая трансляция
- 21.00 «Легенды бокса с Владимиром Познером». (16+)
- 00.00 02.05 XXXII Летние Олимпийские игры. (0+)
- 02.00 Новости. (0+)
- 01.00 Формула Е. е-При Мо-нако. Ревью. (12+)
- 02.00 Ралли. ERS. Канарские острова. Ревью. (12+)
- 02.30 Теннис. US Open. 1/4 финала. (6+)
- 04.00 Теннис. US Open. Полуфинал. (6+)
- 05.30 Снукер. UK Championship. 1/2 финала. Н. Робертсон - Чжоу Юэлу. (6+)
- 07.00 Формула Е. е-При Пуэ-блы. Ревью. (12+)
- 08.00 Ралли. ERS. Польша. Ревью. (12+)
- 08.30 Теннис. US Open. Полуфинал. (6+)
- 10.00 Велоспорт. «Джиро д'Италия». 5-й этап. (12+)
- 12.00 Теннис. US Open. Полуфинал. (6+)
- 13.30, 18.00, 23.30 Снукер. UK Championship. 1/2 финала. Н. Робертсон - Чжоу Юэлу. (6+)
- 14.30 Велоспорт. «Джиро д'Италия». 5-й этап. (12+)
- 16.30, 19.30 Теннис. US Open. Полуфинал. (6+)
- 21.30 Велоспорт. «Тур де Франс». 5-й этап. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV 1000** **TV 1000** **TV 1000 РУССКОЕ КИНО**
- 05.00, 05.40 «ДОКТОР ХА-УС». (16+)
- 06.30 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
- 08.00 «КЛЯТВА». (12+)
- 09.50 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
- 11.40 «ДНЕВНИК ПАМЯТИ». (16+)
- 13.55 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
- 15.20 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 17.20, 18.10 «ДОКТОР ХА-УС». (16+)
- 19.00 «ДИВЕРГЕНТ». (12+)
- США, 2014 г. В ролях: Шей-лин Вудли, Тео Джеймс, Эшли Джадд, Джэй Кортни
- 21.25 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (12+)
- 23.20 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (12+)
- 01.15 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИ-ШЕ». (12+)
- 03.00 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 06.30 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕН-ШИНУ». (12+)
- 08.35 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «НА ОСТРИЕ». (12+)
- 12.00 «ЛЕД». (12+)
- 14.00 «ЛЕД-2». (6+)
- 16.15 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 17.50 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- Россия, 2015 г.
- 19.25 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- Россия, 2015 г.
- 20.45 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕК-ПОТ». (16+)
- 22.10 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГ-КОК». (16+)
- 23.35 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (6+)
- 01.40 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- 03.15 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- 04.40 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- red .RED**
- 06.00, 10.50, 17.10 «АББАТ-СТВО ДАУНТОН». (16+)
- 06.50, 07.15, 07.40, 08.05, 08.30, 14.25, 14.50, 15.15
«ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
- 08.55, 12.30, 18.05 Проект Подиум. (16+)
- 09.45, 13.20, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
- 11.45 «АМНЕЗИЯ». (16+)
- 15.40, 16.25 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
- 20.00 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- США, 1997 г. В ролях: Джек Николсон, Хелен Хант, Грег Кинниэр
- 22.20 «САМА ЖИЗНЬ». (16+)
- 00.15 «МАРИЯ АНТУАНЕТТА». (16+)
- 02.15 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (16+)
- 04.30 «ЛИЦО ЛЮБВИ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** **СПАС** **СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 06.30 Монастырская кухня. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 12.00 Пилигрим. (6+)
- 12.30 Встреча (субтитры). (12+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Мона-стырская кухня. (0+)
- 15.00 Федор Ушаков. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 15.30 Ангелы с моря. (0+)
- 16.25 «ВТОРОЙ РАЗ В КРЫ-МУ». (0+)
- 18.05 «БЕЗ ГОДУ НЕДЕЛЯ». (12+)
- СССР, 1982 г. В ролях: Нико-лай Крючков, Михаил Иг-натов, Георгий Дворников
- Фильм о юной выпускни-це речного училища Нас-те Филимоновой.
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.20 «КАРАНТИН». (0+)
- СССР, 1983 г.
- 00.00 День Патриарха. (0+)
- 00.15 «Наши любимые пес-ни». Концерт. (6+)
- 01.10 Никита Михалков. Рус-ский выбор. Диалоги с Кол-чаком. (0+)
- 02.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 12.45, 13.35, 14.30, 15.20
«ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙ-КИ». (16+)
- 16.15, 17.05, 18.00, 18.55, 19.55, 20.50, 21.40, 22.35
«ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 23.30 Суббота! News. (16+)
- 23.40, 00.35, 01.30 Топ-модель по-американски. (16+)
- 02.10 «ВСЕ ВКЛЮЧЕНО-2». (12+)
- Комедия, Россия, 2013 г. В ролях: Михаил Беспалов, Марина Алек-сандрова, Роман Мадынов, Федор Добронравов, Анна Ардова
- 03.40 Барышня-крестьянка. (16+)
- 04.30 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
- суббота!** **СУББОТА!**
- 06.00 «Ералаш». (0+)
- 08.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ. СУ-ПЕРНЕВЕСТЬ». (16+)
- 09.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
- У психолога Сергея Васнецо-ва большие проблемы. От него ушла жена, оставив пя-терых дочерей. Да каких - с ума сойти! Первая - модни-ца, вторая - отличница, тре-тья - неформалка, четвер-тая - спортсменка, а пятая - совсем крошка Пуговка. Все очень шумные. И никто не умеет убирать и готовить! Кажется, доктору Васнецову самому скоро понадобится помощь специалиста...
- 17.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 00.20 б кадров. (16+)
- 02.30 «РАНЕТКИ». (12+)
- 04.50 «Ералаш». (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 «10 клипов дня». (16+)
- 05.35 08.45 15.00 18.45 22.55
Про-новости. (16+)
- 05.50 Русские хиты. (16+)
- 09.00 Золотая дюжина. (16+)
- 10.00 Победитель «Битвы фан-клубов». (16+)
- 10.30 Сheck-In. (16+)
- 11.15 «10 Самых!» (16+)
- 11.50 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 12.50 Отпуск без путёвки. (16+)
- 14.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
- 15.15 «Премия Муз-ТВ-2021: полный Моргенштерн». (16+)
- 16.20 Победители Премии Муз-ТВ-2021. (16+)
- 17.30 Золотая лихорадка (16+)
- 19.00 Русский чарт. (16+)
- 20.00 Руки Вверх! «Лучшее за 20 лет!». (16+)
- 23.10 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.10 Неспиннер. (18+)

Православный календарь

23 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Положение честной ризы Господа нашего Иисуса Христа в Москве.

Постный день.

Мчч. 45 в Никополе Армянском: Леонтия, Маврикия, Даниила, Антония, Александра, Ианики-та, Сисиния, Менеи, Вирилада и прочих. Прп. Антония Печер-ского, Киевского, начальника всех русских монахов. Мчч. Апол-лония. Мчч. Визанора и Силуана. Преподобных пустынножков еги-петских, огнем и дымом умеренных. Прп. Силуу-на, схимника Печерского. Прп. Евмения и Пар-фения Гортинских. Сщмчч. Александра, Василия, Петра и Стефана пресвитеров, Георгия и Нестора диаконов. Конеvской иконы Божией Матери.

« Бог не желает, чтобы те, кого Он спасет, кто ищет Его милости, были тупыми, малодушными, трусливыми и неопытными. Божественное наследие – для взрослых христиан. Потому Он ставит нас перед искушениями, дабы проявилось наше послушание Его заповедям. Старец Ефрем Филофейский

7	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН
00.00 «ТА, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)	06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»	18.00 «Привет, Андрей!» (12+)	05.00 «Утро России. Суббота»	12.00 Квартирный вопрос. (0+)	21.00 «ЛЮСИ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+)	00.00 «ВЫПУСКНОЙ». (18+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
08.00 Игры XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио	08.00 Вести. Местное время	08.20 Местное время. Суббота	08.00 Вести. Местное время	07.20 Кто в доме хозяин? (12+)	06.05 «Фиксики». (0+)	06.05 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	08.00 «САШАТАНЯ». (16+)	05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
10.00 Новости (с субтитрами)	08.20 Местное время. Суббота	08.35 «По секрету всему свету»	08.20 Местное время. Суббота	08.00 Сегодня	06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	06.45 «Три кота». (0+)	14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)	06.35 «ЗОЛОТОЙ КОМПАС». (12+)
10.15 Игры XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио	08.35 «По секрету всему свету»	09.00 «Формула еды». (12+)	08.35 «По секрету всему свету»	08.20 Готовим с Алексеем Зиминым. (0+)	07.30 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)	08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)	22.00 «Женский Стендап». (16+)	08.30 «О вкусной и здоровой пище». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)	09.00 «Формула еды». (12+)	09.25 «Пятеро на одного»	09.00 «Формула еды». (12+)	08.45 Поедем, поедим! (0+)	08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)	08.30 Шоу «Уральских пельменей». (16+)	23.00 «Stand up». (16+)	09.05 «Минтранс». (16+)
12.15 Игры XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио	09.25 «Пятеро на одного»	10.10 Сто к одному	09.25 «Пятеро на одного»	10.00 Сегодня	08.40 «Папа в декрете». (16+)	09.00 «Просто кухня». (12+)	00.00 «ВЫПУСКНОЙ». (18+)	10.05 «Самая полезная программа». (16+)
16.30 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)	10.10 Сто к одному	11.00 Вести	10.10 Сто к одному	11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)	09.00 «Просто кухня». (12+)	10.00 «Лесная братва». (12+)	01.50 «Импровизация». (16+)	11.15 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
18.00 «Юрий Антонов. «От печали до радости...» (16+)	11.00 Вести	11.30 «Смотреть до конца». (12+)	11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)	12.00 Квартирный вопрос. (0+)	11.40 «МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ». (16+)	11.40 «ТАКСИ». (12+)	03.35 «Comedy Баттл. Лучшее». (16+)	13.15 «СОВБЕЗ». (16+)
19.35 Сегодня вечером. (16+)	11.30 «Смотреть до конца». (12+)	12.35 «Доктор Мясников». (12+)	12.00 Квартирный вопрос. (0+)	13.00 Наш ПотребНадзор. (16+)	14.00 «ТАКСИ-2». (12+)	15.45 «ТАКСИ-2». (12+)	04.25 «Открытый микрофон». (16+)	14.20 Документальный спецпроект. (16+)
21.00 Сегодня	12.35 «Доктор Мясников». (12+)	13.40 «ПРИНЦЕССА И НИЩЕНКА». (16+)	13.00 Наш ПотребНадзор. (16+)	14.10 «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)	17.25 «ТАКСИ-3». (12+)	19.10 «ТАКСИ-4». (16+)	05.40 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)	15.20 Засекреченные списки. (16+)
21.20 Сегодня вечером. (16+)	13.40 «ПРИНЦЕССА И НИЩЕНКА». (16+)	18.00 «Привет, Андрей!» (12+)	14.10 «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)	15.00 Своя игра. (0+)	21.00 «ЛЮСИ». (16+)	22.45 «ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ». (16+)	06.35 «ТНТ. Best». (16+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
23.00 Дневник игр XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио. (0+)	18.00 «Привет, Андрей!» (12+)	20.00 Вести	15.00 Своя игра. (0+)	16.00 Сегодня	22.45 «ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ». (16+)	03.15 «МАЧО И БОТАН». (16+)	06.35 «ТНТ. Best». (16+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
00.00 «ТА, КОТОРОЙ НЕ БЫЛО». (16+)	20.00 Вести	21.00 «ОТ ЛЮБВИ ДО НЕНАВИСТИ». (12+)	16.00 Сегодня	16.20 Следствие вели... (16+)	00.45 «АДВОКАТ ДЬЯВОЛА». (16+)	04.55 «Мультфильмы». (0+)	06.35 «ТНТ. Best». (16+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
01.45 Наедине со всеми (16+)	21.00 «ОТ ЛЮБВИ ДО НЕНАВИСТИ». (12+)	Екатерина Вавилова, педагог-хореограф, знакомится с Дмитрием, который приехал к ним в провинцию из столицы. Молодые люди влюбляются друг в друга	16.20 Следствие вели... (16+)	18.00 «СТАЖЁРЫ». (16+)	03.55 «Паровозик Тишка». (0+)	05.50 Ералаш. (0+)	06.35 «ТНТ. Best». (16+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
02.30 Модный приговор (6+)	21.00 «ОТ ЛЮБВИ ДО НЕНАВИСТИ». (12+)	01.10 «ПОДСАДНАЯ УТКА». (12+)	18.00 «СТАЖЁРЫ». (16+)	19.00 Сегодня	04.55 «Мультфильмы». (0+)	05.50 Ералаш. (0+)	06.35 «ТНТ. Best». (16+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
03.20 Давай поженимся! (16+)	21.00 «ОТ ЛЮБВИ ДО НЕНАВИСТИ». (12+)	01.10 «ПОДСАДНАЯ УТКА». (12+)	19.25 «СТАЖЁРЫ». (16+)	22.30 Маска. (12+)	05.50 Ералаш. (0+)	05.50 Ералаш. (0+)	06.35 «ТНТ. Best». (16+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
	21.00 «ОТ ЛЮБВИ ДО НЕНАВИСТИ». (12+)	01.10 «ПОДСАДНАЯ УТКА». (12+)	22.30 Маска. (12+)	01.30 «Дачный ответ». (0+)			06.35 «ТНТ. Best». (16+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
	21.00 «ОТ ЛЮБВИ ДО НЕНАВИСТИ». (12+)	01.10 «ПОДСАДНАЯ УТКА». (12+)	01.30 «Дачный ответ». (0+)	02.30 «АДВОКАТ». (16+)			06.35 «ТНТ. Best». (16+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
	21.00 «ОТ ЛЮБВИ ДО НЕНАВИСТИ». (12+)	01.10 «ПОДСАДНАЯ УТКА». (12+)	02.30 «АДВОКАТ». (16+)				06.35 «ТНТ. Best». (16+)	17.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ЧЕ	ОТР	ОТР
05.00 Орел и Решка. Тревел гид. (16+)	06.00 Улётное видео. (16+)	06.15 Супершеф. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+)	05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.20 Орел и решка. По морям. (16+)	07.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)	09.00 Улётное видео. (16+)	09.00 14.45 «Календарь»	05.15 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.45 Орел и решка. Россия. (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	09.10 «За дело!» (12+)	05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
07.45 Умный дом. (16+)	Россия, 2013 г. Иронический детектив. В ролях: Константин Юшкевич, Вадим Андреев.	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	09.50 «БЕРЕМ ВСЁ НА СЕБЯ»	06.05 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
09.00 Орел и Решка. Чудеса света-4. (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	11.10 «Легенды Крыма». (12+)	06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
10.00 «ШАГ ВПЕРЕД-2: УЛИЦЫ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	11.40 «Последний побег». (12+)	06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
14.00 «ШАГ ВПЕРЕД 3D». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	13.15 04.25 «И БОГ СОЗДАЛ ЖЕНЩИНУ». (12+)	07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
16.00 «ШАГ ВПЕРЕД-4». (12+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	15.45 «Среда обитания». (12+)	07.55 «Академия Скайлендеров». (12+)
18.00 Мир наизнанку. Китай. (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	16.05 «Большая страна». (12+)	08.20 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
23.25 «ВАЛЬГАЛЛА: РАГНАРЕК». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	17.00 «День вместе». (12+)	08.50 «Пёс Пэт». (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	17.30 «Точка.ру». (12+)	09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	18.05 «Вечер вместе». (12+)	11.00 «Пёс Пэт». (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	18.25 «Окрестности». (12+)	11.15 «Алиса знает, что делать?» (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	18.35 «Адрес истории». (12+)	12.15 «Утиные истории». (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	19.05 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРВООТКРЫТИЙ». (12+)	12.50 «Король Лев-2: Гордость Симбы». (0+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	21.50 «РОДНАЯ КРОВЬ». (12+)	14.25 «Король Лев-3: Акуна Матата». (0+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	23.20 «Культурный обмен»	16.00 «Кот Гром и заколдованный дом». (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		17.40 «Вверх». (0+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		19.30 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		20.40 «Акулёнок». (0+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		20.45 «Маша и Медведь». (0+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		22.05 «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		22.30 «Дикие скричеры». (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		23.15 «Элвин и бурундуки». (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		00.40 «Ералаш». (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		02.40 «Дикие приключения Блинки Билла». (6+)
	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)	12.00 «БАЛАБОЛ». (16+)		03.55 «Паровозик Тишка». (0+)

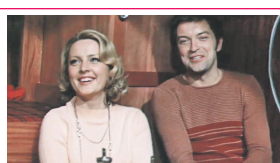
ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ	КАРУСЕЛЬ
05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)	05.00 «Эмми и Гуру». (0+)	05.00 «Эмми и Гуру». (0+)
05.15 «Русалочка» (субтитры). (6+)	06.55 «Жужжалка». (0+)	06.55 «Жужжалка». (0+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
06.05 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)	07.30 «Жужжалка». (0+)	07.30 «Жужжалка». (0+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)	07.35 «Легенды Спарка». (0+)	07.35 «Легенды Спарка». (0+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)	08.05 «Тайны Медовой долины». (0+)	08.05 «Тайны Медовой долины». (0+)
07.25 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)	09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)	09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
07.55 «Академия Скайлендеров». (12+)	09.20 «Три кота». (0+)	09.20 «Три кота». (0+)
08.20 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)	10.50 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)	10.50 «Вспыш и чудо-машинки». (0+)
08.50 «Пёс Пэт». (6+)	11.40 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)	11.40 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)	12.30 «ТриО!» (0+)	12.30 «ТриО!» (0+)
11.00 «Пёс Пэт». (6+)	12.45 «Фееринки». (0+)	12.45 «Фееринки». (0+)
11.15 «Алиса знает, что делать?» (6+)	15.00 «Ералаш». (6+)	15.00 «Ералаш». (6+)
12.15 «Утиные истории». (6+)	16.05 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)	16.05 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)
12.50 «Король Лев-2: Гордость Симбы». (0+)	16.30 «Сказочный патруль». (0+)	16.30 «Сказочный патруль». (0+)
14.25 «Король Лев-3: Акуна Матата». (0+)	19.05 Семейное кино. «Йоки и друзья». (0+)	19.05 Семейное кино. «Йоки и друзья». (0+)
16.00 «Кот Гром и заколдованный дом». (6+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
17.40 «Вверх». (0+)	20.40 «Акулёнок». (0+)	20.40 «Акулёнок». (0+)
19.30 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)	20.45 «Маша и Медведь». (0+)	20.45 «Маша и Медведь». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)	22.05 «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)	22.05 «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)
20.40 «Акулёнок». (0+)	22.30 «Дикие скричеры». (6+)	22.30 «Дикие скричеры». (6+)
20.45 «Маша и Медведь». (0+)	23.15 «Элвин и бурундуки». (6+)	23.15 «Элвин и бурундуки». (6+)
22.05 «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)	00.40 «Ералаш». (6+)	00.40 «Ералаш». (6+)
22.30 «Дикие скричеры». (6+)	02.40 «Дикие приключения Блинки Билла». (6+)	02.40 «Дикие приключения Блинки Билла». (6+)
23.15 «Элвин и бурундуки». (6+)	03.55 «Паровозик Тишка». (0+)	03.55 «Паровозик Тишка». (0+)
00.40 «Ералаш». (6+)		
02.40 «Дикие приключения Блинки Билла». (6+)		
03.55 «Паровозик Тишка». (0+)		

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC	NG
06.00 Как это устроено? (12+)	06.00 Родовые проклятия. (12+)	06.00 Зона строительства. (16+)	06.00 Зона строительства. (16+)
06.23 Как это сделано? (12+)	06.25, 07.10 Музейные тайны. (12+)	06.25 Сделать за один день. (16+)	06.25 Сделать за один день. (16+)
06.46, 07.13, 07.39, 08.06 Как это устроено? (12+)	07.55 Последний поход викингов. (12+)	06.40, 07.30 Авто-SOS. (16+)	06.40, 07.30 Авто-SOS. (16+)
08.32 Лучшие автомобили в истории. (12+)	08.50 Кельты: кровью и железом. (12+)	08.20 Расследование авиакатастроф. (16+)	08.20 Расследование авиакатастроф. (16+)
09.25 Скорость - хит сезона. (12+)	09.50 Патагонские захоронения. (12+)	09.10, 10.00 Машины: Разобрать и продать. (16+)	09.10, 10.00 Машины: Разобрать и продать. (16+)
10.18, 10.45 Фургон мечты. (12+)	10.50 Ганнибал: новые данные. (12+)	10.50, 11.40, 12.10 Исследователь 2.0. (16+)	10.50, 11.40, 12.10 Исследователь 2.0. (16+)
11.12 Стальные парни. (12+)	11.40 Расшифрованные сокровища: Великая пирамида. (12+)	13.05 Панорама 360°: Объект всемирного наследия: Боробудур. (16+)	13.05 Панорама 360°: Объект всемирного наследия: Боробудур. (16+)
12.06 Реставраторы. (12+)	12.30, 13.25, 14.20 Древние конструкторы. (12+)	13.55 Панорама 360°: Объект всемирного наследия: Большой Барьерный риф. (16+)	13.55 Панорама 360°: Объект всемирного наследия: Большой Барьерный риф. (16+)
13.54, 14.21 Битвы за контейнеры. (16+)	15.15 Женщина в железном гробу. (16+)	14.45, 15.45, 16.40, 17.35 «ДЕРЕВЯННАЯ КОЖА». (16+)	14.45, 15.45, 16.40, 17.35 «ДЕРЕВЯННАЯ КОЖА». (16+)
14.48, 15.15, 15.42, 16.09, 16.36, 17.03, 17.30, 17.57 Битвы за контейнеры. (12+)	16.15 Тайна Копья Судьбы. (6+)	18.30, 19.20 Расследования авиакатастроф. (16+)	18.30, 19.20 Расследования авиакатастроф. (16+)
18.24 Взрывая историю. (12+)	17.10 Загадка троянского коня. (12+)	20.10, 21.00 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+)	20.10, 21.00 Служба безопасности аэропорта: Рим. (16+)
19.18 Золотая лихорадка: заброшенный прииск Дэйва Турина. (16+)	18.10, 19.05 Последний поход викингов. (12+)	21.45, 22.40 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)	21.45, 22.40 Служба безопасности аэропорта: Бразилия и Перу. (16+)
20.12 Золотая лихорадка: Берингово море. (16+)	19.55 Кельты: кровью и железом. (12+)	23.30 Служба безопасности аэропорта. (16+)	23.30 Служба безопасности аэропорта. (16+)
21.06 Законодатели технологий. (12+)	21.00 Женщина в железном гробу. (16+)	00.15, 01.05 В погоне за НЛО. (16+)	00.15, 01.05 В погоне за НЛО. (16+)
22.00 Возвращение в логово большой белой акулы. (16+)	22.00 Тайна Копья Судьбы. (6+)	01.50, 02.35 Прорыв. (16+)	01.50, 02.35 Прорыв. (16+)
22.54, 23.47, 00.40, 01.30 Махинаторы. (12+)	22.55 Загадка троянского коня. (12+)	03.20 Расследования авиакатастроф. (16+)	03.20 Расследования авиакатастроф. (16+)
02.15, 02.38 Горячительные путешествия: лучшие бары. (18+)	23.50 Восход Османской империи. (16+)	04.05, 04.50 Эвакуация Земли. (16+)	04.05, 04.50 Эвакуация Земли. (16+)
03.00 Законодатели технологий. (12+)	00.40 Восход Османской империи. (16+)	05.35 Зона строительства: Новый взгляд на плотину Гувера. (16+)	05.35 Зона строительства: Новый взгляд на плотину Гувера. (16+)
03.45 Экспедиция в Арктику. (16+)	01.25 Последний поход викингов. (12+)		
04.30 Выжить вместе. (16+)	02.15 Кельты: кровью и железом. (12+)		
05.15 Уйти от погони. (12+)	03.15, 04.00 Титаник: история из глубины. (12+)		
	04.40 Музейные тайны. (12+)		
	05.25 Родовые проклятия. (12+)		

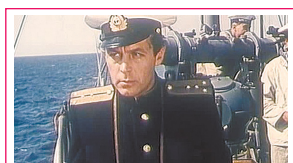
РОССИЯ **К** **РОССИЯ К**
Культура



15.10 «СМЕРТЬ ПОД ПАРУСОМ»

- 06.30 «Святые христианского мира»
- 07.05 «Мультфильмы»
- 08.10 «РАССКАЗ НЕИЗВЕСТНОГО ЧЕЛОВЕКА»
- 09.45 «Обыкновенный концерт»
- 10.15 «КАНИКУЛЫ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА. ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРОЯТНЫЕ»
- 12.30 Большие и маленькие
- 14.15 23.40 «Королевство кенгуру на острове Роттнест»
- 15.10 «СМЕРТЬ ПОД ПАРУСОМ»
- 17.25 «Предки наших предков»
- 18.10 «Даты, определившие ход истории»
- 18.35 Гала-концерт звезд мировой оперы и спорта
- 20.15 «Архиерей»
- 21.00 Клуб «Шаболовка, 37»
- 22.00 «НАШИ МУЖЬЯ»
- 00.35 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ»

ТВЦ **ТВЦ**



11.55 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (0+)

- 06.30 «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР». (12+)
- 08.10 Православная энциклопедия. (6+)
- 08.40 «КЕМ МЫ НЕ СТАНЕМ». (12+)
- 10.35 «Наталья Белохвостикова. Моя тайна останется со мной». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 Петровка, 38. (16+)
- 11.55 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (0+)
- 13.55 «КОММУНАЛКА». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 «КОММУНАЛКА». (12+)
- 18.20 «ОБОРВАННАЯ МЕЛОДИЯ». (12+)
- 22.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным
- 23.15 «Дикие деньги». (16+)
- 00.05 «90-е. Чёрный юмор». (16+)
- 01.00 «Госизменники». (16+)
- 01.40 «Удар властью. Виктор Черномырдин». (16+)
- 02.20 Специальный репортаж. (16+)

ТВ-3 **ТВ-3**



19.00 «ДЫШИ ВО МГЛЕ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Рисуем сказки. (0+)
- 09.45 «Старец». (16+)
- 12.30 «МРАЧНЫЕ НЕБЕСА». (16+)
- 14.30 «МЕСТНЫЕ». (16+)
- 16.30 «ОБЛИВИОН». (12+)
- 19.00 «ДЫШИ ВО МГЛЕ». (16+)
- Франция, 2018 г. Фантастика. В ролях: Ромен Дюрис, Ольга Куриленко, Фантина Ардуин, Мишель Робен.
- Анна, Мэттью и их дочь Сара живут в Париже. У Сары редкое заболевание: всю свою жизнь девочка вынуждена проводить в специальной камере. В результате землетрясения из недр земли вырывается смертельный туман и окутывает весь Париж.
- 21.00 «ЭПИДЕМИЯ». (16+)
- 23.30 «ОСОБЬ-2». (16+)
- 01.15 «ЛИХОРАДКА». (18+)
- 02.45 Мистические истории. (16+)
- 05.15 «Тайные знаки». (16+)

ДОМАШНИЙ **ДОМАШНИЙ**



05.10 «Гастарбайтерши». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.35 «НУЖЕН МУЖЧИНА». (16+)
- 10.50 «ПО ПРАВУ ЛЮБВИ». (16+)
- Украина-Латвия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Анастасия Иванова, Вадим Головки.
- Петр и Николай знакомы с детства, всегда были друг за друга горой, но влюбились в одну и ту же девушку.
- 19.00 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 22.00 «ЖЕНА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- Украина, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Евгения Осипова, Вячеслав Довженко.
- Мария живет в полном достатке. Но ее муж постоянно в отъезде и практически никогда не бывает с ней рядом.
- 01.50 «ПО ПРАВУ ЛЮБВИ». (16+)
- 05.10 «Гастарбайтерши». (16+)
- 06.00 Домашняя кухня. (16+)

5 **5-й КАНАЛ**

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 06.05 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (6+)
- 09.00 «СВОИ». (16+)
- 12.20 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)
- 16.55 «СЛЕД». (16+)
- 23.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 02.30 «МОРЕ. ГОРЫ. КЕРАМЗИТ». (16+)
- Россия, 2014 г. Мелодрама. В ролях: Юрий Стоянов, Лариса Гужеева, Сергей Газаров, Сергей Никоненко, Ия Нинидзе.
- ЗВЕЗДА**
- 06.00 «Легенды армии». (12+)
- 06.25 «Военная приемка. След в истории». (6+)
- 07.20 «08.15 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (6+)
- 08.00 13.00 18.00 Новости
- 09.45 Круиз-контроль. (6+)
- 10.15 «Легенды цирка». (6+)
- 10.45 «Улика из прошлого». (16+)
- 11.35 «Загадки века». (12+)
- 12.30 «Не факт!» (6+)
- 13.15 «СССР. Знак качества»
- 14.05 «Легенды кино». (6+)
- 15.00 18.15 «МИНЫ В ФАРВАТЕРЕ». (12+)
- 00.15 «КАДЕТЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Робокор Поли». (0+)
- 11.00 «Формула здоровья». (12+)
- 11.30 «Окрестности»
- 12.00 «Народные деньги». (12+)
- 12.15 «Адрес истории». (12+)
- 12.45 «Компас потребителя». (12+)
- 13.00 «Точка.ру». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «КОРОЛИ ИНТРИГИ». (16+)
- 16.00 «Мастера». (12+)
- 16.15 «МАМА ЛЮБА». (12+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Современники. Наше время». (12+)
- 20.00 «Просто жизнь». (12+)
- 20.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 20.45 «ДИРИЖЕР». (16+)
- 22.15 «Большой вопрос». (16+)
- 23.15 «Такие разные». (12+)
- 00.15 «Футбол губернии». (12+)
- 00.45 «Адрес истории». (12+)
- 01.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 01.30 «Точка.ру». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ** **EUROSPORT 1** **EUROSPORT 1**
- 06.00 Новости
- 06.05 Все на Матч!
- 09.00 Новости
- 09.05 XXXII Летние Олимпийские игры. (0+)
- 11.30 Новости
- 11.35 Все на Матч!
- 12.30 Специальный репортаж. (12+)
- 12.50 XXXII Летние Олимпийские игры. (0+)
- 15.05 Новости
- 15.10 Все на Матч!
- 15.55 XXXII Летние Олимпийские игры. (0+)
- 18.30 Новости
- 18.35 Все на Матч!
- 19.30 Футбол. «Рубин» (Казань) - «Спартак» (Москва). Тинькофф Российская Премьер-лига. Прямая трансляция
- 22.00 Все на Матч!
- 23.00 XXXII Летние Олимпийские игры. (0+)
- 02.00 Новости
- 02.05 XXXII Летние Олимпийские игры. (0+)
- 01.00 Формула Е. е-При Пуэблы. Ревью. (12+)
- 02.00 Ралли. ERC. Польша. Ревью. (12+)
- 02.30, 04.00 Теннис. US Open. Полуфинал. (6+)
- 05.30 Снукер. UK Championship. 1/2 финала. Н. Робертсон - Чжоу Юэлун. (6+)
- 07.00 Формула Е. е-При Нью-Йорка. Ревью. (12+)
- 08.00 Кузовные автогонки. Кубок мира. Нюрбургринг. (12+)
- 08.30 Теннис. US Open. Полуфинал. (6+)
- 10.00 Велоспорт. «Джиро д'Италия». 6-й этап. (12+)
- 12.00, 16.30, 19.30 Теннис. US Open. Полуфинал. (6+)
- 13.30, 23.30 Снукер. UK Championship. 1/2 финала. Трамп - Лу Нин. (6+)
- 14.30 Велоспорт. «Джиро д'Италия». 6-й этап. (12+)
- 18.00 Снукер. UK Championship. 1/2 финала. Н. Робертсон - Чжоу Юэлун. (6+)
- 21.30 Велоспорт. «Тур де Франс». 6-й этап. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV 1000** **TV 1000**
- 05.00 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ». (12+)
- 06.40 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ-2: ГАНСКИЕ НОЧИ». (16+)
- 08.10, 03.25 «ДАВАЙТЕ ПОТАНЦУЕМ». (12+)
- 10.00 «ДИВЕРГЕНТ». (12+)
- 12.25 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (12+)
- 14.25 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (12+)
- 16.25 «ИСКУССТВЕННЫЙ РАЗУМ». (12+)
- 19.00 «ЭЛИЗИМУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+) США, 2013 г.
- 20.50 «РАЙОН № 9». (16+)
- 22.45 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
- 00.35 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ». (12+)
- 02.05 «ГРЯЗНЫЕ ТАНЦЫ-2: ГАНСКИЕ НОЧИ». (16+)

- КИНОКОМЕДИЯ** **red** **.RED**
- 01.20 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
- 03.50 «РЫБКА ПО ИМЕНИ ВАНДА». (16+)
- 05.50 «САМКА». (16+)
- 07.20 «ПРОСТУШКА». (16+)
- 09.15 «ЭДДИ». (12+)
- 11.05 «БЫСТРЕЕ, ЧЕМ КРОЛИКИ». (16+)
- 12.55 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 15.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 17.25 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ «КЛЕОПАТРА». (12+)
- 19.30 «ПАПЕ СНОВА 17». (12+)
- 21.20 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+) Романтическая комедия, Италия
- 23.20 «ЧЕТЫРЕ КОМНАТЫ». (18+)
- 06.00, 06.25, 06.50, 07.15, 07.40, 08.05, 08.30 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
- 08.55, 09.45 Проект Подиум. (16+)
- 10.35, 11.55 Правила моей кухни. (16+)
- 13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.50, 17.35, 18.25, 19.10 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
- 20.00 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (16+) США, 2004 г. В ролях: Адам Сэндлер, Пас Вега, Теа Леони, Клорис Личмен
- 22.10 «ЛЮБОВЬ, СБИВАЮЩАЯ С НОГ». (16+)
- 23.40 «БОЛЬШАЯ РЫБА». (16+)
- 01.45 «БАБУШКА». (18+)
- 03.00, 03.45, 04.30, 05.15 «ТИПА МОЯ ЖЕНА». (18+)

- ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**
- 05.05 «ЗА ДВУМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
- 06.20 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 09.25 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 10.50 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 12.30 «МЕТРО». (16+)
- 15.00 «ШАКАЛ». (16+) Сериал. Россия, 2016 г. В ролях: Андрей Смоляков, Марина Александрова, Екатерина Климова, Вадим Андреев
- 23.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
- 01.40 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
- 03.45 «ТЕСТЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (16+)

- ФЕНИКС+ КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.00 «Ералаш». (6+)
- 09.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+) Сериал. Лирическая комедия, Россия, 2011 г.
- 18.55 «ЛЖЕЦ, ЛЖЕЦ». (0+) Комедия, США, 1997 г.
- 20.40 «ДЖУНИОР». (0+) Комедия, США, 1994 г. В ролях: Арнольд Шварценеггер, Дэнни ДеВито, Эмма Томпсон, Фрэнк Ланджелла, Памела Рид
- 23.00 «ДЕТСАДОВСКИЙ ПОЛИЦЕЙСКИЙ». (0+) Комедийный боевик, США, 1990 г.
- 01.15 Сердца за любовь. (16+)
- 05.50 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** **СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 07.30, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 06.30 Монастырская кухня. (0+)
- 07.00 От реки Великой - душа Великая. (0+)
- 08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 09.10 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 «Своё» с Андреем Даниленко. (6+)
- 10.30 В поисках Бога. (6+)
- 11.05 Монастырская кухня. (0+)
- 11.35 Русский обед. (6+)
- 12.35, 14.10, 15.35 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТОМА СОЙЕРА И ГЕКЛБЕРРИ ФИНА». 1-3 серии. (0+)
- 16.55 «Наши любимые песни». Концерт. (6+)
- 17.55 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ». (0+) СССР, 1972 г.
- 20.00 Простые чудеса. (12+)
- 20.50 Пилигрим. (6+)
- 21.20 Профессор Осипов. (0+)
- 22.10, 03.30 Помощники Командира. (0+)
- 23.00 Белые ночи на СПАСЕ. (12+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.50 Ангелы с моря. (0+)
- 00.35 Федор Ушаков. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 01.05 Дорога. (0+)
- 01.55 Простые чудеса. (12+)
- 02.40 И будут двое... (12+)
- 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

24 июля
Седмица 5-я по Пятидесятнице. Глас 3.
Равноап. Ольги, вел. княгини Российской, во Святом Крещении Елены.



Воспоминание чуда вмц. Евфимии всехваальной, имже Православие утвердися. Обретение мощей смцч. Илариона, архиеп. Верейского. Мч. Киндея пресвитера. Ржевской, или Оковецкой, и Борколабовской икон Божией Матери.

Поста нет.

«Господь милостиво вразумляет человека, что надо с благодарностью терпеть скорби. Я за всю жизнь ни разу не когда не роптал за скорби, но все принимал от руки Божией, как лекарство, и всегда благодарил Бога, и потому дал мне Господь легко нести все скорби».

Прп. Силуан Афонский

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 05.55 Про-новости. (16+)
- 06.10 Top 30. (16+)
- 08.15 Про-новости. (16+)
- 08.30 TOP Чарт Европы плюс. (16+)
- 09.35 Прогноз по году. (16+)
- 10.35 У-Дачный чарт. (16+)
- 11.35 Про-новости. Лучшее. (16+)
- 12.05 Яндекс.Музыка. (16+)
- 13.05 VK Fest-5. Первый день. Лучшее. (16+)
- 15.05 VK Fest-5. Второй день. Лучшее. (16+)
- 17.30 Про-новости. Лучшее. (16+)
- 18.00 Big Love Show-2020. (16+)
- 20.35 «Жара» в Баку-2019 - поколение «Z». (16+)
- 23.20 #НАМУЗТВ. (16+)
- 00.00 Клиппортация: 25 лет за 25 часов. (16+)

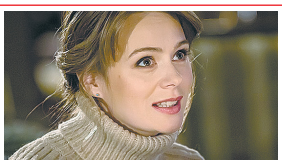
ПЕРВЫЙ



19.20 «Три аккорда». (16+)

- 06.00 Игры XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио
10.00 Новости (с субтитрами)
10.10 «День Военно-морского флота РФ»
11.00 Торжественный парад ко Дню Военно-морского флота РФ
12.15 Новости (с субтитрами)
12.30 Игры XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио
17.00 «Цари океанов. Фрегаты». (12+)
17.55 Международный музыкальный фестиваль «Белые ночи Санкт-Петербурга». (12+)
19.20 «Три аккорда». (16+)
21.00 Время
22.00 «Dance Революция». (12+)
23.45 Дневник игр XXXII Олимпиады 2020 г. в Токио. (0+)
00.45 «Цари океанов». (12+)
01.35 Модный приговор. (6+)

РОССИЯ 1



18.00 «ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО». (12+)

- 04.20 «ШЕСТЬ СОТОК СЧАСТЬЯ». (12+)
06.00 «МАМА, Я ЖЕНЮСЬ». (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 Сто к одному
10.00 Вести
11.00 Торжественный парад ко Дню Военно-морского флота РФ
12.15 Вести
12.40 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
13.55 «ПРИНЦЕССА И НИЩЕНКА». (16+)
18.00 «ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО». (12+)
20.00 Вести
22.00 «Воскресный вечер». (12+)
00.50 «Без срока давности. До последнего имени». (16+)
01.40 Торжественный парад ко Дню Военно-морского флота РФ
02.55 «МАМА, Я ЖЕНЮСЬ». (12+)

НТВ



11.55 Дачный ответ. (0+)

- 04.45 «ЛЕСНИК». (16+)
07.20 Кто в доме хозяин? (12+)
08.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают! (12+)
10.00 Сегодня
10.20 Первая передача. (16+)
11.00 Чудо техники. (12+)
11.55 Дачный ответ. (0+)
13.00 НашПотребНадзор. (16+)
14.05 Однажды... (16+)
15.00 Своя игра. (0+)
16.00 Сегодня
16.20 Следствие вели... (16+)
18.00 «СТАЖЁРЫ». (16+)
У коллекционера современного искусства украли дорогостоящую картину «Обнаженный мальчик с ноутбуком». Дело достается Кате и Жене.
19.00 Сегодня
19.35 «СТАЖЁРЫ». (16+)
22.30 Маска. (12+)
01.50 «АДВОКАТ». (16+)

СТС



18.15 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.30 «Царевны». (0+)
07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.05 «ТАКСИ». (12+)
10.55 «ТАКСИ-2». (12+)
12.40 «ТАКСИ-3». (12+)
14.20 «ТАКСИ-4». (16+)
16.05 «МОНСТР-ТРАКИ». (6+)
18.15 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
США, 2012 г. Фантастический боевик. В ролях: Эндрю Гарфилд, Эмма Стоун, Рис Иванс, Дэнис Лири, Мартин Шин.
21.00 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК. ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (16+)
23.50 «ЛЮСИ». (18+)
01.30 «ИНТЕРВЬЮ С ВАМПИРОМ». (16+)
03.30 «б кадров». (16+)
05.00 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



00.00 «НЕЦЕЛОВАННАЯ». (16+)

- 07.00 «ТНТ. Gold». (16+)
08.00 «САШАТАНЯ». (16+)
09.00 «Перезагрузка». (16+)
Ольга Иванова с самыми юных лет попала в зависимые отношения, выйдя замуж за настоящего афериста, который лишил ее и их общих детей квартиры и исчез.
09.30 «САШАТАНЯ». (16+)
14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
21.00 «Однажды в России». (16+)
22.00 «Stand Up. Спецдайджесты-2021». (16+)
23.00 «Женский Стендап. Дайджест». (16+)
00.00 «НЕЦЕЛОВАННАЯ». (16+)
Чтобы написать репортаж про жизнь школы, журналистка внедряется в одно из учебных заведений.
02.00 «Импровизация». (16+)
03.40 «Comedy Баттл. Лучшее». (16+)
04.30 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)

РЕН



13.30 «ИГРА ПРЕСТОЛОВ». (16+)

- 05.00 «Тайны Чапман». (16+)
07.40 «БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
09.25 «КОНАН-ВАРВАР». (16+)
11.30 «ВЛАСТЬ ОГНЯ». (12+)
13.30 «ИГРА ПРЕСТОЛОВ». (16+)
США, 2016 г. Фэнтези. В ролях: Питер Динклейдж, Николай Костер-Вальдау. Джон Сноу или Рамси Болтон? Кто из этих бастардов сумеет победить в кровавой битве за Винтерфелл и Север? Серсея или Его Воробейшество?
00.30 «ПАДЕНИЕ ОРДЕНА». (18+)
США, 2019 г. Историческая драма. В ролях: Том Каллен, Сэм Хэзелдайн. 13-й век. Орден тамплиеров считается одним из самых могущественных и таинственных объединений...
03.40 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Орел и решка. По морям. (16+)
07.30 Орел и решка. Россия. (16+)
08.30 Умный дом. (16+)
09.35 Мир наизнанку. Китай. (16+)
11.50 Орел и Решка. Земляне. (16+)
12.50 На ножах. (16+)
23.10 Бой с Герлс-2. (16+)
Первое совместное шоу А. Гудкова и Е. Варнавы!
00.25 «ВСЕ БЕЗ УМА ОТ МЭРИИ». (16+)
02.25 «ЛЕГЕНДЫ ЗАВТРАШНЕГО ДНЯ». (16+)
03.50 Орел и решка. Кругосветка. (16+)

Ю

- 05.00 «Папа попал». (12+)
09.30 «Беременная в 16». (16+)
15.00 «Папа попал». (12+)
В семье, где мужчина не разделяет с женой трудности быта, эти ежедневные заботы остаются незамеченными, как будто это не стоит ни малейших усилий. Но что, если мама неожиданно решит оставить мужа и детей, чтобы некоторое время отдохнуть? Тогда «Папа попал!» На экране начинается разворачиваться катастрофа.
22.00 «Дом-2. Новая любовь». (16+)
01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
03.25 «Папа попал». (12+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
07.00 Улётное видео. Лучшее. (16+)
09.00 «АПОСТОЛ». (16+)
21.00 «+100500». (16+)
00.00 Фейк такси. (18+)
Фейк такси - интеллектуально-эротическое шоу-викторина, в котором участнице необходимо ответить на ряд вопросов в формате «правда или фейк».
01.00 «СМЕРЧ». (0+)
США, 1996 г. Фильм-катастрофа. В ролях: Хелен Хант, Билл Пэкстон, Кэри Элвис.
03.00 Улётное видео. (16+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (0+)
06.10 «ДОСЬЕ ЧЕЛОВЕКА В «МЕРСЕДЕСЕ». К юбилею Людмилы Чурсиной. (12+)
08.50 Любимые актеры. К юбилею Людмилы Чурсиной. (12+)
09.25 Фазендалайф. (12+)
10.00, 16.00, 19.00 Новости
10.10, 16.15, 19.30 «ВАНГЕЛИЯ». (16+) Сериал. Биография, драма, Россия, Беларусь, Украина, 2013 г. В ролях: Елена Яковлева, Ирина Рахманова, Наталья Николаева
00.25 Торжественный парад ко Дню Военно-морского флота РФ. (12+)
01.50 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+)
03.20 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 14.45 «Календарь»
09.10 21.05 «Вспомнить всё»
09.40 «Гамбургский счёт»
10.10 «СИЛЬВА». (0+)
12.40 13.05 «ОСТАЮСЬ». (16+)
13.00 15.00 19.00 Новости
15.45 «Среда обитания». (12+)
16.05 «Большая страна». (12+)
17.00 «День вместе» (12+)
17.30 «Док. кино». (12+)
18.00 «Территория успеха»
18.30 «Просто жизнь». (12+)
19.05 «Моя история». (12+)
19.45 «ОБЛАКО-РАЙ». (12+)
21.35 «ВЕТЕР «НАДЕЖДЫ»
22.55 «Владимир Высоцкий. Концерт». (12+)
23.20 «КОРОТКИЕ ВСТРЕЧИ». (12+)

ПОБЕДА

- 05.00 «Путь к Победе». (16+)
05.50 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (16+)
07.20 «ВЫСОТА 89». (16+)
09.10 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
11.00 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
12.40 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
16.10 «КОНВОЙ РQ-17». (16+) В ролях: Валерий Дьяченко, Андрей Мерзликин, Валерий Величко
23.00 «Путь к Победе». (16+)
00.10 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
01.50 «СОШЕДШИЕ С НЕБЕС». (12+)
03.10 «КУКУШКА». (16+)
05.10 Великая война. «Партизаны». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Русалочка» (субтитры). (6+)
05.40 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.05 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
06.25 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.25 «Великий мышинный сыщик». (6+)
08.50 «Пёс Пэт». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Пёс Пэт». (6+)
11.15 «Алиса знает, что делать?» (6+)
12.15 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
14.35 «В гости к Робинсонам». (0+)
16.25 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ». (12+)
18.50 «Мультячки: Байки Мэтра». (0+)
19.30 «Вверх». (0+)
21.25 «МАЛЫШ». (6+) США, 2000 г. В ролях: Брюс Уиллис, Спенсер Бреслин. Мечта повернуть время вспять осуществима! Соркалетнему клерку Рассу судьба преподносит удивительный дар - прожить свою жизнь заново - и знакомит его... с самим собой!
23.35 «ПСЫ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (6+)
01.20 «ГЕНЗЕЛЬ И ГРЕТЕЛЬ: БОРЦЫ С КОЛДОВОСТВОМ». (12+)
02.35 «С приветом по планетам». (12+)
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 «Смешарики». (0+)
06.55 «Жужжалка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Жужжалка». (0+)
07.35 «Поезд динозавров». (0+)
09.20 «Волшебная кухня». (0+)
10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Полевые цветочки». (0+) Криворучка обожает рисовать, только пользоваться кисточками и карандашами ей надоело. Вот бы придумать что-то новое! Мастер Оля научит Криворучку создавать картины необычными способами. Подробности - в новом выпуске программы «Мастерская «Умелые ручки»!
11.05 «Фиксики». (0+)
13.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
15.00 «Ералаш». (6+)
16.05 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)
16.30 «Оранжевая корова». (0+)
19.00 «Ник-изобретатель». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.40 «Акулёнок». (0+)
20.45 «Команда Флоры». (0+)
У природы беда - команда Флоры спешит туда!
22.05 «Радужно-бабочководинорожная кошка». (6+)
22.30 «Дикие скричеры!» (6+)
23.15 «Элвин и бурундуки». (6+)
00.40 «Ералаш». (6+)
02.40 «Дикие приключения Блинки Билла». (6+)
03.55 «Котики, вперед!» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

- 06.00, 06.23 Как это сделано? (12+)
06.46, 07.13, 07.39, 08.06, 08.32, 08.59 Как это устроено? (12+)
09.25 Мега-пит-стопы. (12+)
10.18 Космос наизнанку. (12+)
11.12 Хакер в дикой природе. (16+)
12.06 Взрывая историю. (12+)
13.00 Законодатели технологий. (12+)
13.54 Экспедиция в Арктику. (16+)
14.48 Выжить вместе. (16+)
15.42 Уйти от погони. (12+)
16.36 Аэропорт Варшавы. (12+)
17.30, 17.57 Как это устроено? (12+)
18.24, 18.51 Как это сделано? (12+)
19.18 Смертельный улов. (16+)
21.06 Стальные парни (12+)
22.00 Акулий торнадо. (16+)
Погрузитесь в глубины океана, чтобы стать свидетелем тайной жизни самых опасных хищников.
22.54 Металлоломщики. (12+)
23.47, 00.14 Битвы за контейнеры. (16+)
00.40, 01.05, 01.30, 01.53 Битвы за контейнеры. (12+)
02.15, 03.00 Крутой тонинг. (12+)
03.45 Лучшие автомобили в истории. (12+)
04.30 Скорость - хит сезона. (12+)
05.15, 05.38 Фургон мечты. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Музейные тайны: Жульничество на Бостонском марафоне. (12+)
06.40 Музейные тайны: Человек на проволоке. (12+)
07.30, 08.30, 09.35, 10.35, 11.40 Кельты: кровью и железом. (12+)
12.45, 13.35 Вторая мировая война в цифрах. (16+)
14.25 Древние суперстроения: Мачу-Пикчу. (12+)
15.20 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)
16.10, 17.00 Разгадка тайны пирамид. (12+)
17.55 Мифы и тайны королевской истории: Реформация. (16+)
18.55 Мифы и тайны королевской истории: Испанская армия. (16+)
19.50 Мифы и тайны королевской истории: Мария-Антуанетта: обреченная королева. (16+)
21.00 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)
21.50 Разгадка тайны пирамид. (12+)
22.40 Разгадка тайны пирамид. (12+)
23.35 Тайна Копья Судьбы. (6+)
00.30 Загадка троянского коня. (12+)
01.25, 02.25 Кельты: кровью и железом. (12+)
03.25 Титаник. (12+)
04.10 Сканирование Нила. (12+)
05.00, 05.30 Даты, вошедшие в историю. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00, 06.35 Зона строительства. (16+)
07.00 Экстремальный экспресс. (16+)
07.50 Расследование авиакатастрофы. (16+)
08.40 Экстремальный экспресс. (16+)
09.30, 10.15 Остров бунтарей. (16+)
11.05, 11.55 Аляска: Новое Поколение. (16+)
12.40, 13.30 Контрабанда с Марианной Ван Зеллер. (16+)
15.05, 15.55, 16.45, 17.35 Секретные материалы древности. (16+)
18.30 Затерянные сокровища Египта: Секреты пирамид. (16+)
19.20 Спасение старейшей пирамиды Египта. (16+)
20.10 Египет с величайшим исследователем в мире. (16+)
21.00 Затерянные сокровища Египта: Царица-воительница. (16+)
21.50 Затерянные сокровища Египта. (16+)
22.40 Битва коллекционеров. (16+)
23.05 Необычные промыслы. (16+)
23.50 Инстинкт выживания: Разреженный воздух. (16+)
00.45 Сделать за один день. (16+)
01.15 Расследования авиакатастроф. (16+)
02.00, 02.45 Авто-SOS. (16+)
03.30, 04.15 Короли рыбалки. (16+)
05.05, 05.35 Научные глупости. (16+)

РОССИЯ **РОССИЯ К**
Культура



14.55 «ВОЛГА-ВОЛГА»

- 06.30 «Мультфильмы»
- 07.35 «СМЕРТЬ ПОД ПАРУСОМ»**
- 09.45 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириковым»
- 10.15 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ»**
- 11.30 Великие мистификации
- 12.00 «Дуэль. Финал»
- 13.00 00.15 «Королевство кенгуру на острове Роттнест»
- 13.55 «Либретто»
- 14.10 «Коллекция»
- 14.35 Голливуд Страны Советов
- 14.55 01.05 «ВОЛГА-ВОЛГА»**
- 16.35 «Игорь Ильинский. Жизнь артиста»
- 17.30 «Русские в океане. Адмирал Лазарев»
- 18.15 Линия жизни
- 19.10 «Романтика ромansa»
- 20.05 «КАЛИФОРНИЙСКИЙ ОТЕЛЬ»**
- 21.45 Шедевры мирового музыкального театра

ТВЦ **ТВЦ**



11.45 «МАЧЕХА». (0+)

- 06.40 «МЫШЕЛОВКА НА ТРИ ПЕРСОНЫ».** (12+)
- 08.25 «ГОРБУН».** (6+)
- 10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «МАЧЕХА».** (0+)
- 13.40 «Смех с доставкой на дом». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 «Последняя любовь Владимира Высоцкого». (12+)
- 15.40 «Женщины Николая Караченцова». (16+)
- 16.30 Хроники московского быта. (12+)
- 17.25 «ЗАЛОЖНИЦА».** (12+)
- 21.05 «КОГОТЬ ИЗ МАВРИТАНИИ».** (16+)
- 23.50 События
- 00.05 «КОГОТЬ ИЗ МАВРИТАНИИ».** (16+)
- 01.00 Петровка, 38. (16+)
- 01.10 «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ».** (12+)
- 04.10 «ОТ ЗАРИ ДО ЗАРИ».** (12+)

ТВ-3 **ТВ-3**



19.00 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «КАСЛ».** (12+)
- 12.15 «ДЫШИ ВО МГЛЕ».** (16+)
- 14.00 «ЭПИДЕМИЯ».** (16+)
- 16.45 «ПАНДОРУМ».** (16+)
- 19.00 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ВОЗМЕЗДИЕ».** (16+)
- США, Германия, Канада, 2012 г. Ужасы. В ролях: Милла Йовович, Сиенна Гиллори, Йохан Урб. Смертельный Т-вирус, созданный в лабораториях корпорации «Амбрелла», продолжает захватывать Землю...
- 21.00 «ПРЕВОСХОДСТВО».** (12+)
- США, Великобритания, Китай, 2014 г. Фантастика. В ролях: Джонни Депп, Ребекка Холл. В ходе научного эксперимента гений учений Уил загружает свой мозг в сверхмощный компьютер...
- 23.30 «ОСОБЬ-3».** (16+)
- 01.30 «МРАЧНЫЕ НЕБЕСА».** (16+)
- 03.00 «Тайные знаки». (16+)

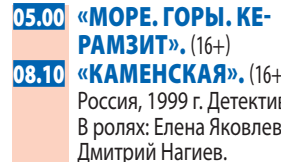
ДОМАШНИЙ **ДОМАШНИЙ**



06.55 Пять ужинов. (16+)

- 06.25 «б кадров». (16+)
- 06.55 Пять ужинов. (16+)
- 07.10 «ЖЕНА ПО ОБМЕНУ».** (16+)
- 11.00 «ЛЮБОВЬ ЛЕЧИТ».** (16+)
- Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Екатерина Волкова, Андрей Заводюк. История счастливой жены и матери двоих детей Светланы, которая узнает о том, что у нее рак.
- 15.05 «НЕ ХОЧУ ТЕБЯ ТЕРЯТЬ».** (16+)
- Украина, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Елизавета Майская, Дмитрий Белякин, Ирина Ткаченко. Соня с детства была влюблена в своего однокурсника Андрея...
- 19.00 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ».** (16+)
- 22.30 «НУЖЕН МУЖЧИНА».** (16+)
- 02.40 «ПО ПРАВУ ЛЮБВИ».** (16+)
- 05.45 «Гастарбайтерши». (16+)

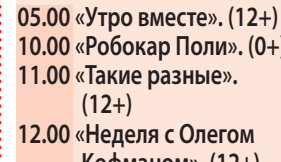
5 **5-й КАНАЛ**



05.00 «МОРЕ. ГОРЫ. КЕ-РАМЗИТ». (16+)

- 08.10 «КАМЕНСКАЯ».** (16+)
- Россия, 1999 г. Детектив. В ролях: Елена Яковлева, Дмитрий Нагиев. Майор милиции Анастасия Каменская получает повышение - ее переводят из районного отделения на Петровку, в отдел, которым руководит полковник Виктор Гордеев по прозвищу Колобок.
- 00.55 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ».** (6+)
- 03.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-4».** (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 06.00 «Сделано в СССР». (6+)
- 06.10 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ».** (6+)
- 08.05 09.55 «Военная при-емка». (6+)
- 09.00 «Новости недели»
- 09.30 «Служу России». (12+)
- 10.45 «Скрытые угрозы»
- 11.30 «Секретные матери-аль». (12+)
- 12.20 «Код доступа». (12+)
- 13.15 «Легенды армии». (12+)
- 14.35 18.15 «История рос-сийского флота». (12+)
- 18.00 Новости дня
- 21.50 «ЗОЛОТАЯ МИНА».** (0+)
- 00.40 «МООНЗУНД».** (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ **ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Робокор Поли». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя с Олегом Кофманом». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Компас потребителя». (12+)
- 14.15 «ДИРИЖЕР».** (16+)
- 15.45 «Большой вопрос». (16+)
- 16.45 «Up&Down. Уникаль-ные судьбы уникаль-ных спортсменов». (12+)
- 17.15 «Просто жизнь». (12+)
- 17.45 «МАМА ЛЮБА».** (12+)
- 19.30 «Неделя с Олегом Кофманом». (12+)
- 20.00 «ЛАРГО ВИНЧ: НА-ЧАЛО».** (16+)
- 21.45 «ДИРИЖЕР».** (16+)
- 23.15 «Адрес истории». (12+)
- 23.45 «Точка.ру». (12+)
- 00.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 00.30 «Малая сцена». (12+)
- 02.00 «Современники. Наше время». (12+)
- 02.15 «ЛАРГО ВИНЧ: НА-ЧАЛО».** (16+)
- 04.00 «Марафон». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ**
- EUROSPORT 1** **EUROSPORT 1**
- 06.00 Новости
- 06.05 Все на Матч!
- 09.00 Новости
- 09.05 XXXII Летние Олимпий-ские игры. (0+)
- 11.30 Новости
- 11.35 Все на Матч!
- 12.30 Специальный репор-таж. (12+)
- 12.50 XXXII Летние Олимпий-ские игры. (0+)
- 15.05 Новости
- 15.10 Все на Матч!
- 15.55 XXXII Летние Олимпий-ские игры. (0+)
- 17.25 Футбол. «Крылья Со-ветов» (Самара) - «Ахмат» (Грозный). Тинькофф Рос-сийская Премьер-лига
- 19.30 «После футбола» с Геор-гием Черданцевым
- 20.30 Новости
- 20.35 XXXII Летние Олимпий-ские игры. (0+)
- 22.00 Все на Матч!
- 23.00 XXXII Летние Олимпий-ские игры. (0+)
- 02.05 XXXII Летние Олимпий-ские игры. (0+)
- 01.00 Формула Е. е-При Нью-Йорка. Ревью. (12+)
- 02.00 Кузовные автогонки. Кубок мира. (12+)
- 02.30 Теннис. US Open. (6+)
- 04.00, 16.30, 19.30 Теннис. US Open. Финал. (6+)
- 05.30, 18.00, 23.30 Снукер. UK Championship. Финал. Трамп - Н. Робертсон. (6+)
- 07.00 Олимпийские игры. «Бег в КНДР». (12+)
- 08.00, 10.30, 11.00 Олим-пийские игры. «Живые ле-генды». (12+)
- 08.30, 09.00, 09.30 Олим-пийские игры. «Вопреки всему». (12+)
- 10.00 Олимпийские игры. Speed Boarders. (12+)
- 11.30, 12.00 Олимпийские игры. «Олимпийский фор-пост». (12+)
- 12.30 Футбол. «Любя Мара-дону». (6+)
- 14.00 Олимпийские игры. «Семейные традиции на Балканах». (12+)
- 15.00 Велоспорт. «Джиро д'Италия». 7-й этап. (12+)
- 21.30 Велоспорт. «Тур де Франс». 7-й этап. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Клипотация: 25 лет за 25 часов. (16+)
- 01.00 Про-новости. Лучшее. (16+) Уже 20 лет в эфире канала МУЗ-ТВ! Еже-дневный отчет о самых громких событиях мира музыки: эксклюзивные интервью с мировыми звездами, репортажи со съемок клипов, включе-ния с международных фести-валей и съемки с бэк-стейджа концертов.
- 01.25 Тор 30 - Крутяк недели. (16+) Решайте сами! Го-лосуйте за свои любимые клипы, и те из них, кото-рые наберут больше всего голосов, попадут в число «10-ти самых горячих кли-пов дня», а самые-самые из них будут показаны в музыкальном нон-стопе.
- 03.10 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000** **TV1000**
- 05.05 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 06.35 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 08.30 «ИСКУССТВЕННЫЙ РАЗ-УМ». (12+)
- 11.00 «РАЙОН №9». (16+)
- 12.55 «ДИТЯ ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ». (16+)
- 14.40 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)
- 16.35 «ОСТРОВ». (12+)
- 19.00 «ВРЕМЯ». (16+) США, 2011 г. В ролях: Джастин Тимберлейк, Аманда Сайф-ред, Киллиан Мерфи
- 20.50 «ГРАНЬ БУДУЩЕГО». (12+)
- 22.45 «ОСОБОЕ МНЕНИЕ». (16+)
- 01.10 «ВАНИЛЬНОЕ НЕБО». (16+)
- 03.15 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИ-ЩЕ». (12+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
- 01.10 «ХОЛОСТЯЧКИ». (18+)
- 03.05 «ТАКСИ-5». (18+)
- 04.55 «ПОДМЕНА». (16+)
- 06.50 «ДЖЕЙ И МОЛЧАЛИВЫЙ БОБ НАНОСЯТ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
- 08.45 «ГАМБИТ». (16+)
- 10.20 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- 12.25 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
- 14.05 «НИНДЗЯ ИЗ БЕВЕРЛИ ХИЛЛЗ». (12+)
- 15.40 «ПИКСЕЛИ». (12+)
- 17.35 «ТАКСИ-5». (18+)
- 19.30 «1+1». (16+)
- 21.35 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+) Комедия, приключе-ния. Россия, 2018 г.
- 23.05 «ДЖЕЙ И МОЛЧАЛИВЫЙ БОБ НАНОСЯТ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
- red .RED**
- 06.00, 06.25, 06.50 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
- 07.15, 08.05, 09.00 Проект Подиум. (16+)
- 09.55, 11.30, 12.50 Правила моей кухни. (16+)
- 13.55, 14.40, 15.25, 16.10 «АМНЕЗИЯ». (16+)
- 16.55, 17.40, 18.25, 19.10, 02.00, 02.45, 03.30, 04.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- 20.00 «ВСЕ ЕЩЕ ЭЛИС». (16+) США, Великобритания, Франция, 2014 г. В ролях: Джулианна Мур, Алек Бол-дуин, Кристен Стюарт
- 21.40 «СТАЛЬНЫЕ МАГНО-ЛИИ». (16+)
- 23.40 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 05.00, 05.30 Голливуд за ка-дром. (16+)
- ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**
- 05.00 «СВЯЗЬ». (16+)
- 06.25 «Три богатыря и Мор-ской Царь». Мультфильм. (6+)
- 07.50 «Три богатыря на даль-них берегах». Мультфильм. (6+)
- 09.15 «Три богатыря и на-следница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.50 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 12.20 «Три богатыря и Шама-ханская царица». Мульт-фильм. (12+)
- 13.45 «Три богатыря и прин-цесса Египта». Мульт-фильм. (6+)
- 15.10 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИО-НАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 00.50 «ЖМУРКИ». (16+)
- 02.55 «ДОМ СОЛНЦА». (16+)
- суббота!** **СУББОТА!**
- 05.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 14.00, 14.50, 15.45, 16.35, 17.30 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМО-ХОЗЯЙКИ». (16+) Сериал. Драма, США, 2004-2012 гг.
- 18.20, 19.15, 20.05, 21.00, 22.00 «ДОКТОР ХАУС» (суб-титры). (16+)
- 22.55 «МАРЛИ И Я». (12+) Комедийная мелодрама, США, 2008 г. В ролях: Оуэн Уилсон, Дженифер Эни-стон, Эрик Дэйв, Алан Ар-кин, Кэтрин Тернер
- 01.10, 02.05, 02.45, 03.20, 04.05 Топ-модель по-американски. (16+)
- 04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- СТC LOVE** **СТC LOVE**
- 06.00 «Три кота». Мультсери-ал. (0+)
- 07.00 «Ералаш». (0+)
- 08.10 «ДЖУНИОР». (0+)
- 10.30 «ДЕТСАДОВСКИЙ ПОЛИ-ЦЕЙСКИЙ». (0+) Комедий-ный боевик, США, 1990 г. В ролях: Арнольд Шварце-неггер, Пенелопа Энн Мил-лер, Памела Рид
- 12.50 «ЛЖЕЦ, ЛЖЕЦ». (0+) Комедия, США, 1997 г.
- 14.35 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+) Женя просит сестёр при-слать ей комплект матрё-шек. В семье Васнецовых начинается спор, какие сувениры покупать - с из-ображением футболистов или российских политиков?
- 00.55 Сердца за любовь. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «Свое» с Андреем Да-ниленко. (6+)
- 05.40 Мультфильмы на СПА-СЕ. (0+)
- 06.00 Ангелы с моря. (0+)
- 06.55 «БЕЗ ГОДУ НЕДЕЛЯ». (12+)
- 08.20 Простые чудеса. (12+)
- 09.10 Профессор Осипов. (0+)
- 10.00 Божественная литур-гия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.50 Завет. (6+)
- 13.55 Пилигрим. (6+)
- 14.25 «КОМАНДИР СЧАСТЛИ-ВОЙ «ЩУКИ»». (0+)
- 16.30 Помощники Команди-ра. (0+)
- 17.20 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михал-кова. (16+)
- 18.00, 00.15 «Главное. С Ан-ной Шафран». Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.45 «КАРАНТИН». (0+)
- 21.25 Парсуна. С Владими-ром Легойдой». (6+)
- 22.25, 01.50 Щипков. (12+)
- 22.55 Лица Церкви. (6+)
- 23.10 День Патриарха. (0+)
- 23.25 Служба спасения семьи. (16+)
- 02.20 Завет. (6+)
- 03.15 В поисках Бога. (6+)
- 03.45 Лица Церкви. (6+)
- 04.00 Знак равенства. (16+)
- 04.15 Мультфильмы на СПА-СЕ. (0+)
- 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

25 июля
Неделя 5-я по Пятидесятнице. Глас 4.
Мчч. Прокла и Илария.



Прп. Михаила Ма-леина. Мч. Голин-духи, во Святом Крещении Марии. Прпп. Иоанна и Гавриила Свято-горцев (Груз.). Мчч. Феодора ва-ряга и сына его Иоанна, в Киеве. Прп. Арсения Нов-городского. Прп. Симона Воломского. Иконы Божией Матери, именуемой «Троеручица».

Поста нет.

« Мысль о Промысле Божиим в че-ловеческой жизни – величайшая мысль, достойная человека. Забота о спа-сении души – величайшая забота, достой-ная человека. Ожидание смерти – вели-чайшее ожидание, достойное человека». Свт. Николай Сербский

Урожай на даче вот-вот начнёт радовать нас своим изобилием.

И сразу появится необходимость сохранить его как можно надежнее на долгие месяцы. Хорошо, если в вашем распоряжении есть прохладный, сухой погреб, в котором нет плесени и грызунов, зато достаточно места. А если нет – остается два варианта: засушить овощи, ягоды и фрукты или заморозить их. Сегодня поговорим о сушке.

Чем полезна сушка?

Максимум полезных веществ можно сохранить при соблюдении двух условий: не подвергать продукты воздействию высокой температуры и удалить жидкость. Потому что жидкость – благоприятная среда для развития вредных бактерий. Высушивая плоды, мы соблюдаем оба эти условия. Из минусов способа – это довольно долгий подготовительный процесс, а если использовать духовку или сушилку – еще и требующий некоторых затрат электроэнергии.

Где сушить?

Существует четыре способа высушить сезонные плоды природы:

РУССКАЯ ПЕЧЬ

Равномерное распределение тепла делает русскую печь оптимальным способом сушки, к тому же проверенным многими поколениями наших предков. Если вам повезло быть владельцем домика с печью в деревне, используйте именно ее. Принцип сушки такой: печь протапливают, затем выгребают угли и золу и оставляют печь остывать. Когда температура опустится до 80 градусов, можно приступать к сушке. Подготовленные плоды раскладывают по нескольким ситам, кладут на под печи деревянные брусочки, а на них расставляют сита (друг на друга). На сушку уйдет 4-6 часов. При этом нужно сделать так, чтобы свежий воздух поступал в печь, а влажный уходил.

ДУХОВКА

Этот способ сушки хорош тем, что можно точно выставить нужную температуру. Как правило, это примерно 60-80 градусов. Чтобы влага выходила наружу, дверцу духовки оставляют приоткрытой. Подготовленные и разложенные на противнях плоды следует время от времени перемешивать и следить, чтобы они сушились равномерно. Кусочки, оставшиеся сыроватыми, следует досушить отдельно.

ЭЛЕКТРОСУШИЛКА

Сушка в таком устройстве производится в соответствии с инструкцией. Главный плюс электросушилок в том, что их можно использовать и дома, и на даче – везде, где есть электричество. Современные агрегаты просты в использовании и укомплектованы всем необходимым.

СОЛНЫШКО

Солнечный свет – самый экологичный способ сушки. Но при этом не самый предсказуемый, потому что для нормального высушивания плодов на солнце потребуется как минимум два ясных дня с температурой 25-30 градусов. Проще всего сушить на солнце зелень: петрушку, укроп, сельдерей.

СУШКА начинается!

– Слушай, а компот варят только из фруктов или из овощей тоже?
– Компот из овощей – это борщ!



Что можно сушить?

Все плоды перед сушкой нужно помыть, высушить и отбраковать подпорченные. Сушить можно только зрелые плоды без червоточин, подбитых бочков и так далее.

Чтобы сушка происходила равномерно, плоды рекомендуется нарезать ровными брусочками. Некоторые нужно предварительно бланшировать.



МОРКОВЬ



- Бланшировать целиком в течение 15-20 минут. Остудить.
- Нарезать колечками толщиной 3-4 мм или брусочками.
- Разложить на противне или сите.
- Сушить при температуре 60-70 градусов 5-6 часов.

СВЁКЛА



- Выбрать свеклу без прожилок, с равномерной темной мякотью.
- Отрезать хвостик и ботву, бланшировать целиком в кипящей воде 20 минут.
- Очистить, нарезать брусочками, разложить на противне или сите.
- Сушить при температуре 70-80 градусов около 7 часов.

ЛУК И ЧЕСНОК



- Очистить лук и чеснок от шелухи.
- Чеснок нарезать колечками, лук – четвертькольцами. Положить на полчаса в подсоленную воду. Обсушить. Разложить на противне или сите.
- Сушить при температуре 50-60 градусов 5-6 часов.

КАПУСТА



- Чистый плотный кочан нашинковать тонкими полосками. При желании бланшировать 2-3 минуты и обсушить. Но можно оставить и так.
- Разложить на противне или сите. Сушить при температуре 60 градусов 6-7 часов.

КАБАЧКИ, БАКЛАЖАНЫ, ТЫКВА



- Помыть, очистить, нарезать полукружочками или пластинками по 4-5 мм.
- Бланшировать 1-2 минуты, откинуть на дуршлаг, обдать ледяной водой. Обсушить и разложить на противне или сите.
- Сушить при температуре 50-60 градусов 7-8 часов.

ПОМИДОРЫ



- Небольшие помидоры помыть, обсушить и разрезать пополам.
- Разложить на противне или сите срезами вверх так, чтобы сок не вытекал вниз.
- Сначала сушить 4-5 часов при температуре 50 градусов, затем еще 5 часов при температуре 60-70 градусов.

СЛАДКИЙ ПЕРЕЦ



- Помыть, очистить от хвостиков и семян, нарезать полосками.
- Бланшировать 2 минуты в кипящей воде. Обсушить. Разложить на противне или сите. Сушить при температуре 60 градусов 7-8 часов.

ЗЕЛЕНЬ



- Очень хорошо промыть, перебрать, удалить все подвявшие и подгнившие стебли. Обсушить, равномерно нарезать.
- Разложить на противне или сите.
- Сушить при температуре 60 градусов 6-8 часов.

ГРИБЫ



- Промыть, перебрать, удалить весь сор.
- Обсушить, нарезать пластинами 4-5 мм толщиной.
- Разложить на противне или сите. Сушить 5 часов при температуре 40-50 градусов.
- Выключить духовку или сушилку на 4 часа. Сушить еще 5 часов при температуре 60-65 градусов.

ЯБЛОКИ



- Промыть, удалить сердцевину, нарезать на дольки толщиной 4-5 мм.
- Развести в воде лимонную кислоту (2 г на литр), опустить в нее дольки яблок на несколько минут. Вынуть и просушить. Разложить на противне или сите. Сушить при температуре 60-70 градусов 8-9 часов.

ГРУШИ



- Промыть, удалить сердцевину, нарезать на дольки толщиной 4-5 мм.
- Бланшировать 5 минут. Вынуть и просушить.
- Разложить на противне или сите.
- Сушить при температуре 60-70 градусов 9-10 часов.

ВИШНЯ



- Промыть ягоды.
- Подготовить содовый раствор (1 г на 1 л воды), вскипятить, опустить в него вишню, затем переложить в холодную воду.
- Разложить на противне или сите. Сушить при температуре 60 градусов 15-20 часов.

КЛУБНИКА



- Промыть ягоды. Обсушить.
- Разложить на противне или сите.
- Сушить при температуре 60 градусов 12 часов.

ПЕРСИКИ И СЛИВЫ



- Промыть, обсушить, удалить косточки, нарезать на дольки 6-8 мм.
- Разложить на противне или сите.
- Сушить при температуре 60 градусов 10 часов.

В чём хранить

Высушенные плоды необходимо хранить в емкостях с плотно закрывающимися крышками (банки, контейнеры и т. д.). Время от времени их нужно перебирать и удалять кусочки, которые начинают портиться.

Как использовать в готовке

• Засушенные овощи чаще всего предварительно размачивают в воде на 20-30 минут, но в супы и тушеные блюда можно добавлять и просто сушеные кусочки.

• Для компотов фрукты предварительно замачивать не нужно.

• Сушеные грибы и сушеный чеснок можно измельчить в порошок – в таком виде они станут прекрасным дополнением к соусам.

Светлана СИДОРЧУК

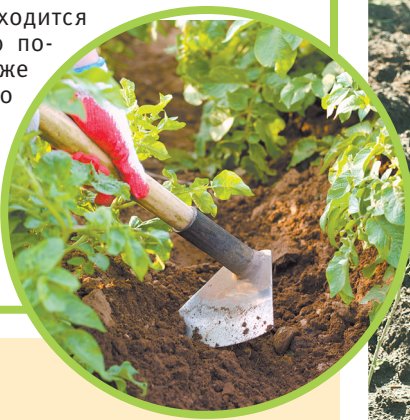
Любой огородник вам скажет: чтобы получить хороший урожай, нужно вложить в заботу о нём свою душу.

В отношении картофеля это особенно справедливо. Зато и благодарность в виде богатого урожая в ответ на хлопоты получать очень приятно. И так, как же выращивать второй хлеб на своем участке?

Боремся с сорняками, рыхлим, окучиваем...

За несколько недель после посадки почва покрывается сорной травой, а после дождей образуется корка. Чтобы этого не произошло, необходимо время от времени проводить рыхление верхнего слоя. Благодаря этому улучшается проникновение кислорода к корням, сводится на нет прорастание сорняков, а также влага лучше сохраняется в почве. Важно не затягивать и с окучиванием растений.

Корни у картофеля растут и вглубь, и вширь. Это можно увидеть при окучивании. Во время процесса тяпкой повреждается та часть корней, которая находится рядом с поверхностью почвы. Восстановление же происходит достаточно медленно, поэтому окучивать картофель следует очень аккуратно. Опытные садоводы зачастую проводят и третье окучивание во время цветения.



Три подкормки

Для получения хорошего урожая растения нужно подкармливать. Делать это следует не позднее середины июля, чтобы не допустить задержку созревания клубней.

ПЕРВАЯ подкормка проводится во время роста ботвы. На метр картофельной грядки вносят по 1 ч. л. мочевины и 1,5 стакана перегноя.

ВТОРУЮ подкормку обычно проводят на стадии бутонизации. На метр грядки вносят 3 ст. л. древесной золы и 1 ч. л. сульфата калия. Подкормка поможет ускорить цветение.

ТРЕТЬЮ подкормку проводят во время цветения растений, чтобы ускорить образо-

вание клубней. В этом случае вносят по 2 ст. л. суперфосфата на метр грядки.

Полив

Потребность во влаге увеличивается у картофеля, когда ботва вырастает до 15-16 см. В этот период растение тратит много сил на рост подземных стеблей, на формирование клубней, на формирование ботвы.

Если в период бутонизации и цветения у растения будет нехватка влаги, то рост ботвы и клубней будет тормозиться. Нижние листья начнут желтеть, цветки и бутоны

опадать. Поэтому в период бутонизации картофеля нужно поливать растения на глубину 20-25 см, т.е. на куст надо будет вылить 3-4 литра воды.

Следующий (второй) полив в случае недостатка воды в почве нужно производить во время массового цветения картофеля. Если лето выдалось засушливым, то проводить полив следует 3-4 раза. На следующий день после полива почву стоит разрыхлить, не повреждая ботву. После рыхления почву было бы здоро-

во замульчировать. А вот после цветения растения поливать уже не нужно, чтобы не спровоцировать появление фитофторы.

Отметим и тот факт, что, несмотря на необходимость проведения обильного полива, важно не допускать попадания воды на листья, т.к. влага является переносчиком заболеваний. В конце сезона проблема становится особо актуальной из-за понижения ночных температур.



Борьба с колорадским жуком – это не что иное, как межвидовая война за картошку.

О картошке с любовью



Фитофтора: способы борьбы

Если же фитофтора все-таки появилась на растениях, какие же меры стоит предпринять? Появлению фитофтороза (одного из самых распространенных грибковых заболеваний картофеля) способствуют низкие температуры и высокая влажность воздуха, как мы уже говорили ранее. Первые признаки заболевания можно заметить в августе. Но для того, чтобы снизить вред, наносимый этим грибом, следует скосить ботву за две недели до начала уборки. Таким образом, клубни не будут поражены фитофторозом и не будут гнить во время хранения. Инфекция сначала поражает ли-

стья, а потом с каплями воды попадает в почву и на поверхность клубня, поэтому о длительном хранении картофеля речь идти не будет, урожай быстро сгниет.

Есть еще один момент, на который нужно обратить внимание. После уборки картофеля не следует его сразу определять в погреб на длительное хранение. Клубни нужно выдержать в течение двух недель в сухом, проветриваемом помещении. За это время следы заболевания можно будет увидеть и из всего урожая выбрать только полностью здоровые клубни, которые и поместить на длительное хранение.

Спасаем урожай от прожорливых гостей

Одни садоводы-огородники проходятся по своим картофельным владениям с ведром и венником, сметая колорадских жуков и их личинки прямо в ведро. Другие разводят 2 чайные ложки березового дегтя в 1,5 литрах воды и опрыскивают этим раствором все картофельные кусты на участке. Третьи используют различные препараты в борьбе с незваными гостями, причем как ор-

ганические (Битоксибациллин, Колорадо, Фитоверм и др.), так и химические (Командор, Актара, Молния и прочие).



Валерия ПАШЕЧКИНА

Обстоятельства, смекалка и изобретения

Порой обстоятельства, в которые мы попадаем, заставляют нас думать, проявлять смекалку и творить. Упрощая жизнь себе, своим близким, гении придумывали и в итоге создавали отличные изобретения, которые сделали нашу жизнь комфортней. Сегодня мы расскажем о некоторых из них.

1. Виктор Миллз, химик-технолог в американской косметической компании, придумал это не из любви к человечеству, а потому что устал стирать пеленки. Дедушке неоднократно приходилось присматривать за маленькими внуками. И в марте 1959 года мир узнал именно об этой вещи. Что изобрёл Миллз?

а) Одноразовые пеленки.
б) Одноразовые ползунки.
в) Подгузники.
2. Эту незаменимую вещь подарил миру американец Роберт Адлер, родившийся в Вене. За свою жизнь Адлер получил патент на 180 изобретений, но славу ему принесло именно это изобретение 1956 года, «приклеившее» человечество к дивану.

а) Пульт дистанционного управления телевизором.
б) Первый сенсорный экран.
в) Связал пульт управления и телевизор.
3. Венгерский журналист Ласло Биро устал бороться с постоянно протекающими чернилами. И в 1931 году изобрёл именно это устройство, представив его на Будапештской Междуна-



родной ярмарке. Запатентовано изобретение в 1938 году в Париже. До начала Второй мировой войны Биро с братом бежали в Аргентину, где в 1943 году подали заявление на получение нового патента. Кстати, в Аргентине 29 сентября,

в день рождения Биро, отмечают День изобретателя, а изобретение называют «бироме». Что изобрёл журналист?

а) Чернильницу-непроливайку.
б) Химический карандаш.
в) Шариковую ручку.

ОТВЕТЫ

- 1-в
- 2-б
- 3-а

У шеффлеры листья напоминают раскрытую ладонь с расставленными пальцами, как будто она машет всем: «Привет!»

И таких приветливых ладошек у нее не один десяток. Если растение не подрезать, оно может вырасти до трех метров, при этом сохраняя аккуратность и не раскидываясь сильно в ширину.

Приветливая шеффлера

Освещение

Шеффлера предпочитает хороший рассеянный свет, но в полутени тоже может расти. Особенно это касается разновидности с зелеными листьями. Прямое солнце также может переносить, но летом ее лучше все же притенять. В зимнее время нуждается в дополнительном освещении, если температура в комнате выше 18 градусов. Летом можно вынести на свежий воздух, защитив от полуденного солнца, дождей и сквозняков.

Температура

Весной и летом желательно содержание шеффлеры в диапазоне 20-25 градусов. Зимой оптимальная температура – 14-18 градусов. Плохо переносит перепады температур и сквозняки, а также близкое расположение у обогревателей и комнатных радиаторов.



Полив и влажность

Пролив регулярный, как только просохнет верхний слой. Пересушенный земляной ком приведет к сбрасыванию листьев. Но и переливать шеффлере не нужно, так как это может вызвать закисание почвы и привести к болезням у растения. Поливают теплой отстоянной водой. Весной и летом делать это нужно чаще, чем зимой.

Шеффлера любит повышенную влажность. В жаркие дни можно ее почаще опрыскивать из пульверизатора или разместить на поддоне с мокрым керамзитом. Повышенная влажность для цветка важна не только жарким летом, но и при включенном центральном отоплении.

Пересадка

Шеффлере пересаживают по мере роста в емкость на 2-3 см больше предыдущей. Как правило, молодые растения пересаживают ежегодно, а более взрослые – раз в 2-3 года. Грунт должен быть легким и воздухопроницаемым, слабокислым. Кстати, для шеффлеры хорошо подходит грунт для пальм. При пересадке

на дно горшка обязательно выкладывается толстый слой дренажа. В одной емкости выращивают сразу несколько растений. Так достигается большая декоративность. Еще одна деталь: пока в горшке растения молодые и гибкие, их стволы можно переплести. Благодаря этому сформируется один центральный ствол, который гораздо лучше удержит пышную крону листьев.

А помните, как в детском саду нарисуете мамочке цветочек – и она так радуется, тебе всё прощает! Почему-то с женой этот фокус не проходит?



Кстати

С кем дружат растения

В процессе эволюции большинство растений так или иначе выработало защиту от травоядных животных. Это могут быть яд, колючки и т.д. Но некоторые растения действуют не так явно и исходят из принципа: враг моего врага – мой друг. Эти растения выделяют в воздух особые летучие вещества, которые привлекают хищников, которые в свою очередь регулируют численность травоядных и тем самым спасают растения.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



- Анапа 105,9 FM
- Вышний Волочек 104,5 FM
- Геленджик 101,2 FM
- Губкин 104,0 FM
- Ейск 101,1 FM
- Задонск 103,9 FM
- Краснодар 87,9 FM
- Липецк 97,9 FM
- Медное (Тверь) 107,9 FM
- Москва и область 100,9 FM
- Мосолово 101,0 FM
- Новороссийск 101,2 FM
- Орёл 95,6 FM
- Осташков 99,4 FM
- Ржев 102,4 FM
- Рязань 102,5 FM
- Смоленск 88,4 FM
- Старый Оскол 104,0 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...стадо свиней бросилось с крутизны в море и погубило в воде»

И когда Он прибыл на другой берег в страну Гергесинскую, Его встретили два бесноватые, вышедшие из гробов, весьма свирепые, так что никто не смел проходить тем путем. И вот, они закричали: что Тебе до нас, Иисус, Сын Божий? пришел Ты сюда прежде времени мучить нас. Вдали же от них наслось большое стадо свиней. И бесы просили Его: если выгонишь нас, то пошли нас в стадо свиней. И Он сказал им: идите. И они, выйдя, пошли в стадо свиное. И вот, все стадо свиней бросилось с крутизны в море и погубило в воде. Пастухи же побежали и, придя в город, рассказали обо всем, и о том, что было с бесноватыми. И вот, весь город вышел навстречу Иисусу; и, увидев Его, просили, чтобы Он отошел от пределов их. Тогда Он, войдя в лодку, переправился обратно и прибыл в Свой город.

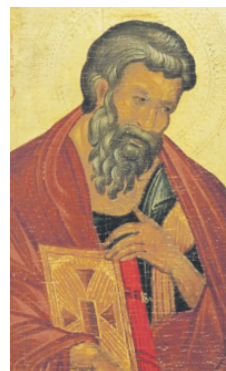
Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 25 июля, в воскресенье.



Комментарий священника Антония Борисова

Это евангельское чтение говорит нам об ужасе греховной несвободы. Христос во время Своего странствия приходит в пределы страны Гергесинской – удаленного региона Святой земли. Во времена Спасителя жителей Гергесинской страны буквально терроризировали два одержимых злыми духами мужчины. Обитали они в гробовых пещерах и регулярно нападали не только на путников, но и на пастухов. Бесноватые, а вернее демоны, ими владевшие, крайне удивились приходу Христа.

А еще и крайне испугались, а потому с радостью переселились с разрешения Спасителя в стадо свиней, пасшееся неподалеку. Обезумевшие животные тут же бросились с обрыва в воды Галилейского моря и погибли. Пастухи в страхе разбежались и



поведали о случившемся местным жителям. Те, надо сказать, (в отличие от бывших бесноватых) были крайне расстроены приходом Христа. Перед нашими глазами разворачивается картина сродни той, что мы уже видели раньше. Спаситель освободил Гергесинскую страну от власти злых духов, но местным жителям такая свобода оказалась не нужна. Да, они страдали от террора бесноватых, но приход Христа обернулся еще большей угрозой и неприятностью.

Он указал гергесинцам на греховность их жизни и необходимость ее изменить. И вот мы слышим их просьбу, обращенную к Господу Иисусу: пожалуйста, уходи отсюда! И Христос смиренно удаляется... Подчас нам кажется, что существует множество внешних препятствий для веры – помолиться, посетить богослужение, помочь ближнему мы не можем потому, что так жестоко устроена жизнь.

Но если посмотреть на ситуацию честно, то окажется, что единственным препятствием между нами и Богом являемся мы сами, а вернее дракон греха, живущий внутри и не желающий терять своей власти. Что же делать и как быть? Выход, на самом деле, один – убить дракона внутри себя.

ДОРОГА К ХРАМУ

МОЛИТЬСЯ ЛИ О НЕКРЕЩЁНЫХ?

Так получилось, что мои дети и внуки некрещёные, да и живут далеко от меня. Можно ли за них молиться и ставить свечи в храме, или только дома? Можно ли церковные свечи дома зажигать, когда за них молюсь? Ирина Сергеевна

Личной молитвой можно молиться о некрещёных и ставить свечи. О них нельзя писать в церковных записках, т.к. о некрещёных Церковь не молится.

НАДО ЛИ РВАТЬ ЛИСТОЧЕК С ГРЕХАМИ ПОСЛЕ ИСПОВЕДИ?

Перед исповедью я написала свои грехи на листочке. Когда их прочла, батюшка не взял листок и не порвал. Значит ли это, что мне надо по новой их прочитать на следующей исповеди? Люся

На исповеди надо искренне покаяться, а не зачитывать по бумажке грехи. И если чувствуете, что постоянно думаете про какое-то недостойное дело, надо обговорить это со священником.

НАДО ЛИ ЖДАТЬ, ПОКА ПРОГОРИТ СВЕЧА В ХРАМЕ?

Помолилась перед иконой Божией Матери о прибавлении в семействе и поставила свечу. Сколько надо ставить свечек, чтобы желание точно исполнилось? А если о здравии отца молиться, сколько свечей надо купить и зажечь? Л.Т.

Количество свечей не имеет значения, надо только помнить, что это наша добровольная жертва Богу и Церкви и ставить ее надо с молитвой и осознанием любви в сердце.

Для нас останутся близкими те места, в которых нам посчастливилось жить. А русские писатели и поэты навсегда вписали свои родные города в историю. Отправимся в путешествие по родным городам русских писателей.

Милое сердцу место – уездный город N

1

Этот город – родина одного из значимых русских писателей XIX века – Ивана Сергеевича Тургенева. В 1858 году писатель заканчивает работу над романом «Дворянское гнездо», где описана жизнь губернского города. Истари в городе бытует легенда, что печальную повесть о Лаврецком и Лизе автор списал со своих земляков. Поводом, вероятно, послужили начальные строки этого романа. В каком городе высокий берег реки, где обычно стояла передвижная колбылька маленького Тургенева, называют «Тургеневским бережком»?

а) Брянск. б) Калуга. в) Орёл.



2

Иван Алексеевич Бунин, 150-летие которого отмечала вся страна в 2020 году, родился и прожил до четырёх лет в этом городе. В возрасте 37 лет, в 1907 году, писатель побывал на родине, на студенческом балу в Благородном собрании. В каком городе родился лауреат Нобелевской премии по литературе (1933 год) Иван Бунин?

а) Воронеж. б) Новгород. в) Пермь.



3

«Обыкновенная история», «Обломов», «Обрыв». Автор этих произведений, как считали критики – «трилогии о русской жизни», Иван Александрович Гончаров родился 18 июля 1812 года в богатой купеческой семье. С 8 до 10 лет он учился в частном пансионе Екатерины Хованской в родном городе, а затем был отправлен в Москву. На родину Гончаров неоднократно возвращался. В каком городе родился этот русский писатель?

а) Симбирск. б) Екатеринбург. в) Ульяновск.



4

Это село расположено в Рязанской области на берегу Оки. Здесь в 1895 году родился поэт Сергей Александрович Есенин. Окончив школу, в 1912 году Сергей покинул отчий дом. Писал, путешествовал, а когда возвращался на родину навестить родных, чаще всего ночевал в амбаре, который построили в 1913 году. Он сам себя считал рязанским парнем, воспевающим деревню, и вернулся сюда в 1924 году. Здесь было написано одно из самых лирических стихотворений – «Отговорила роща золотая». Государственный музей-заповедник С.А. Есенина расположен в селе...

а) Спас-Клепики. б) Константиново. в) Варкое.

5

В 1860 году родился русский писатель и драматург Антон Павлович Чехов. До 17 лет он прожил в этом городе. Небольшой двухэтажный особняк во времена Чехова принадлежал купцу Моисееву, а семья будущего литератора арендовала его. Чеховы жили на втором этаже, а на первом находился магазин, известный как «лавка Чеховых». Юному Антону не нравилось обслуживать покупателей, но в зрелом возрасте он отмечал, что лавка стала сборником прототипов его героев. В родном городе Чехова много памятников его персонажам. Что это за город?

а) Мелихово. б) Таганрог. в) Чехов.



ОТВЕТЫ

1-в. Орёл. 2-а. Воронеж. 3-а. Симбирск был переименован в Ульяновск в 1924 году. 4-б. Константиново. 5-б. Таганрог.

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

19 июля	Восход: 4 ч. 28 м. Заход: 20 ч. 30 м. Долгота дня: 16 ч. 02 мин.	Растущая Луна в знаке Скорпиона
20 июля	Восход: 4 ч. 29 м. Заход: 20 ч. 29 м. Долгота дня: 16 ч. 00 мин.	Растущая Луна в знаке Стрельца
21 июля	Восход: 4 ч. 30 м. Заход: 20 ч. 28 м. Долгота дня: 15 ч. 58 мин.	Растущая Луна в знаке Стрельца
22 июля	Восход: 4 ч. 32 м. Заход: 20 ч. 27 м. Долгота дня: 15 ч. 55 мин.	Растущая Луна в знаке Козерога
23 июля	Восход: 4 ч. 33 м. Заход: 20 ч. 25 м. Долгота дня: 15 ч. 52 мин.	Растущая Луна в знаке Козерога
24 июля	Восход: 4 ч. 35 м. Заход: 20 ч. 24 м. Долгота дня: 15 ч. 49 мин.	Полнолуние в знаке Водолея
25 июля	Восход: 4 ч. 36 м. Заход: 20 ч. 23 м. Долгота дня: 15 ч. 47 мин.	Убывающая Луна в знаке Водолея

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 19 ПО 25 ИЮЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

19 ИЮЛЯ
В 1485 году на Москве-реке заложена старейшая башня Московского Кремля – Тайницкая. В 2003 году прошла первая в мире успешная операция по пересадке языка.
20 ИЮЛЯ
В 1924 году основана Международная шахматная федерация.
21 ИЮЛЯ
В 1983 году в Антарктиде на советской научной станции Восток была зафиксирована самая низкая в истории Земли температура – минус 89,2 °С.
22 ИЮЛЯ
В 1795 году в Москве в имении графа Шереметева основан крепостной театр-дворец «Останкино».
В 1894 году в Париже стартовали первые в

мире автомобильные соревнования. В 1946 году была основана Всемирная организация здравоохранения. В 2009 году произошло рекордное по продолжительности (6 минут 39 секунд) полное солнечное затмение.
23 ИЮЛЯ
В 1881 году в Льеже учреждена Международная федерация гимнастики (FIG).
24 ИЮЛЯ
В 1790 году впервые было документально зафиксировано падение метеорита на Землю. В 1938 году на рынке появилась первая партия растворимого кофе (День рождения растворимого кофе).
25 ИЮЛЯ
В 1832 году в Петербург была привезена Александровская колонна.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ
19 ИЮЛЯ. Анатолий, Валентин, Василий, Виктор, Глеб.
20 ИЮЛЯ. Герман, Лукьян.
21 ИЮЛЯ. Савва.
22 ИЮЛЯ. Андрей, Кирилл, Фёдор.
23 ИЮЛЯ. Александр, Антон, Даниил, Эмма.
24 ИЮЛЯ. Аркадий, Елена, Ольга.
25 ИЮЛЯ. Арсений, Вероника, Иван, Мария, Михаил.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ
19 ИЮЛЯ ■ День пирожков с малиновым вареньем
20 ИЮЛЯ ■ Международный день шахмат
22 ИЮЛЯ ■ Всемирный день мозга
■ Международный день бокса
23 ИЮЛЯ ■ День дачника в России
24 ИЮЛЯ ■ День работника торговли в России ■ День кадастрового инженера в России ■ День флориста в России
25 ИЮЛЯ ■ День Военно-Морского флота России ■ День сотрудника органов следствия Российской Федерации
■ День речной полиции в России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Гром на Федота гремит – долгие дожди сулит

19 июля считалось Ларионовым днем. Погоду определяли по месяцу: зеленоватый месяц сулил скорые дожди, белый и блестящий – холодную погоду без осадков. Гром **20 июля**, в день Федота Стража, означал затяжные дожди, долгое ненастье. А если гром переходил с места на место, то ожидали града и похолодания. Погода **21 июля**, в день Фёдора Колодезника, соответствовала погоде на Ильин день (2 августа). В день Панкратия и Кирилла, **22 июля**, наблюдали за черникой: если ягоды еще не поспели – осень будет холодной, большой урожай черники сулил морозную зиму.

23 июля, в день Антония Громоносца, приметы были связаны с громом: длительные грозовые раскаты говорили о богатом рыбном улове, резкий гром – о скором тихом дожде, гулкий – о ливне. **24 июля**, на Ольгу Страдницу, о грядущей погоде судили по картофелю. Если стебли картофеля высоко подняты, то погода будет солнечной, а если поникли – дождливой. Роса **25 июля**, в день Прокла Плакальщика, могла рассказать о погоде: утренняя роса и туман предвещали ясные дни, а скудные росы – ненастье.



Нет. Это не те же самые грабли. Это новые. Полгода-то прошло. Они очень изменились.

ТЕЛЕК Черноземье

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



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-937-41-31
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 220
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А. Тел. (495) 933-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

Заместитель директора департамента рекламы ГРИГОРЬЕВА Л.А. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 147
Ведущие менеджеры отдела рекламы: ВОЛКОВ В.Е., СЕМЕНОВА Т.Ю., ГУБАНОВА Т.В., КОВАЛЬЧУК Е.В. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 142, 206
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В. Тел. 8-495-933-95-77, доб. 273
Ведущие дизайнеры: НАЙДЕНОВ А.А., НЕМЫКИН Н.Н. Телефон рекламной службы: 8-495-933-95-77, доб. 225. e-mail: reklama@kardos.ru

№ 28 (297).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 13.07.2021 г.
Дата производства: 13.07.2021 г.
Дата выхода в свет: 14.07.2021 г. Тираж 45 610 экз.
Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л, Тел.: +7. (473) 246-52-70
Заказ 5431. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 908 215 экз.
Рекомендованная цена в розницу 23 рубля. Еженедельная семейная газета для читателей 12+
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.

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

Окончание.
Начало в № 27.

Варвара Антоновна полулежала на диване и, показательно постанывая, массируя пальцами виски.

Мне хотелось встряхнуть женщину, заставить вести себя по-взрослому, без театральности и притворства. Но Вероника уже поддалась на манипуляцию. В квартире запахло сердечными каплями, куриным бульоном и виной.

Кофе не помешает

— А ты знаешь, что твоего... Павла... — Варвара Антоновна сделала упор на это слово, — видели с другой женщиной?

Вероника, кормившая мать бульоном, замерла с ложкой в руках. Посмотрела на женщину.

— Кто видел? Где? — вопросы задала я, потому что Вероника, похоже, впала в ступор, не зная, как реагировать на сообщение матери.

— Да там и видели. В командировке этой. Шли в обнимочку, целовались. Мне люди добрые рассказали. Земля-то она маленькая, тайное всегда наружу покажется. — Варвара Антоновна выжидала по бледневшую дочь. На лице ее нарисовалось самодовольство. — А я говорила тебе, предупреждала, что все мужики — предатели. Все изменяют, все. Вспомни вот хоть отца своего...

— Так, ну хватит, — вмешалась я в этот эмоциональный монолог. — Варвара Антоновна, вот ваш бульон, — я забрала тарелку из рук Вероники, поставила ее на столик рядом с ее матерью. — Ешьте. А нам с Никой нужно кофейку выпить, взбодриться. Мы на кухню.

Варвара Антоновна посмотрела на меня зло.

«Я люблю тебя, мама»

Если бы взглядом можно было убивать, то это был бы самый убийственный из всех. Но на меня он не произвел ровным счетом никакого впечатления. Я привыкла к склочному характеру матери своей подруги, да и мне с ней детей не крестить, пусть смотрит на здоровье. Я схватила подругу за руку и поволокла на кухню. Кофе ей сейчас точно не помешает.

Как сказать маме?

— Ника, встряхнись, — потрясла я за плечи одревеневшую подругу. — Неужели ты поверила в эту белиберду? Павел любит тебя, он бы никогда... Да и откуда Варваре Антоновне знать, где он и с кем? Ну сама подумай.

— Люба, да я знаю, где Паша, — подняла на меня страдальческий взгляд Вероника. — Он во Владивостоке. У него там пара важных встреч с поставщиками. А на выходные он к родителям в Рязань махнул, помочь отцу с гаражом и крышу у сарая перекрыть на даче. Обнимался-то он с сестрой. Мне и фото кидал. Алёнка подростка очень, расцвела. Совсем уже взрослая, красавица. Меня знаешь, что поражает? Как легко мама говорит гадости о моем муже. С каким рвением пытается нас рассорить, даже развести... Люб, что я сделала ей? За что она так? Неужели не может просто порадоваться за дочь?

— Не может, Ника, — погладила я подругу по тыльной стороне ладошки. — Она привыкла думать только о себе, жалеть себя, а тобой манипулировать. А ты все годы ей в этом потакаешь. Тебе пора перестать нести сюда по



“Отношения между родителями и детьми столь же трудны и столь же драматичны, как отношения между любящими.”
Андре Моруа

первому ее зову. Научись жить своей семьей. У тебя есть Паша, вот он точно заслуживает, чтобы о нем заботились, чтобы его любили.

— Люба, я беременна, — почему-то с ужасом посмотрела на меня подруга. — Я даже не представляю, как

здравить дочь с рождением сынишки.

«Дура, я же просила тебя не наступать на мои грабли. Ты хоть знаешь, что такое растить ребенка одной? Мужики, они же трудностей не любят. Чуть что — бегут с поджатым хвостом».

Пророчества Варвары Антоновны били хлестко, наотмашь. Вероника плакала. Дважды лежала на сохранении. При этом продолжала переживать за мать, мотаться к ней при каждом удобном случае. Попытка к ней ездить и Пашка, но в такие моменты женщина теряла сознание, умирала от сердечного приступа, мучилась от дикой мигрени.

— Мама, я родила сына, мы уже дома, — радостная Ника позвонила матери, чтобы обрадовать ее этой новостью.

— Что ж, главное, чтобы ребенок был здоров. А то одна, да с больным, намучаешься. А у меня сегодня опять давление, полночи уснуть не могла. Утром Антонину Кирилловну вызвала, ну, нашу фельдшерницу. Она пришла, давление мне померила, кислород, температуру. Купила лекарства. На тебя-то надежды теперь нет. А крутиться как-то надо. Хотя что уж мне осталось? Совсем чуть, скоро освобожу вас всех от забот.

— Мама, мы сына Коленькой назвали. Тебе нравиться? Я себя чувствую хорошо. Молоко пришло, Коленька взял грудь. Такой молодец, — Ника не сдавалась. Вера в то, что матери небезразлична ее судьба, не покидала женщину.

сказать об этом маме. Не представляю, как я буду помогать ей, когда рожу. Я в ужасе, Люб. Что делать?

— Успокойтесь, — ободряюще улыбнулась я подруге. — Сообщить о беременности маме и вместе с ней и с Пашей решить, что делать дальше. И давай-ка вместо кофе выпей чаю и продышись. Все наладится, я в этом уверена.

Пашкины наследники

Из роддома мы с Пашей забирали Веронику вдвоем. Варвара Антоновна не нашла в себе сил даже по-

— А для меня вот и приготовить некому. Вчера лапшу себе сварить хотела, да спина болит, у плиты стоять подолгу не могу. Хорошо, до магазина доковыляла, сосисок себе купила. Пару картох отварила, вот и вся еда. Пенсии-то мне на многое не хватит. Хорошо вот, хоть на сосиски наскребла.

— Мам, я люблю тебя, — тихо сказал Вероника и нажала кнопку отбоя на мобильном.

Я присутствовала при разговоре. А потому после него подошла и обняла подругу. Погладила по вздрагивающим плечам.

Паша и Вероника еще не единожды пытались забрать к себе Варвару Антоновну, но та была непреклонна. Тогда ребята купили ей небольшую квартирку неподалеку от своей и перевезли женщину буквально силой. Вероника снова беременна и продолжает ухаживать за матерью. Та так и не видела внука, не пожелала. Он же мальчик, будущий мужчина, а значит, «предатель». Надеется, что второй Ника родит девочку. А дочь боится ей сказать, что снова беременна мальчиком.

— Наследники, — радуется Паша и расширяет свой бизнес. Он обожает жену и сына. Его родители часто берут внука погостить, очень любят Нику. И только Варвара Антоновна продолжает предвещать дочери одиночество и разочарования. Ника смирилась и не спорит. Она любит мать, но чувство вины ее гложет все меньше.

ЛЮБОВЬ

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



Судоку

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

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

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

1 ★★★★★★

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

2 ★★★★★★

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

3 ★★★★★★

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

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



Жажда наживы

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.

Мы, кажется, нашли место, где похитители держали профессора, – Быков был эмоционален и азартен одновременно. Он покраснел, схватил свою кружку, из которой обычно пил кофе, наполнил ее холодной водой из кулера, выпил одним махом.

– Лучикова? Доктора географических наук? Который нашел новое племя в Перу?

– Ага, – выдохнул Быков. – Но, похоже, похитители снова увезли его куда-то. Во всяком случае, наши эксперты не нашли никаких зацепок.

– А давай все равно съездим лично туда, где его предположительно держали. Может, на что-то наткнемся, – подхватила азарт коллеги Вера.

«Наткнуться» хоть на что-то в тесном подвале загородного дома оказалось непросто. Разве что на проросшую картошку, грудой сваленную в углу,



на паутину под потолком да на старую, пожелтевшую карту мира на стене.

Негусто, – разочарованно констатировал Быков.

– Не скажи, – Вера внимательно рассматривала карту. Некоторые страны на ней были обведены то ли углем, то ли скомкованной землей.

– Болгария, Австрия, Армения, Гондурас, Ангола, Греция, Багамы, Нидерланды, – перечислил Быков. – Ну и что? Этой карте, похоже, уже сто лет в обед. Не думаешь же ты, что профессора вдруг решили перевезти в Гондурас, и он вот таким вот образом дал нам подсказку? Да может, по ней какие-то дети лет двадцать назад географию изучали.

– И все же, – призадумалась Вера. – Поехали-ка навестим жену похищенного профессора. Попробуем еще раз поговорить с ней.

Женщина, встретившая следователей, выглядела невыспавшейся, изможденной, очень уставшей.

– Третий день, как Володеньку не могут найти, – сообщила она, в общем-то, ни к кому не обращаясь. Все и так знали, что Владимира Лучикова похитили трое суток назад.

– Евгения Петровна, припомните, с кем общался ваш муж в последнее время. Может, у него были деловые или дружеские

встречи, о ком-то он что-то рассказывал?

В последнее время у Володеньки было много встреч. Его открытие произвело настоящий фурор. Володю приглашали на телевидение, брали интервью журналы. Его звали на симпозиумы, конференции, даже лекции в институте читать.

– Может быть, у него были приближенные люди – помощники, водитель, пресс-секретарь? – не сдавалась Вера.

– Ну как же, Никита Юрьевич – наш водитель. Он и сейчас здесь, могу его позвать, но он тоже уже не единожды давал показания. Была помощница Светлана Агеева, ее, кажется, тоже опрашивали. Где она сейчас, я не знаю. Мы не были с ней близки. Мне она казалась прилебательницей, которая хочет выстроить карьеру за счет моего мужа. Появилась из ниоткуда, сразу втерлась в доверие. Так, кто еще? Еще друг Георгий Носов. Он преподаватель вуза, они с Володенькой друзья. Общался много и часто, у

них масса общих интересов и многолетняя дружба. Ну и мы, близкие, – я и двое наших детей, Диночка и Арсений. Вы кого-то подозреваете?

– Я почти уверена, что знаю, кто может быть причастен к похищению вашего мужа. Осталось найти этого человека и узнать, где держат Владимира.

– Я готова заплатить выкуп, – заплакала женщина, – мы с детьми почти собрали нужную сумму.

Не торопитесь, возможно, это не понадобится, – ободряюще посмотрела Вера на женщину. А затем, сделав жест рукой, позвала Быкова поторопиться на выход.

Любовь АНИНА



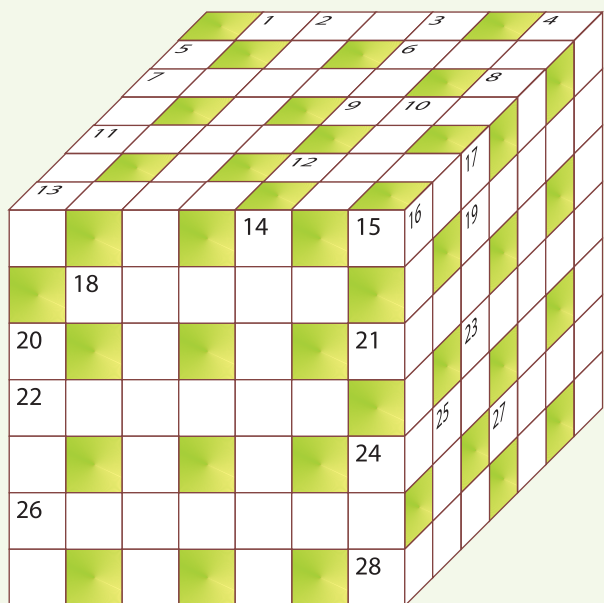
Кого Вера подозревает в похищении профессора и почему?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 27: о том, что мужчина пытался ограбить одну из пассажирок, Вера догадалась, впервые, увидев в его руках ботинки. Он снял их, чтобы не производить шума. Если, как он утверждает, путешествует один, то зачем ему это делать, заходя к себе в каюту? А во-вторых, открыть чужую каюту своим ключом у него вряд ли получилось бы, скорее всего, он использовал отмычки. Что же касается ответа на задачу Максима, то тут все просто. Сначала на лодке должны переправиться обе женщины, затем одной следует вернуться и передать лодку для переправы одному из мужчин. Тот переправляется, и на лодке обратно возвращается стоявшая там дама. Потом две женщины снова переплывают вместе на другой берег, после одна возвращается и передает лодку второму мужчине, который переплывает на другой берег. Стоявшая там женщина возвращается одна назад и забирает другую женщину. Вот все и переправилось, хоть и не очень быстро.

Рис. Ирины Светловой

КРОССВОРД «КУБ»



Это объемный вариант обычного кроссворда, расположенный на трех гранях куба. Начинается как обычно – по горизонтали, по вертикали – но некоторые слова продолжают и на другой грани.

По горизонтали: 1. «Кули-нарная пауза» во время рабочего дня. 4. Главное качество скупердя. 6. Поднятие штанги на грудь, а затем над головой до выпрямления рук – отмененное упражнение у штангистов. 7. Лечебная смо-

ла из горных «аптек». 8. Обживание целины. 9. Любитель по-транжирить. 11. «Тушенка» из всего, что нашлось в огороде. 12. Умение стильно одеваться. 13. Аксессуар, с которым по миру пускают. 15. Барышня, гуляющая вдоль Темзы. 18. «Черта оседлости» зверей.

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Обед. 4. Жадность. 6. Жим. 7. Мумие. 8. Освеивание. 9. Мот. 11. Рат. 12. Вкус. 13. Сума. 15. Мисс. 18. Аргент. 19. Отвод. 21. Шмат. 22. Ратник. 23. Кредо. 24. Ярка. 26. Балзам. 27. Лист. 28. Сидр. **По вертикали:** 2. Бумагомататель. 3. Джем. 4. Жмот. 5. Юморист. 10. Очко. 14. Мафозия. 16. Измор. 17. Сотка. 20. Проба. 24. Ямс. 25. Кед.

19. Отстранение судьи от дела. 21. «Единица измерения» сала. 22. Воин в шишаке. 23. Принципы, ведущие по жизни. 24. «Барышня», на которую заглядывается баран. 26. ...ополаскиватель для волос. 27. Фиговая одежда для Адама и Евы. 28. Алкоголь от садовода, выращивающего яблони.

По вертикали: 2. Бездарный писатель, писака. 3. Яблочный «фарш» в пирожке. 4. От него и снега зимой не дождешься. 5. Артист разговорного жанра, на концерте которого зрители хохочут до слез. 10. Спортивный балл, «подаренный» жюри. 14. В сериале: каждый из членов клана Сопрано. 16. Взять неприятеля на ... 17. Мерило дачных угодий. 20. Выбита на перстне. 24. Тропическое клубнеплодное растение. 25. Приобщился к спорту дед, натянув на ногу ...

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

■ 8 (901) 346-07-87, 8 (985) 071-55-22 Водитель (категория С) на ассенизаторскую машину, ассенизатор. Сбор и транспортирование ЖБО по маршруту (Москва и Московская область). Вахта 15/15, 30/30, возможность проживания. 3/п от 60 000 до 70 000 руб. Тел.: 8 (901) 346-07-87, 8 (985) 071-55-22.

■ 8 (917) 566-72-39 Охранник в ЧОУ «АСФорт», срочно! ВАХТА в Москве 20/10, 15/15. Тел.: 8 (917) 566-72-39, Сергей Анатольевич

**ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ
ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:**

8 (903) 792-47-73

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

Стоимость
строчного
объявления от **200** 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

Ваши ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ!

Чудо-шланг + ПОДАРОК!

- 30 м **990 руб.**
- 45 м **1390 руб.**
- 60 м **1790 руб.**
- 90 м **1990 руб.**



Чудо-шланг состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего износостойкого нейлона. Конструкция «два в одном» позволяет шлангу под напором воды увеличиваться в размерах до трех раз от изначального размера! Благодаря такой конструкции шланга, вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. Шланг компактный, занимает мало места при хранении и перевозке.

При покупке «Чудо-шланга» — садовый разнорезимный пистолет в подарок!

Лента «Супер Фикс»

- 1 шт. **690 руб.**
- 2 шт. **990 руб.**



Лента «Супер Фикс» — это специальный состав, который имеет тройную толщину и обработан сверхсильным клеем, который позволит ей моментально приклеиться к любой поверхности и образовать герметичное соединение, закрывая даже самые сильные течи, порезы, разрывы и т.д. Легко зафиксирована на любой ровной поверхности (пластик, металл, плитка, дерево, керамика, кирпич, бетон, стекло, брезент и т.д.) и образует герметичное соединение. Лента «Супер Фикс» заклеит влажную поверхность даже под водой!

Ультразвуковое устройство «Золушка» для бережной стирки

- 1990 руб.**
- 1290 руб.**



Сверхминиатюрное ультразвуковое устройство «Золушка» (поместится на ладони) бережно перестирывает горы белья в емкостях любого объема и обеспечит высокое качество стирки. Сверхэкономична: потребляет электроэнергию менее 20 Вт. Работает бесшумно. Благодаря компактному размеру машинку удобно брать с собой в командировку, на дачу. Она легко помещается в обычной сумке. Устройство может постирать кружные вещи, и вам не придется сдавать их в химчистку (одеяла, скатерти, гардины, шторы).

Отпугиватель грызунов и насекомых

- 2 шт. **990 руб.**



Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает дом, квартиру, промышленное предприятие площадью до 200 кв. м. Просто вставьте его в розетку. Можно использовать, если в доме дети, собаки и кошки, безопасен для Ваших домашнихцев. В него встроены уютный ночник.

1+1 Купи один и получи второй в подарок!

Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

- 1290 руб.**
- 790 руб.**



Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт — нервущиеся колготки! Они представляют собой переплетения миллиона мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть более устойчивыми к внешним воздействиям. Держат форму, не теряют своих качеств даже после 2 тыс. стирок. Отлично скрывают недостатки фигуры, особенно «апельсиновую корку» в области ягодиц и галифе. Повышают тонус, защищают ноги от переутомления благодаря специальным вставкам в области носка. Колготки не скрывают движений и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищают вены и сосуды.

Мини-кондиционер

- 2990 руб.**
- 1990 руб.**



Компактный персональный охладитель, наполняющий воздух вокруг вас приятной прохладой всего за несколько минут. Обладает легким весом и бесшумным вентилятором, имеет 3 скоростных режима. Охлаждает нагретый воздух, создавая в зоне отдыха комфортный микроклимат. Просто добавь в него воду и нажми кнопку. Охладитель повышает влажность в помещении и дополнительно очищает воздух. Через влажный фильтр проходит теплый воздух, который мгновенно становится охлажденным. Прибор охлаждает горячий воздух, превращая его в прохладный и освежающий. Обладает привлекательным дизайном и встроенной подставкой, может использоваться как ночник.

Вертикальная суперсушилка для белья

- 2990 руб.**
- 2490 руб.**



Суперсушилка позволит высушить три загрузки стандартной стиральной машины. Три яруса плюс две дополнительные планки для плечиков позволяют сушить как постельное белье, так и деликатные изделия. Например, рубашки и блузки. Покупая одну, фактически вы получаете сразу три сушилки — ведь вы сможете развесить на ней до 50 единиц белья. Больше не нужно ломать голову над тем, как и где это все развесить! Быстро складывается и занимает очень мало места. Имеет 4 колеса. Сушите любые вещи — от новых платков и постельного белья до штор и мягких игрушек!

Светильник «Чемпион солнечная батарея» + второй в подарок!

- Суперцена!**
- 1190 руб.**



Уникальная разработка военной промышленности теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели. Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа с ярким мягким светом, мощный фонарь проекторного типа, зарядное устройство «power bank». Создает круговое освещение на 360 градусов и виден даже с расстояния 3 км. Срок службы светодиодных панелей — 100 000 часов, а это означает, что при обычном использовании светильником можно пользоваться всю жизнь. Находясь на рыбалке, охоте, в походе, на даче, в кемпинге на природе и т.д., вам не придется переживать, что в самый ответственный момент останется без мощного источника света, т.к. кемпинговый фонарь имеет два источника питания: солнечную батарею и встроенный аккумулятор большой емкости. Вы не останетесь без связи и сможете подзарядить телефон от разъема USB, который встроен в фонарь.

Новейший автоматический веник

- 1890 руб.**
- 990 руб.**



Автоматический веник необходим любой хозяйке на каждый день. По бокам прибора размещены щетки, которые вращаются и собирают мусор. Работает без батареек и электричества. Соприкасаясь с поверхностью, щетки начинают двигаться. Боковые щетины веника собирают мусор и подметают его к центральному валу. Пыль и грязь попадают в специальный контейнер. Основание ручки вращается на 360° и сильно облегчает работу.

Усилитель звука

- 1790 руб.**
- 1190 руб.**



Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный усилитель звука со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Подходит для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе на праздниках и дома. Не является медицинским изделием.

Матрас топпер с анатомическим эффектом

- Суперцена!**
- от 1690 руб.**

Размеры: 70x200 см; 90x200 см; 120x200 см; 140x200 см; 160x200 см

Делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника, бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кровати, матрасов, разглаживает ямки и перепады.

Авточехлы «Новая жизнь»

- 2990 руб.**
- 1990 руб.**



Чехлы изготовлены из специальной трекслонной ткани «Вин-Люкс». Размеры чехлов универсальны, подходят для любой машины.

Самогонный аппарат «Маруся»

- 2990 руб.**
- 1690 руб.**



Производит 1000 мл самогона в час! Не требует водопровода. Подробная инструкция. Россия.

Вкусоароматические концентраты на 300 литров коньяка каждому в подарок!

Многофункциональный парогенератор

- 2590 руб.**
- 990 руб.**



Прибор сочетает в себе такие функции, как: паровой утюг, парогенератор, пароочиститель и увлажнитель воздуха. Выработывает непрерывный поток пара, за счет чего хорошо проникает в ткань и расправляет складки, чистит, дезинфицирует и избавляет от неприятного запаха. Уничтожает пылевых клещей и бактерии. Попробуйте погладить им шторы, освежить кресла и диван, избавиться от аллергенов и пыли на подушках и одеялах. Борется с неприятными запахами и пятнами пота. Прекрасная модель среди ручных отпаривателей.

Утилизатор отходов SANEXS

- 1790 руб.**
- 1290 руб.**

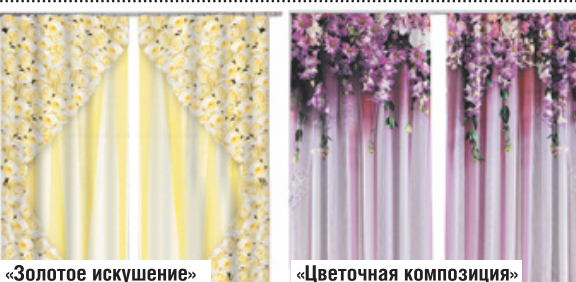


Хозяева частного дома, где нет подключения к центральной системе канализации, сталкиваются с вопросом очистки накопительной емкости. Упростит задачу «Санэкс» для септиков и выгребных ям. Перерабатывает жиры, органику, бумагу, остатки пищи и отходы жизнедеятельности. Попадая в выгребную, сливную яму, туалет, канализационную систему, «Санэкс» перерабатывает ее содержимое в воду, ликвидирует неприятные запахи органического происхождения и уменьшает содержимое в объеме почти в 30 раз. Упаковки 400 г хватит на 4 летних сезона.

Фотошторы + Тюль в подарок!

Габардин (150x270) 2 шт. 3D-печать. Цветы как живые!

- 2990 руб.**
- 1990 руб.**



«Золотое искушение»

«Цветочная композиция»

Набор из шести мисок разного объема из нержавеющей стали

- 1890 руб.**
- 990 руб.**



Ножеточка

- 2 штуки по суперцене 990 руб.**



Правильная и эффективная заточка ножей надо! Имеет специальные направляющие, которые позволяют заточить нож по всем правилам — с нужным углом заточки. Моментальная и качественная заточка обеспечит долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием. Имеется специальный разъем для ножиц и отвёрток.

Бюстгальтер корректирующий «Ах Бра»

- 1710 руб.**
- 990 руб.**



Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без петелек, крючков, швов и косточек; не собирается складками и не сдавливает по бокам; делает декольте соблазнительным; эластичный, не ограничивает движений, удобно заниматься спортом. Размер «Ах Бра» совпадает с размером вашей одежды (майки, рубашки): S 40-42, M 42-44, L 46-48, XL 50-52, XXL 52-54, XXXL 54-56.

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

- 1 шт. **790 руб.**
- 2 шт. **990 руб.**



Очки-лупа дают визуальное увеличение предмета на 160% и при этом оставляют ваши руки свободными. Они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения различных работ, требующих большой точности! Не являются медицинским изделием.

Говорящий хомьяк

- 1790 руб.**
- 990 руб.**



Уникальные развивающие игрушки способны рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Повторяют все произнесенные слова и звуки на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует с Вами и имитирует хохот!!! Поднимут настроение и помогут развеять дурезей! Покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Кукла-повторяша

- 1790 руб.**
- 1190 руб.**



Умные очки «Анти-блик»

- Суперцена!**
- 790 руб.**



В комплекте: очки, чехол, салфетка для ухода. Улучшают видимость на дороге днем и ночью при вождении автотранспорта. Убирают блики на воде во время рыбалки. Защищают глаза во время работы с опасными инструментами. Можно надевать поверх обычных очков с диоптриями.

Мультирезка с контейнером «Миг» 5 в 1

- 2 штуки по суперцене 990 руб.**



Овощерезка «Миг» 5 в 1 — многофункциональное приспособление для быстрого измельчения не только овощей, но и других продуктов! Нарезайте тонкими и толстыми ломтиками, кубиками, дольками и соломкой.

Плита индукционная (настольная)

- 3890 руб.**
- 1990 руб.**



Незаменимая кухонная техника не только для дачи, но и для владельцев маленькой кухни. Легкая, компактная, высокоэффективная. Регулируемая мощность. Посуда быстро нагревается, а поверхность плиты остается холодной. Упавшие продукты или брызги жира не подгорают. Нагревает в разы быстрее, электроэнергия расходуется гораздо экономней!

Электрический измельчитель «Молния»

- 1490 руб.**
- 1290 руб.**



Измельчитель «Молния» — незаменимый помощник на кухне. Он один заменяет несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). Компактный размер. В нем: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пирирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. Измельчитель «Молния» справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи), помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и пр.).

Мультилайсер «Китчен Мастер» (3 барабана в комплекте)

- 1290 руб.**
- 990 руб.**



Мультилайсер «Китчен Мастер» схож с мясорубкой внешне и по принципу работы. Это своего рода терка современного типа. Режет овощи ломтиками, брусками, соломкой, кругами и сохраняет их сочными, делает крошку из шоколада, перетирает орехи, натирает сыр и готовит панировку, шинкует капусту в салат, картофель тонкими пластинами. Легко комбинируется и надежно закрепляется на столе. Лезвия из высококачественной стали, не нуждаются в заточке.

Набор кастрюль

- 1890 руб.**
- 990 руб.**



Каждая кастрюля изготовлена из цельного листа углеродистой стали и покрыта жаропрочной эмалью. Диаметр: 16, 18 и 20 см.

Фиксатор голеностопа «Легкий шаг»

- 2 штуки по суперцене 990 руб.**



Бандаж фиксирует голеностопный сустав в анатомически правильном положении, обеспечивает его неподвижность и стабилизирует. Не изнашивается хрящевая ткань. Не атрофирует связки и мышцы. Сводится к минимуму риск получения растяжений, ушибов, вывихов.

Наколенник «Двигайся легко»

- 2 штуки по суперцене 990 руб.**



Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги. Уменьшает нагрузку на сустав, не нарушает кровоток, незаметен под одеждой. Универсальный размер. Максимальный обхват ноги до 50 см.

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас! Информацию об организаторе акций, правилах их проведения, кол-ве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по тел. 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 14.07.2021 г. по 04.08.2021 г. *По итогам продаж 2020 г. ООО «Топ-Шоп» ОГРН 1177746729115/19.07.2017. Юр. адрес: 115191, г. Москва, ул. 2-я Рощинская, 4, эт. 5, пом. 1а, ком. 1 раб. М №ХII. Товар сертифицирован. Реклама.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ
8 (499) 213-03-16 Работаем без выходных с 09.00 до 20.00