

ГИГАНТСКИЕ СКИДКИ к дачному сезону!

Реклама

ИЩИТЕ
на стр. 31

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№19
(392)

ТВ-программа с 15 по 21 мая 2023 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

КАНАЛОВ
ТВ

КАК ПРАВИЛЬНО
ХРАНИТЬ
УКРАШЕНИЯ?

стр. 7

ПРЯЧЕМ ВОЗРАСТ
ЗА ОДЕЖДОЙ

стр. 30

ЯНИНА
СТУДИЛИНА

МОЯ ПРОФЕССИЯ ПОЗВОЛЯЕТ
ПРОЖИТЬ МНОГО ЖИЗНЕЙ

стр. 2

НЕОБЫЧНЫЕ
СПОСОБЫ
ПРИМИРЕНИЯ
В СЕМЬЕ

стр. 4

ВАФЛИ:
ЛАКОМСТВО
НА ЛЮБОЙ
ВКУС

стр. 8

12+

Фото: Вадим Гараканов/ТАСС

ISSN 2313-4933



917723131493770 23019

Актриса Янина Студилина («Ранетки», «Город соблазнов», «Остров», «Седьмая симфония», «Белая гвардия», «Турецкий транзит») приступила к съемкам во втором сезоне долгожданного сериала «Сёстры» и постоянно ищет для себя новые вызовы в жизни.

Такими испытаниями уже стали проекты «Танцы со звездами» и «Ледниковый период», а теперь новый этап в ее карьере – театральный. Актриса готовится выйти на сцену Театра Луны на Ордынке в премьеру городского мюзикла «Маяковский» в роли Лилии Брик. Маяковского сыграет актер Александр Песков.

Умная женщина

– Янина, у вас сейчас невероятно напряженный график: с утра до вечера в театре, затем ночные либо вечерние съемки в сериале...

– Дело в том, что 18, 19 и 23 мая на основной сцене Театра на Малой Ордынке состоится премьера спектакля «Маяковский»: в этом году исполняется 130 лет со дня рождения поэта. 12 мая в честь приближающегося юбилея мы еще выступим с концертом на станции метро «Маяковская». Приглашаю!

– Вы сразу согласились на эту роль?

– Лилия Брик – это роль мечты. Сильная, властная, умная, сводящая мужчин с ума женщина. Мне, как актрисе, очень интересно разгадать секрет Лилии Брик. Любовный треугольник отношений Оси (мужа), Лилии и Маяковского известен, они даже жили вместе, считая себя семьей будущего. Такое время было.

Кстати, кроме того, что играю Брик, еще участвую во всех танцевальных номерах спектакля, перевоплощаясь то в пионерку, то в одну из сестер Маяковского, то в матроса.

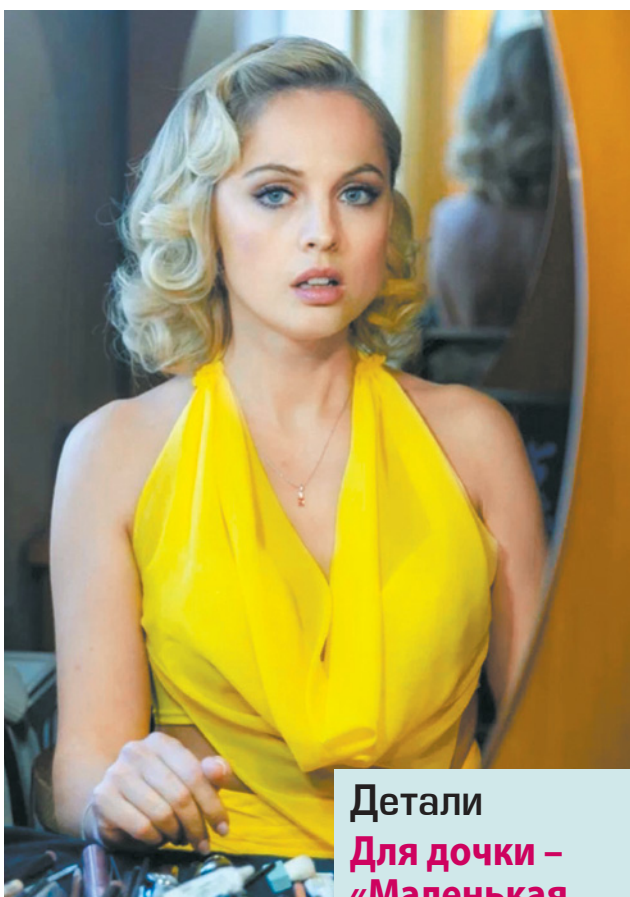
Спектакль получается живой, музыкальный (идет полтора часа без антракта в сопровождении живого оркестра), очень динамичный.

– Вам не привыкать выходить на танцпол. Вы участвовали в телепроекте «Танцы со звездами».

– Совершенно верно, но в этом музыкальном спектакле я впервые предстану перед зрителем в качестве актрисы, певицы и танцовщицы одновременно. Так что засыпаю и просыпаюсь с мыслями о Маяковском (смеется).

Янина СТУДИЛИНА:

Моя профессия позволяет прожить много жизней



Маяковский – Александр Песков, Лилия Брик – Янина Студилина.

Детали

Для дочки – «Маленькая Луна»

– В одном из интервью вы сказали, что по возможности стараетесь на работу брать дочку. Но в этом есть опасность подцепить «театральный вирус».

– В силу моей большой занятости Анечка много времени проводит с мамой, которая очень мне помогает. А поскольку по дочке скучаю, стараюсь брать ее на те мероприятия, где присутствие ребенка уместно. Анечке шесть лет, и она растет творческой личностью. Как только я начала работать в театре, она проявила к нему большой интерес, уже трижды посмотрела «Маленького принца». Теперь хочет походить на пробные уроки актерского мастерства в детскую студию при театре «Маленькая Луна». Просит, чтобы водили еще на вокал и танцы. Так что «вирус», о котором вы говорите, думаю, она уже подцепила.

Подробности

Учились жить с роботом

– После репетиций в театре вы сразу едете на съемочную площадку, где началась работа над вторым сезоном сериала «Сёстры», совместного проекта START и канала СТС. Что нового ожидает зрителей?

– В новом сезоне моя героиня Лена кардинально меняется – не только внешне, меняется вся ее жизнь. Если в первом сезоне она была нетипичной блондинкой – доброй, человеческой, искренней, мягкой, то во втором сезоне в силу семейных обстоятельств заметно преобразуется. Во-первых, устраивается на работу, превращается в настоящую бизнесвумен. Ей хочется изменить не только себя, но и окружающий мир. Во-вторых, она встретит новую любовь... К сожалению, не могу рассказать весь сюжет, в котором много всего любопытного. Одно скажу: сценарий второго сезона интереснее первого.

– У вас в производстве ещё одна картина – «Кибер Иван», тоже для канала СТС.

– Съемки только закончились. В этом сериале я играю жену министра, роль которого досталась замечательному Камилу Ларину. Сюжет истории заключается в том, что в наш дом попадает... робот, и с ним теперь нужно учиться жить. Это комедия, которая, надеюсь, понравится зрителям, и у нее будет продолжение.



Янина Студилина и Камил Ларин.



На съёмочной площадке сериала «Сёстры».



Схудоженным руководителем Театра Луны Евгением Герасимовым.

Из экономистов в артисты

– Вы пришли в Театр Луны в прошлом году. Как решилась востребованная киноактриса связать жизнь с репертурным театром?

– Сцену я любила всегда. Просто сразу после училища начала много сниматься. Съемки в кино и сериалах настолько забирали время, что его не оставалось на театр. Но актерская профессия нестабильная, сегодня у тебя много работы на площадке, завтра тишина. Всплески и затишье есть даже у самых топовых артистов. Когда появился ребенок, захотелось стабильности, некоей упорядоченности, которые как раз дает театр. И потом – это настолько живой организм, что ни один спектакль не похож на другой. Сегодня у меня в театре три названия: «Ночь нежна», «Маленький принц», «Маяковский», все мне одинаково дороги.

– Сочетать работу в театре, кино и маленького ребёнка, наверное, очень сложно?

– На самом деле это большое счастье – дочка, семья, любимая работа. Что еще нужно? До театрального вуза я окончила финансовую академию. Если бы осталась работать по специальности, была бы только экономистом. Моя нынешняя профессия дает возможность прожить много жизней, это невероятно интересно.

Искусство конкурировать

– Не могу не спросить о вашем участии в телепроекте «Ледниковый период». Вы были так расстроены, когда попали в номинацию! Но это всего лишь шоу...

– Я была не просто расстроена, я рыдала (смеется). Этот проект меня многому научил: не только кататься на коньках, он проверил мою силу воли, возможность держать себя в соревновательных ситуациях. Уметь конкурировать – большое искусство, которым нужно владеть. Для меня большой поддержкой стали слова Татьяны Анатольевны Тарасовой, которая мне на прощание сказала: «Если будет возможность, ты должна вернуться в этот проект». Услышать такую поддержку от тренера высочайшего уровня дорогого стоит. Признаться: я полюбила лед и верю, что он еще ко мне вернется.

Наталья АНОХИНА

Никита Михалков вручил награды

Российский фонд культуры подвёл итоги 8-го Международного конкурса имени Сергея Михалкова на лучшее художественное произведение для подростков.

– Важно стимулировать людей писать для детей и подростков. Считаю, что эту премию нужно делать более масштабной, на уровне государства, потому что дети – это дело государственное, – сказал в приветственном слове председатель Фонда Никита Михалков.

Как ни трудно было жюри выбирать лучших, тем не менее, вердикт был вынесен: первое место, сертификат на призовую сумму в 1 миллион рублей и медаль вручили москвичке Маргарите Мамич за книгу «Рельсы под водой». Второе призовое место заняла 20-летняя Алиса Коротовских за повесть «Сочинение без шаблона». Третье место, диплом победителя и медаль получил Виктор Лановенко из Севастополя.

Фото Асу Шалдиной



Юлианна Караулова сменила Дмитрия Диброва

На Первом канале – премьера обновлённого шоу «Кто хочет стать миллионером?». Поменялись правила, студия и ведущий. Теперь вместо Дмитрия Диброва вопросы игрокам будет задавать Юлианна Караулова. Кроме того, принять участие в шоу теперь может любой, кто хочет проверить себя на эрудицию и интуицию. Для этого достаточно заполнить анкету на официальном сайте Первого канала.



В каждом выпуске – шесть игроков, они занимают места за стойками с мониторами. Им задают вопрос с четырьмя вариантами ответа, и кто первым даст верный ответ, тот садится в игровое кресло напротив ведущей. Чтобы выиграть главный приз в три миллиона рублей, необходимо правильно ответить на 15 вопросов из разных областей знаний.

– На съемках первых программ было непривычно, ведь я привыкла все время куда-то бежать, торопиться, а формат игры не терпит суеты, – рассказывает Юлианна Караулова. – Очень хочу, чтобы передачу смотрели, чтобы она нравилась, находила новых зрителей и поклонников. Надеюсь, так и будет.

Фото пресс-службы Первого канала

Любовь на все времена

Телеканал Домашний готовится к премьере сериальной мелодрамы «8 лет в ожидании любви». В ролях: Анна Леванова, Василий Бриченко, Владимир Андриянов, Юлия Дробот, Ксения Золотухина, Никита Суворов, Людмила Ячменева, Анастасия Морозовская и другие артисты.

Светлана и Вадим собирались пожениться. Счастье влюбленных разрушил несчастный случай – защищая Свету, Вадим ввязался в драку, в ходе которой погиб один из хулиганов. Вадима осудили на восемь лет, а Света узнала, что беременна... Двоюродный брат Вадима Михаил, влюбленный в Светлану, берет на себя заботу о ней. Ему удается убедить Вадима бросить девушку, чтобы не портить ей жизнь. И он сам делает Свете предложение, обещая заботу о ее малыше. Та соглашается. Но, когда Вадим выходит на свободу и снова появляется в ее жизни, Света понимает, что чувства к нему не угасли...

– Моя героиня Светлана – поэтическая натура, она немного иначе видит и чувствует мир, – рассказывает актриса Анна Леванова. – Она настоящая, чувствующая, живая...

Фото пресс-службы телеканала Домашний



«Сёстры» снова занялись автосервисом

В Москве начались съёмки второго сезона сериала «Сёстры». По сюжету три сестры (в исполнении Анны Котовой, Ангелины Стречиной и Лины Миримской) пытаются решать дела автосервиса, который достался им в наследство от отца.

– Наш проект стал своего рода психотерапией: в социальных сетях люди мне писали, что сериал их морально поддерживал и был некой отдушиной в тяжелый период, – рассказывает исполнительница одной из главных ролей Анна Котова. – Наверное, потому, что «Сестры» – душевная комедия, а ее персонажи близки людям, понятны и смешны.

В проекте также снимаются Артём Ткаченко, Янина Студилина, Антон Филипенко, Николай Шрайбер, Александр Обласов и другие артисты. А в режиссерском кресле – Илья Силаев.

«Классная Тема!» снова ищет учителей

Телеканал «Россия» и Министерство просвещения Российской Федерации при поддержке информационной компании VK запустили Всероссийский



отбор участников нового сезона телешоу «Классная Тема!». Проект, посвященный современным учителям, стартовал в 2022 году по поручению президента Российской Федерации Владимира Путина. Принять участие в телешоу «Классная Тема!» могут учителя физики, химии, математики, биологии, географии, истории, русского языка и литературы из любого региона страны.

В 2022 году шесть тысяч педагогов со всей страны приняли участие в отборе. В итоге в финал по результатам Всероссийского народного голосования вышли семь педагогов, а победителем стал учитель физики из города Нальчик Аслан Кашежев.

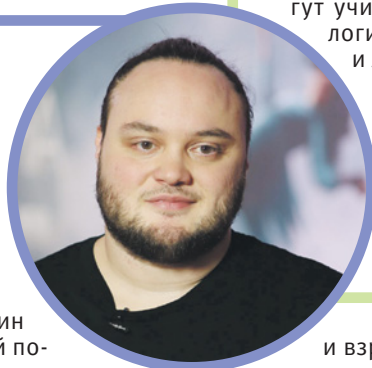
Фото телеканала «Россия»

Ждун станет героем кино

Кинокомпания «Наше кино» приступает к работе над полнометражной семейной комедией под рабочим названием «Ждун». Режиссером фильма выступит Дмитрий Суворов.

Для тех, кто не знает, Ждун – один из необычных персонажей, который появился в мае 2016 года.

– Мы все вечно чего-то ждем, – поясняет задумку режиссер Дмитрий Суворов. – То завтра, то понедельник, то наступления весны и так далее. Это будет основной управляющей идеей фильма. Мы постараемся сделать кино для широкой аудитории, потому что в нашей истории есть вещи, которые будут трогать



и взрослых, и детей. А главное – есть милый персонаж. По сюжету Ждун – инопланетянин, и он случайно попал на нашу планету. Он знакомится с мальчиком, который приехал на каникулы к бабушке с дедушкой. Мальчик должен будет помочь Ждуну вернуться на свою планету, а Ждун поможет мальчику и его семье разрешить все накопившиеся проблемы.

Фото Вадима Тараканова

Нежный цветок – золотой глазок

Одуванчик, наверное, самый популярный цветок-сорняк, который очень любят дети. Все мы в детстве по тем или иным причинам срывали одуванчики и даже набирали целые букеты. 13 мая во многих странах отмечается Всемирный день одуванчика. Давайте проверим, что вы знаете про одуванчик?

1 Самый известный вид – одуванчик лекарственный (полевой, аптечный, обыкновенный). У этого растения в старину было несколько названий. Например, за неиссякаемую живительную силу его величали эликсиром жизни, бабушкиной травой, мартовским кустом, золотым глазком. В разных регионах России народное название цветку дало голое цветоложе, которое остаётся, когда семена облетают: пустодуй, шапочка. А за рубежом в некоторых странах одуванчик называли «монашеская голова». Наличие млечного сока дало всё тому же цветку и такие названия: подойничек, молочник. А благодаря чему одуванчик получил название, которое со старофранцузского переводится как «вмятина льва», а с немецкого – «зуб льва»?

а) Листья. **б)** Трубчатый стебель. **в)** Одно из 300 лучевидных соцветий цветка.

2 Цветок одуванчик, принадлежащий к семейству ромашек, с большим успехом применяются в кулинарии: поджаренные корни служат суррогатом кофе, листья используют в салатах, из бутонов готовят «одуванчиковый мёд». В некоторых странах листья заквашивают, как капусту. Ещё одно использование одуванчика предложил Рей Брэдбери, назвав так свою повесть. вспомните название повести Брэдбери.

а) «Варенье из одуванчиков». **б)** «Вино из одуванчиков». **в)** «Обед из одуванчиков».

3 «Божий одуванчик» – одно из устойчивых выражений, фразеологизм: так с долей иронии называют беззлобного, беззащитного, слабого и наивного человека. вспомните, в какой советской комедии Леонида Гайдая «божий одуванчик» должен был охранять склад, но в связи с семейными обстоятельствами доверил это нелёгкое дело студенту?

а) «Не может быть!». **б)** «Операция «bl» и другие приключения Шурика». **в)** «Спортлото-82».

ОТВЕТЫ

1-а. Зубчатые листья. **2-б.** «Вино из одуванчиков». **3-б.** «Операция «bl» и другие приключения Шурика». **Новелла** «Операция «bl»».

СЕКРЕТ УСПЕХА

Если на работе сдали нервы...

Нервное напряжение, стресс – это реакция организма на сильный раздражитель. А где, как не на работе, сотрудников ежедневно подстерегает множество этих самых раздражителей? Как справиться с этим состоянием? Предлагаем несколько способов выхода из стрессовых ситуаций.



Остановка в пути

Если в процессе работы вас кто-то задел, связыв в вашу сторону или нагрубил, не спешите отвечать грубостью на грубость. Сделайте паузу и ненадолго выйдите из кабинета. Во время стресса у человека появляются складки между бровями, губы становятся напряженными, а грудная клетка сжимается, как бы закрываясь от окружающей действительности. Ваша задача усилить волю разглядеть межбровные складки, расслабить губы и выпрямить плечи.

Конструктивное общение

Если вас что-то не устраивает в рабочем процессе, сообщите об этом руководителю. Не ждите, пока уровень негатива зашкалит. Донесите свои мысли тактично и корректно. Это будет гораздо эффективнее и рациональнее.

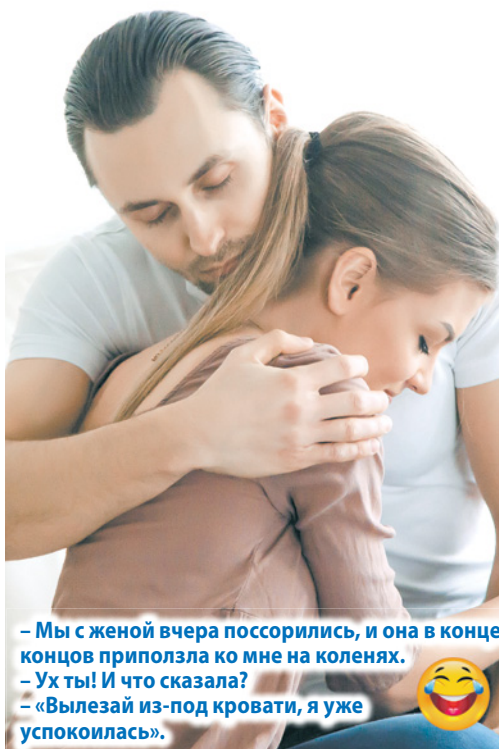
На работе – работа, дома – отдых

Мысленно возвращаясь к рабочим вопросам после ухода из офиса, вы не даете организму отдохнуть, а значит, и восстанавливать силы. Чтобы полноценно подготовиться к новым трудовым свершениям, занимайтесь спортом хотя бы пару раз в неделю. Это снижает уровень стресса. А еще – используйте техники дыхательной гимнастики, медитацию. Чаще общайтесь с друзьями (причем не в соцсетях, а лично) и обнимайтесь. Это отличная возможность повысить уровень оксигениции и получить удовольствие от жизни!

Нестандартные пути к согласию в семье

Давайте для начала обсудим стандартные способы договориться со второй половинкой.

Если речь идет о женщине, то ее обычный «набор» – обиды и скандалы. Чтобы добиться своего, жена частенько обижается и перестает разговаривать (в надежде, что муж сдастся и выполнит ее просьбу) или эмоционально вываливает на благоверного свои претензии, накопившиеся за годы брака. Мужчины же чаще всего замыкаются в себе и надеются, что все как-то само решится. Чем плохи эти способы? Тем, что практически безрезультатны! Давайте попробуем применить другие, более эффективные, хоть местами и необычные.



– Мы с женой вчера поссорились, и она в конце концов приползла ко мне на коленях.
– Ух ты! И что сказала?
– «Вылезай из-под кровати, я уже успокоилась!»

Аксиома: разговор вместо крика

Представьте: пара в конфликте. Одна кричит, другой молчит (или тоже кричит в ответ). Со стороны это выглядит как забивание гвоздей микро-скопом. Дар речи, которым обладают люди, используется грубо и не по назначению. Возможно, крик дает возможность выплеснуть эмоции. Но к согласию он не приведет. Гораздо эффективнее использовать разговоры для поиска компромисса. А для этого важно, чтобы:

- разговор происходил в спокойной обстановке,
- оба участника были заинтересованы в достижении подходящего для обоих результата,
- этот способ использовался каждый раз при возникновении конфликта.

На заметку

Если ссора, то правильная

Жизнь – штука не идеальная. И как бы вы ни стремились к конструктивному диалогу, время от времени ссоры все-таки вспыхивают. На этот случай нужно разработать инструкцию (подобно схеме эвакуации на случай пожара), которой вы оба будете следовать.

Смешное стоп-слово

Вспомните любимый анекдот, шутку или смешную ситуацию, в которой вы оба оказывались. Договоритесь, что в момент разговора на повышенных тонах тот, у кого кончилось терпение, произносит слово из этой ситуации. Ваш мозг тут же включит цепь приятных ассоциаций, и ссора будет поставлена на паузу.

Ритуал примирения

Опять же заранее договоритесь о действии, которое без слов скажет вашему партнеру о вашей готовности к примирению. Например, сварите своей второй половинке его любимый кофе. Или включите его любимый фильм. Или прочтите стихотворение, которым покорили ее сердце в период ухаживания. Это действие должно без слов сказать близкому человеку: «Я тебя люблю. Ты мне очень дорог/дорога. Давай не будем больше дуться друг на друга?»

Правила конструктивного диалога

1 Обращение по имени. В зависимости от ситуации можно выбрать обычное имя или уменьшительно-ласкательное. В любом случае, звук собственного имени воспринимается человеком позитивно, он концентрируется на дальнейшей информации. Имя – своего рода кодовое слово, которое «включает» сознание.

2 Мягкая игрушка для самоконтроля. Если вы знаете за собой способность вспыхивать словно спичка, во время разговора держите

в руках что-то мягкое – например, игрушку из искусственного меха или шелковую подушечку. Словом, вещь, мягкую на ощупь. Трогая и поглаживая ее, вы будете невольно настраивать свою речь на мягкий стиль – ровный голос, спокойную интонацию. Если же почувствуете, что во время диалога откручи-

ваете игрушке голову, вспомните аксиому. Или прервитесь на некоторое время для прогулки, чтобы вернуться в спокойное состояние.

3 Разговор на ходу. Психологи утверждают, что разговор во время неспешной прогулки может быть гораздо более конструктивным, чем во время сидения на диване. И вы, и ваша вторая половинка будете невольно распределять свое внимание между словами и тем, что происходит вокруг. Плюс работа мышц (а их во время ходьбы задействовано более 200!) заставляет мозг работать более эффективно. Подходящее вам обоим решение может прийти быстрее, чем во время беседы сидя.

Важное условие

Недаром в русских народных сказках говорили, что добра молодца надо накормить, напоить и спать уложить. И только потом о чем-то с ним договариваться. Старый сказочный совет – это настоящая народная мудрость. Хотите прийти к согласию? Убедитесь, что ваша половинка и вы сами сыты, нормально выспались и готовы к диалогу. В противном случае придется вспомнить еще одну народную мудрость: молчание – золото!

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Какой динозавр сильнее?

В мультиках и кино про древнейших обитателей нашей планеты частенько описывается противостояние мирных травоядных диплодоксов со страшными хищными тираннозаврами. Мол, гигант диплодок одним ударом длинного хвоста сбивал с ног грозно ревущего тираннозавра с огромными зубами. На самом деле их существование разделено десятками миллионов лет. Кстати, и реветь тираннозавры вряд ли умели. Ученые выяснили, что они скорее чирикали или вхохотали, как птицы.



Всегда работай на результат

Известный математик Джордж Данцинг однажды в молодости опоздал на занятие в университете.

Вошел в аудиторию и увидел, что на доске записаны формулы, и он решил, что это домашнее задание. Дома Джордж долго бился над этими формулами, но все-таки решил их. Когда же он принес их преподавателю, то оказалось, что формулы были написаны для примера, как две задачи, которые невозможно решить. Порой лучше не знать о том, что задание невозможно сделать, тогда оно как-то само получается. Словом, всегда работай на результат.



Собачий вкус

Собаки по природе своей хищники и должны питаться мясом других животных.

Они даже могут различать вкус еды – сладкий, соленый, кислый или горький. Но, в отличие от нас, собаки не умеют различать виды мяса. Это человек может предпочесть свиной эскалоп бараньим ребрышкам или стейк из телятины говяжьему азу. А для собак все виды этого продукта хороши и вкусны. Лишь бы это был кусок мяса!



Велосипеды против юбок

Вторая половина XIX века – период велосипедного бума. Из игрушки велосипед становится средством передвижения, подходящим практически всем. Он обладает хорошей проходимостью, плюс его во всю рекомендуют врачи как средство от туберкулеза, невротозов и депрессии. А поскольку женщинам все эти заболевания не были чужды, велосипедная езда рекомендовалась и им. В результате это сказалося и на моде. Первые шаровары вместо юбок для езды на двухколесной машине были встречены насмешками, но вскоре, во многом из-за велосипедов, из моды вышли пышные юбки и корсет.

Светлана СИДОРЧУК

АДЕНОМА? ПРОСТАТИТ?

ВЫ ЗНАЛИ, ЧТО ЭТО ЛЕЧИТСЯ ЛАЗЕРОМ?



Уважаемые мужчины!

Я рад вам сообщить долгожданную новость! Сегодня лечение таких болезней, как простатит и аденома простаты, выходит на новый уровень!

Высокие технологии пришли в домашнюю медицину. Теперь вы легко можете воспользоваться новейшим и эффективным аппаратом «Простамаг», не выходя из дома! Благодаря лазеру, он имеет ярко выраженный лечебный эффект. Действуя мягко и деликатно, лазер буквально наполняет вас мужской силой, энергией и уверенностью!

Разве вы этого не достойны? Возьмите «Простамаг» на вооружение и попросайтесь с мужскими недугами! Успехов вам и здоровья!

Директор компании «PRODEX» Пимонов Александр Юрьевич**

Простатит и аденома простаты – это животрепещущая тема для любого мужчины. Даже тот, кто не страдает от этих недугов сегодня, прекрасно понимает о чем речь.

В этой статье мы взглянем на корень мужских проблем и расскажем про новейший способ их решения. Знать об этом сегодня – значит спокойно жить завтра!

ШОКИРУЮЩИЕ ФАКТЫ О МУЖСКОМ ЗДОРОВЬЕ

Профессор Московского Государственного Медико-Стоматологического Университета Д. Ю. Пушкарь на протяжении 10 лет исследовал около 3 тысяч пациентов, страдающих простатитом. По точному диагнозу больные были поделены на 3 группы:

- **острый бактериальный простатит (5.9%);**
- **хронический бактериальный простатит (6.8%);**
- **ХРОНИЧЕСКИЙ НЕБАКТЕРИАЛЬНЫЙ ПРОСТАТИТ (87.3%).**

Вот так! Проблема имеет хронический и небактериальный характер у 87.3% мужчин, то есть почти в 9 из 10 случаев заболевание простаты вызвано застоем крови в органах малого таза. Почти у всех нарушено кровообращение! А чем это лечится? Неужели без таблеток никак?

ЧТО НАМ ОБЫЧНО ПРЕДЛАГАЮТ?

Застой крови в органах малого таза наступает из-за сидячего образа жизни, переохлаждения, длительного воздержания, стресса, неправильного питания и других вредных привычек. Исправить это пилюлями – что-то из области фантастики.

«Прими таблетку (или добавку), и все будет хорошо: мочеиспускание нормализуется, а боли исчезнут!» – обещают нам в каждой рекламе.

Но никто не объясняет, почему. Остается только верить в «чудо», которое почему-то не происходит. Глотать таблетки, пить чудо-пилюли можно бесконечно. Жаль, что результат будет, мягко говоря, минимальным. И симптомы возвращаются...

ЧТО ЖЕ ТОГДА ДЕЛАТЬ?

Ответ вы знаете сами: нужно восстановить нарушенное кровообращение. Как добиться результата наиболее надежным и эффективным путем?

Вы только посмотрите, что может сегодня помогать: инфракрасное и ультрафиолетовое излучение, свет, тепло, вибровоздействие, электрический ток, магнитные поля и еще десятки лечебных факторов.

Все они обладают ярко выраженным терапевтическим эффектом. Но есть еще один, особый фактор. В отличие от перечисленных выше, он не встречается в природе, но обладает потрясающими свойствами, в том числе и лечебными. И это лазер!

ПЕРЕДОВАЯ ТЕХНОЛОГИЯ

Современную медицину уже тяжело представить без лазера.

Самые сложные операции проводятся с использованием лазерных технологий.

Но может ли лазер восстанавливать кровообращение и устранять застойные процессы, ничего не разрезая и не прижигая при этом?

Такая технология существует! Это инфракрасное низкочастотное излучение, на основе которого наши ученые создали потрясающий урологический аппарат «Простамаг». Современный, доступный, удобный и простой в использовании, а главное – эффективный. Но так ли он хорош?

ПОТРЯСАЮЩЕЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ

Только инфракрасное низкочастотное лазерное излучение может проникать глубоко в ткани организма и тут же поглощаться ими.

Это действительно потрясает! Снимаются спазмы с мышц, сосудов и капилляров. Нормализуется обмен веществ – клетки начинают хорошо питаться, насыщаться кислородом и избавляться от вредных веществ, копившихся в них годами!

Лазерное излучение оказывает мощное обезболивающее воздействие. Вы просто перестанете ощущать боль как при мочеиспускании, так и в обычной жизни. И необязательно травиться химией!

Воздействие инфракрасным лазерным излучением дает небывалый прилив сил и энергии!

Как? Число митохондрий – «электростанций» – в клетках растет, а также увеличивается выработка аденозинтрифосфата – нашего биологического «топлива». А значит, что Вы станете мощным и заряженным на жизнь мужчиной!

Действие, которое оказывает лазерное инфракрасное излучение:

- **противовоспалительное;**
- **регенераторное;**
- **бактерицидное;**
- **спазмолитическое;**
- **обезболивающее;**
- **противоотечное;**
- **улучшение регионарного (местного) кровообращения.**

СПИСОК ОФИЦИАЛЬНЫХ ПОКАЗАНИЙ

К использованию аппарата «Простамаг»:

- **простатит;**
- **простатоцистит;**
- **простатодиния;**
- **эректильная дисфункция;**
- **синдром хронической тазовой боли.**

ТРОЙНОЙ ЭФФЕКТ

В «Простамаге» идеально сочетаются передовые технологии и проверенные методы воздействия. Так, помимо лазерного излучателя, аппарат оснащен источником магнитного поля и механической низкочастотной микровибрации.

Низкочастотная микровибрация улучшает микроциркуляцию в органах и окружающих тканях, стимулирует мышцы и восстанавливает их тонус, снижает болевые симптомы и устраняет застойные явления.

Магнитное поле увеличивает скорость химических реакций и улучшает питание клеток, оказывает обезболивающее действие, устраняет мышечные спазмы.

Эффекты дублируются, и сделано это специально. Все три вида воздействия взаимно усиливают друг друга, что обеспечивает невероятно высокую эффективность!

Неудивительно, что «Простамаг» еще и восстанавливает мужскую силу!

МНОГИЕ МУЖЧИНЫ ВЫБИРАЮТ «ПРОСТАМАГ»!

В «Простамаге» работает не какое-то магическое волшебство, а точный, научный расчет.

Поэтому многие мужчины доверяют свое здоровье именно «Простамагу»! Лазерные технологии наконец-то добрались до мужских проблем!

Восстановив кровообращение, вы получите долгожданное и стабильное улучшение своего самочувствия.

Вместе с нормальным кровотоком вернутся и былые приятные ощущения! Вы снова почувствуете себя мужчиной!

В мире ничего не стоит на месте. На смену устаревшим технологиям приходят новые, более эффективные.

Кто это понимает, тот идет в ногу со временем. Кто не хочет этого понимать, остается в прошлом.

Решите, чего хотите именно вы!

СКИДКА* НА ПОКУПКУ
по промокоду АППАРАТА
«МАЙ» «ПРОСТАМАГ»

ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ
ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ЭФФЕКТА
ПРОСТАТА ФОРМУЛА АКТИВ
УЗНАЙТЕ У ОПЕРАТОРА, КАК ПОЛУЧИТЬ
СРЕДСТВО ДЛЯ МУЖСКОГО ЗДОРОВЬЯ
В ПОДАРОК!
БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



ЗАКАЗЫВАЙТЕ
АППАРАТ «ПРОСТАМАГ»
по телефону горячей линии:
8 (800) 333-52-86
Консультация специалиста **БЕСПЛАТНО!**

Также вы можете сделать заказ на сайте prodex.ru

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. *Продукт Производитель мед изделий ООО «Продукс», Россия, 433502, Ульяновская обл., г. Димитровград, ул. Промышленная, зд. 36, офис 402 Доставка АО «Почта России» или курьером до двери. Результаты могут отличаться. *Акция действует с 10.05.2023 по 10.06.2023. Информацию об организаторе такого мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. 433507, г. Димитровград, а/я 476. В письме укажите номер телефона. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

И на блогера бывает проруха – об этом и не только расскажет новый комедийный сериал «Юность», первая серия которого выйдет на СТС 15 мая.

Парень, на которого в соцсетях были подписаны миллионы, в одночасье теряет все контракты из-за того, что обидел юного фаната. Чтобы спасти карьеру, блогер Alex Go впервые попадает в летний лагерь, где отдыхает мальчик, и становится там вожатым. И теперь его судьба зависит не от подписчиков и продюсера, а от детей и директора лагеря, который с помощью интернет-звезды хочет вывести лагерь на новый уровень. Главную роль в проекте сыграл наш сегодняшний гость, актер Егор Кирячок.

Лучшее в лагере – дискотеки

– Егор, в отличие от вашего героя в сериале СТС «Юность» вы наверняка отдыхали в детских лагерях?

– Да, я в этом плане счастливчик, потому что все детство прошло в разъездах. Я постоянно был в лагерях. Мне кажется, раз пятнадцать. Лагерь для такого активного ребенка, как я, был чем-то классным и важной частью жизни. (Улыбается.)

– Что вам особенно нравилось там?

– Конечно, дискотеки! (Улыбается.) Какие-то первые проявления чувств... Школа – это не то. Да, в школе ты провожаешь кого-то до дома. Но дискотеки – это когда сначала ты должен показать все свои танцевальные навыки, а уже потом, когда заиграет медленная музыка, отойти в сторонку и выждать того самого момента... И все-таки пригласить кого-нибудь на медляк.

– Есть какое-то особенное воспоминание?

– Мне было лет двенадцать, первый день смены,

Егор КИРЯЧОК:

Блогеры слышат время, и за это я их уважаю



Алексей Маклаков в роли директора лагеря.



На съёмочной площадке сериала «Юность».



У завхоза в исполнении Николая Добронравова есть домашний питомец – коза.

Ради роли Егору пришлось провести в салоне несколько часов и сменить цвет волос.

дискотека, медленный танец. И я решил, что нужно непременно поцеловаться. Не просто чмокнуть девочку, а нормально так поцеловать, как это бывает в кино. (Смеется.) Мы дошли до ее корпуса, а за нами последовали три моих друга, подсматривали. И она уже начала постепенно понимать, что происходит, раз я так медленно иду. Когда мы целовались, я видел своих парней, которые прятались за машиной и между собой перешептывались. А потом вернулся к себе и сказал вожатой: «Я сегодня не буду чистить зубы!» Она спрашивает: «Почему?» А я ей: «Я целовался!» И я действительно не чистил. (Улыбается.) Конечно же, помню различные конкурсы: когда вожатые передевались и устраивали праздники того же Посейдона. Лагерь – это невероятное место, куда детям нужно ездить обязательно. Там происходит столько всего интересного! Мне кажется, дети, которые бывали в лагерях, более общительные и открытые.

Трудности вожатской жизни

– Ваш герой, популярный блогер, в силу обстоятельств становится вожатым. Вы в свое время пробовали себя и в этом?

– Была история, когда мне было семнадцать. Меня и двух друзей из аттракционного колледжа по-

звали быть не вожатыми, а культурными затейниками смены. Мы поехали, но еще не знали, что нас ждет. Ребятам в лагере было по тринадцать лет, мы для них были уже дядями, но жили все вместе. (Улыбается.)

– А что входило в ваши обязанности?

– Нас пригласили на творческую киносмену «Бумеранг» в «Орленок», где мы участвовали везде и делали все мероприятия. Когда туда приехали, подумали: «Класс, Чёрное море!» Заходим с друзьями в ДК «Орленка», смотрим в окна, у всех детей день Нептуна на пляже, а нам репетировать в здании целый день... «Да уж, класс!» – подумали мы. Сейчас я бы не хотел быть вожатым. И в этом плане понимаю Алекса, который боится этого всего. (Смеется.)

Цвет волос – это долго и сложно

– В сериале вы поменяли цвет волос. Легко ли прошла смена образа?

– Я просидел в кресле пять с половиной часов! Ужас! (Смеется.) Но результат мне понравился. Мне даже сказали, что так мне идет больше. Это в целом очень интересное и крутое внешнее изменение. Поначалу было как-то странно. Я вообще удивился, что это все так долго. У меня, оказывается, нет такой усидчивости и терпения, как у девушек. (Смеется.) Я сначала сидел и разговаривал со стилистом, потом задавал разные вопросы, потом уже захотел есть, потом пил чай. Раньше я мог сказать: «Ой, ты покрасилась, тебе красиво, пока!» Но теперь буду говорить девушкам: «Ты покрасилась? Тебе так красиво, ты такая зайка, ты молодец! У тебя такие локоны, ты же так и хотела!» (Улыбается.) В общем, оказалось, это очень сложный и длительный процесс.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

ДЕТАЛИ

Для блогерства нужен талант

– Егор, после такой роли самому не захотелось стать блогером?

– Я, кстати, перед съемками начал вести канал в Telegram, снимать видеокружочки. Потихоньку входил в образ. (Улыбается.) У меня, правда, не сразу получалось. И в этом смысле мне нравит-

ся, что блогеры такие открытые, живые, снимают себя в разных ситуациях, даже не самых приятных. И вот я для себя провел такую работу. Хотелось понять, как эти люди живут, что у них щелкает, почему они такие веселые и живые. Сейчас у меня мало подписчиков

в Telegram. Но мой путь к успеху только начался. (Улыбается.) Я понял, чтобы снять красиво, круто, смешно, для этого нужно иметь талант. Это непросто. Блогеры в этом плане молодцы, пробуют новые форматы, слышат время, и уже только за это я их точно уважаю.

Кстати Как найти в себе человека

– Ваш герой в начале истории кажется не самым приятным человеком. Что вам всё-таки нравится в нём?

– Этот парень добился успеха в определенной стезе. Правда, жизнь его привела к тому, что он уже не чувствует грани. Привык к классной жизни и забыл про что-то настоящее. Стал хамом, зачастую ни с кем не считается, любит только себя. У него есть девушка, но у него к ней скорее животный инстинкт. У него совсем отсутствует эмпатия. Попав в лагерь, он ее приобретает неосознанно. И с одной стороны, мне нравится, что он завоевал такую большую аудиторию, это классно! А с другой – Алекс подрастерял в себе человечность. И наша история про то, как найти в себе человека.

– Был ли у вас какой-то прототип?

– На пробах часто говорили про Влада Бумагу. А я совсем не знал, кто это. (Улыбается.) И Влад стал для меня открытием. Я посмотрел, как он работает, выпускает ролики с друзьями. С одной стороны, думаешь, они там просто кривляются, а с другой, что это же все стоит денег, реально работает. Потом я уже смотрел, как он ведет себя в жизни. И он оказался совершенно спокойным и нормальным парнем.

Подбирая к своему образу завершающий элемент в виде броши, жемчужной ниточки или серёжек, вы наверняка тратите больше времени, чем хотелось бы.

То цепочки и бусы запутались между собой, то вторая сережка бесследно исчезла в недрах шкатулки, и приходится вываливать все содержимое, чтобы найти пропажу. Чтобы избежать подобных неприятностей, предлагаем вам организовать более удобный способ хранения украшений. Выбирайте на свой вкус.

ДОМИКИ для ваших украшений

Известно, что путь к сердцу женщины пролегает через уши. И его можно значительно сократить, если вставить в ушки серьги с бриллиантами.



Ячейки

Этот способ стал очень актуальным и популярным (и не случайно). Он отлично подходит не только для украшений, но и для одежды: нижнего белья, галстуков, ремней и многих других мелочей. Разница лишь в размере ячеек. Ящичек или большая коробочка, разбитая внутренними перегородками на множество отделений, помогает быстро находить нужную вещь. Кстати, в качестве коробочки с уже имеющимися отделениями можно использовать таблетницы.

Пуговицы

Пуговицы – удивительно многофункциональная вещь. Можно даже эту «мелочь» использовать как способ хранения украшений. Для этого возьмите пуговицы с 4 дырочками. Нанижите их на тонкий шнурок, проденьте его через верхнюю и нижнюю дырочки и закрепив узелком. В оставшиеся боковые дырочки вставьте по паре серёжек (и гвоздики, и на крючках, и с английским замочком). Остается подвесить шнурок в удобном месте – например, рядом с зеркалом. Такой способ хранения сведет к минимуму возможность потери одной из серёжек.

Подставки

Они бывают абсолютно разной формы: в виде кошечки с изящно изогнутым хвостиком, на котором отлично хранятся кольца; в виде руки, на пальчиках которой можно хранить браслеты, кольца, колье. Бывают и подставки в виде длинных мягких валиков, насаженных на вертикальную опору. Они тоже смотрятся очень стильно и в то же время просто, не вычурно.

Подсвечники с отверстиями

Отверстия светятся, если внутрь подсвечника поставить зажженную свечу. Но можно использовать его и не по назначению. Например, в чашу, которая служит нишей для наполнения водой с добавлением ароматического масла, можно положить несколько колец или брошей, а многочисленные отверстия использовать для размещения висячих серёжек. А для ожерелья подойдет ниша для зажженной свечи.

Вешалка

Немного доработанная вешалка также является отличным вариантом для хранения украшений. Если снять с вешалки нижнюю перекладину, а с нижней стороны плечиков вкрутить крючки для подвешивания, то получится отличный органайзер для хранения украшений.



Светлана СИДОРЧУК

ЗАБУДЬТЕ ПРО ЗАПОРЫ РАЗ И НАВСЕГДА с новым средством РегуляторПРО!



Вопрос от читателя: «Уже не знаю, что делать. У меня хронический запор. Мучаюсь больше 10 лет. Из-за запора появился геморрой. Поэтому постоянно пью слабительные. Понимаю, что так нельзя. Но без них в туалет не хожу – очень боюсь обострений и кровотечений. Тут подруга рассказала о новом средстве РегуляторПРО. Скажите, в такой, как у меня, ситуации будет ли польза?» **Лидия Алексеевна, 74 года**

Запор – это одна из самых частых проблем, особенно после 50 лет, когда простой поход в туалет становится настоящей пыткой! И это может длиться годами! При этом на фоне запоров яды и токсины копят и гниют в кишечнике, всасываются в кровь и отравляют весь организм. Поэтому к запору добавляются слабость, отеки, геморрой, головные и суставные боли, повышенное давление.

Но почему кишечник перестает работать и появляются запоры? Главная причина – разрушение микрофлоры. Это когда растет количество патогенных бактерий, а полезных становится все меньше. Из-за этого нарушается

перистальтика, развиваются воспаления, кишечник становится «ленивым» и регулярно не очищается. Это может случиться из-за долгого приема лекарств, неправильного питания, недостатка воды, хронических болезней... Поэтому чтобы избавиться от запора, нужно прежде всего восстановить микрофлору кишечника!

Новейшее средство РегуляторПРО – это скорая помощь при запоре любой степени тяжести. Два натуральных компонента в составе, французская запатентованная формула Фибрегам и «золотой стандарт» пребиотиков лактулоза, работают сразу в 3 направлениях:

- 1 стимулируют рост 22 видов полезных бактерий (это в 11 раз больше, чем обычные пребиотики), быстро восстанавливая здоровую микрофлору кишечника;
- 2 нормализуют перистальтику кишечника и регулярность стула. Результат Вы сможете почувствовать уже через 5-8 часов после применения;
- 3 глубоко очищают кишечник, мягко выводя из него все шлаки, яды и гнилостные вещества, что копились годами. Вы забудете про клизмы и слабительные, ведь запоры Вам больше не грозят!

РегуляторПРО подарит Вам легкость и свободу раз и навсегда!

ЗВОНИТЕ ПО БЕСПЛАТНОМУ НОМЕРУ,
назовите код подарка **«ТР-22»**

и узнайте, где купить РегуляторПРО:

8 (800) 100-55-60

* При покупке 3 упаковок. Б.А.Д. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение 1, комната 28. СГР № RU.77.99.11.003.R.002307.08.20 от 03.08.2020 г. Акция действует с 01.05.2023 по 31.12.2023 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по т. 8 (800) 100-55-60. Реклама.

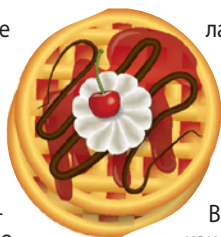
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.



Вафли – традиционный десерт во многих кухнях мира. Причём вафли могут быть как пышными, мягкими, так и тонкими, хрустящими. Из хрустящих вафель делают рожки для мороженого.

Сегодня мы предлагаем вам несколько рецептов этого лакомства. Главное отличие вафель от любой другой выпечки в том, что для их пригото-

вления требуется особое приспособление – вафельница. Это складная форма, состоящая из двух соединенных шарниром пластин. Технология приготовления вафель очень проста: тесто заливают на одну из пластин хорошо разогретой формы и накрывают другой пластиной – в результате вафля пропекается сразу с двух сторон. Тесто для вафель жидкое, похожее на тесто для оладий. Как правило, это тесто состоит из муки, яиц, молока, мас-



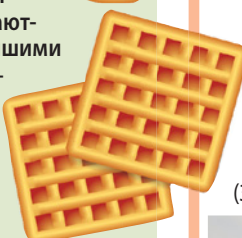
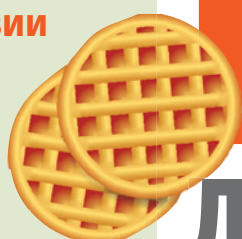
ла и сахара. Нередко в тесто добавляют ароматизаторы – например, ванилин, а также шоколад, сухофрукты, орехи. Вафли могут быть как сладкими, десертными, так и несладкими, предназначенными для закусок или гарнира. Нередко гарнирные вафли изготавливают из овощей – например, из картофеля. В этом случае тесто для вафель представляет собой густое овощное пюре, а добавками могут быть бекон, сыр, зелень.



Кстати

Семейные реликвии

В странах, где вафли являются частью национальной кухни, вафельницы нередко передаются из поколения в поколение. На старинных вафельницах изображались гербовые щиты, различные фигуры и символы, инициалы владельца. Современные вафельницы изготавливаются с простейшими рисунками – решеткой или (реже) пчелиными сотами. Исключительные составляют формы для японских вафель тайяки, которые делают в виде полых рыбок.



ВАФЛИ:

лакомство и не только

ПОСЛОВИЦЫ

Без соли, без хлеба худая беседа.
Хлеб на стол – так и стол престол, хлеба ни куска, так и престол доска.
Голодной куме всё хлеб на уме.



Вафли шоколадные

Французская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 326 ккал.



ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 240 мл молока ■ 190 г муки ■ 90 г сахарной пудры
■ 70 г сливочного масла ■ 3 ст. л. сахара ■ пакетик ванильного сахара ■ 1 ст. л. (с горкой) какао-порошка
■ 1 ч. л. разрыхлителя ■ растительное масло ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сделать соус: 15 г сливочного масла взбить с сахарной пудрой, ванильным сахаром и 1 ст. л. молока.
- 2 В одной миске смешать все оставшиеся сухие ингредиенты.
- 3 Добавить яйца, оставшееся молоко и растопленное масло; перемешать до однородности.
- 4 Выпекать вафли в хорошо разогретой вафельнице до золотистого цвета (3-5 минут). Подавать горячими, полив соусом.

– Дорогой, я тебя прошу, убей эту муху!
– Да ладно, сколько она съест того торта...



Бельгийские сливочные вафли



Бельгийская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 263 ккал.

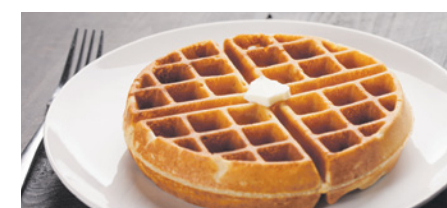
ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 250 мл сливок ■ 200 г муки ■ 1 яйцо
■ 3 ст. л. размягченного сливочного масла ■ 40 г сахара
■ 1 ч. л. разрыхлителя ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Муку просеять вместе с разрыхлителем, добавить соль, перемешать.

- 2 Добавить масло, сахар и яйцо, хорошо перемешать.
- 3 Сливки взбить, аккуратно ввести в тесто.
- 4 Выпекать вафли в хорошо разогретой вафельнице 2-4 минуты.



Картофельные вафли



Итальянская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 118 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 400 г картофеля ■ 2 яйца
■ 100 мл молока ■ 100 г муки
■ 100 мл растительного масла
■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Картофель сварить в мундире, очистить, натереть на крупной терке.

- 2 Добавить молоко, яйца, растительное масло, муку, посолить, поперчить, перемешать до однородности.
- 3 Выпекать в хорошо разогретой вафельнице до золотистого цвета (5-7 минут).



Тыквенные вафли



Американская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 220 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 3 яйца ■ 150 г муки ■ 100 г мякоти тыквы ■ 3 ст. л. растительного масла
■ 1 сладкое яблоко ■ 2 ст. л. сахара
■ пакетик ванильного сахара
■ 2 ч. л. разрыхлителя ■ соль, специи (корица, тертый имбирь, мускатный орех) по вкусу

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Тыкву произвольно нарезать, сбрызнуть растительным маслом, запечь в духовке до готовности, остудить, пюрировать. У яиц отделить белки и желтки.

- 2 Взбить 3 белка и 1 желток с сахаром (включая ванильный), добавить молоко, масло (2 ст. л.), тыквенное пюре, тщательно перемешать.
- 3 Добавить муку, разрыхлитель, специи, соль, смешать до однородности.
- 4 Яблоко натереть на крупной терке, добавить в тесто, перемешать.
- 5 Выпекать вафли в хорошо разогретой и смазанной маслом вафельнице до золотистого цвета (3-5 минут).



Венские вафли



Австрийская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 316 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 250 мл молока
■ 200 г муки ■ 3 яйца
■ 150 г размягченного сливочного масла
■ 1,5 ст. л. сахара
■ 0,5 ч. л. разрыхлителя
■ пакетик ванильного сахара
■ растительное масло ■ сахарная пудра

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сливочное масло растереть с сахаром (включая ванильный), добавить яйца, влить молоко, перемешать до однородности.

- 2 Всыпать просеянную с разрыхлителем муку, замесить однородное тесто.
- 3 Накрыть емкость с тестом крышкой, оставить в теплом месте на полчаса.
- 4 Вафельницу раскалить, смазать растительным маслом.
- 5 Ложкой выложить тесто, запекать до золотистого цвета (3-5 минут).
- 6 Остывшие вафли посыпать сахарной пудрой.



Рассматривая свои детские фотографии, я всегда удивлялась: почему у меня такое грустно-серьезное выражение лица?

Причем абсолютно на всех фото и в разном возрасте. Вроде бы и детство у меня было хорошее, и семья нормальная, и жили мы в достатке... Но где-то в глубине души сидела червоточина.

Неожиданная правда

В 13 лет я влюбилась. Игорь жил на соседней улице, но часто приходил в наш двор играть в пинг-понг. Для того времени наша придомовая площадка казалась верхом совершенства. Родители-активисты кинули клич обустроить пространство для своих любимых чад. Общими усилиями во дворе появились качели, песочница, турник и стол для игры в настольный теннис.

Игорь играл мастерски, обыграть его было практически невозможно. Я усаживалась напротив стола и смотрела. Через несколько лет я была уже «официальной» подружкой Игоря в нашей молодежной тусовке.

Как-то вечером забежала к Игорю домой. Его обычно приветливая мама Ирина Алексеевна в этот раз окатила меня таким презрительно-снисходительным взглядом, что стало не по себе.

– Игорёк занят, – процедила она сквозь зубы. – И вообще, не стоит ему общаться с беспородными.

– Вы о чем? – не понимая, спросила я.

– О том, что ты детдомовка. Так называемые родители твои – не родные и взяли тебя потому, что своих детей нет. А настоящие твои родители наверняка из неблагополучных,

Дочки-матери



**Бедна любовь, если ее можно измерить.
Уильям Шекспир**

нормальные люди детей не бросают. Жаль, узнала я об этом только вчера...

Ирина Алексеевна продолжала бить меня словами, но я уже неслась вниз по лестнице с одной только мыслью: «Неужели это правда?»

– Я не ваша дочь? – с порога кинула обвинение самым своим родным людям до этой минуты.

Они застыли на месте. Мама тихо опустила на стул, отец нервно потянулся за сигаретой. Я все поняла без слов. Забаррикадировавшись в своей комнате, прорыдала всю ночь. Меня все предали! И те, что бросили тогда, и эти, которые молчали столько лет, и даже мой парень, испугавшийся правды.

Такие разные мужчины

Прошли годы. Я давно простила своих приемных родителей. Они по-прежнему были самыми родными и любимыми

рождения. Его семейное положение давно трещало по швам, подразумеваемая скорую смену статуса. Знакомство со мной ускорило этот процесс. Мы стали жить вместе. Когда узнала, что снова стану мамой, растерялась – как к этому отнесется Андрей? А он сразу потащил меня в загс. Вслед за Илюшкой мы родили Ангелину. Наша семья росла, отношения крепки.

Всё тайное становится явным

После окончания медучилища я вышла на работу в городскую больницу, где тружусь по сей день. Благодаря профессии и общительному характеру у меня обширный круг знакомых в разных сферах деятельности. Как-то рассказала приятельнице-пациентке историю своего рождения.

– А ты не хочешь найти настоящих родителей? – озвучила она мои мысли.

– Как? Я даже не знаю фамилию...

– Есть у меня соображения на этот счет...

Не буду вдаваться в подробности, но через неделю на моем столе лежал лист бумаги с инициалами, адресом и местом работы моей кровной матери. Сложно описать словами охватившие меня тогда чувства: восторг, радость, страх, сомнение... Первый порыв – быстрее увидеть ее, обнять, прижаться к родному человеку, которого искала всю свою сознательную жизнь, – охладил рассудительный супруг:

– Подожди, надо хотя бы разузнать про нее. А может, она не хочет, чтобы

ты появлялась в ее жизни? Если бы хотела, сама тебя нашла.

Я согласилась с Андреем и стала копаться в информации.

Итак, Марина Валентиновна С. занимала руководящую должность в важном учреждении. У нее был муж и двое уже взрослых детей. Кстати, разница в возрасте у меня с ее старшим сыном, т.е. моим братом, была совсем незначительной.

– Получается, что от меня отказались и тут же родили себе нового ребенка? – рыдала я на плече мужа. – Но почему? Я ж не урод, нормальная и здоровая... Что во мне было не так?

– Только твоя настоящая мать может ответить на эти вопросы.

«Прости меня, я не готова...»

С того дня я не могла ни о чем больше думать, как о возможности нашего знакомства. Пока я искала способы, судьба сама все решила.

Много лет я дружила с милой женщиной, которой когда-то проводила физиотерапевтические процедуры после сложной операции. Я знала ее дочерей, мы поздравляли друг друга с праздниками, иногда встречались за чашкой кофе. В тот день она позвонила мне рано утром:

– Катюша, не могла бы сделать уколы моей сестре на дому? У нее проблемы со спиной, врач на-

значил курс лечения, но по больницам ей ходить некогда, она у нас человек занятой.

– Конечно, – отвечаю. – Адрес какой?

Приятельница диктует адрес и называет имя. У меня потемнело в глазах. Это была она, моя кровная мать. Получается, что много лет мы живем в одном городе, я общаюсь со своей тетей, сестрами, не подозревая о родстве!

Несколько минут я собиралась с мыслями, слезы стояли комом в горле. И я позвонила. И вдруг стала рассказывать ей о своем детстве. На том конце повисла пауза.

– Я перезвоню позже, – ответил изменившийся до неузнаваемости хриплым голосом.

Через неделю позвонила она – моя настоящая мать. Все это время я рисовала картинки нашей встречи: слезы, объятия, всепрощение, радость, счастье... Сухой голос четко мне разъяснил:

– Я, конечно, виновата перед тобой, но и ты меня должна понять: не могла тогда я поступить иначе. Твой отец был намного старше меня, и человек он был семейный. А потом я вышла замуж, родились дети. Как я могла им все рассказать?! Они бы не поняли меня. И сейчас не поймут...

– Отец жив? – я спросила только это.

– Его давно уже нет...

Люди как грибы: есть поганки, а есть белые. Поганки лучше не трогать, не пачкать руки – отмыться трудно. Я собираю сумку с гостинцами: в выходные поеду всей семьей к родителям – единственным, настоящим и самым родным людям.

P.S. Мы так и не встретились. Но я все равно должна ждать ее звонка.

ЕКАТЕРИНА

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 3х3 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

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

1 ★★★★★

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

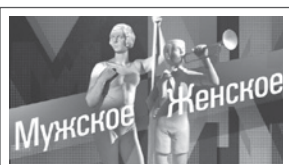
2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

ПЕРВЫЙ



16.00 «Мужское / Женское». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!». (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ТРЕЙДЕР». (16+)
23.55 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости

РОССИЯ



09.55 О самом главном. (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР: ВОСЕМЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
Ольга Самойлова продолжает работать в старой больнице, а в новой проводит сложные операции, консультирует и заведует практикой молодых врачей.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ». (16+)
03.45 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.55 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БОРЩИ». (16+)
В отделе городского УГРО служат два закадычных друга: майор Борщев и капитан Митрохин...
22.15 «ЧИНГАЧГУК». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+)
00.45 «БЕЗДНА». (16+)
03.20 «ПЕТРОВИЧ». (16+)

СТС



09.25 «НЕПОСЛУШНИК». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Буба». (6+)
06.45 «Детектив Финник». (0+)
07.00 «СОВЕРШЕННО ЛЕТНИЕ». (12+)
08.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.25 «НЕПОСЛУШНИК». (12+)
11.55 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
19.00 «ЮНОСТЬ». (16+)
19.50 Премьера! Фактор страха. Испытание тайгой. (16+)
20.50 «ВСПОМНИТЬ ВСЁ». (16+)
23.05 «ЭКСТРАСЕНСЫ». (18+)
01.05 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
02.05 «БЕЛЛЬ И СЕБАСТЬЯН». (6+)
03.40 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)
04.25 «б кадров». (16+)
04.40 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



11.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)
11.00 «САШАТАНЯ». (16+)
21.00 «ЗВЁЗДНЫЙ СУД». (16+)
22.00 «Женский Стендап. Дайджесты-2022». (16+)
23.00 «Шоу Воли». (16+)
Впервые за 25 лет ТНТ запускает собственное авторское юмористическое шоу, которое будет выходить воскресными вечерами. Каждую неделю Павел вместе с приглашенными гостями - звездами и самыми обычными людьми - подведет итоги уходящей недели и сделает это в своей фирменной юмористической манере в лучших традициях ТНТ.
00.10 «Импровизация. Команды». (16+)
03.40 «Студия «Союз». (16+)
05.15 «Открытый микрофон». (16+)

REN



00.30 «ХИЩНИК-2». (16+)

- 05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 03.10 «Тайны Чапмана». (16+)
20.00 «И ГРЯНУЛ ШТОРМ». (16+)
22.10 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
00.30 «ХИЩНИК-2». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.10 «Тайны Медовой долины». (12+)
05.25 «Простоквашино». (12+)
05.40 Кондитер. (16+)
06.40 Пятница News. (16+)
07.00 Любовь на выживание. (16+)
08.30 Тревел-баттл. (16+)
10.40 19.50 На ножах. (16+)
19.00 Черный список. (16+)
21.10 Битва шефов. (16+)
23.20 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)
01.20 Пятница News. (16+)
01.50 Инсайдеры. (16+)
04.10 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
«Улётное видео. Самое смешное» - это подборка самых смешных сюжетов. Новые выпуски любимой программы.
06.40 Улётное видео. Топ-35. (16+)
07.30 Улётное видео. (16+)
10.30 «СОЛДАТЫ-4». (12+)
17.00 Улётное видео. (16+)
20.00 Охотники. (16+)
21.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.50 Решала. (16+)
05.10 Идеальный ужин. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
10.10 18.00 «ОСКОЛКИ». (12+)
11.25 «Новости Совета Федерации». (12+)
11.40 «ЗАБАВЫ МОЛОДЫХ». (12+)
15.10 23.20 «СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ». (16+)
16.05 00.15 «Ехал Грека». (12+)
17.00 «Формула здоровья». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
21.00 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)
22.35 «Очень личное». (12+)
01.00 Отражение. (12+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
07.30 «Побег из курятника». (6+)
09.05 «КЛОН». (16+)
12.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.05 «Беременная в 45». (16+)
17.40 «Будни роддома». (16+)
«Будни роддома» - невероятно трогательный проект, который рассказывает личные истории будущих мам от их первого шага на порог роддома до первого детского крика.
20.00 «КЛОН». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
02.15 «Измены». (18+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (6+)
05.15, 10.20 «ВОКАЛЬНО-КРИМИНАЛЬНЫЙ АНСАМБЛЬ». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 03.45 Новости
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15, 02.30 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05, 03.15 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.35 Мировое соглашение. (16+)
18.50 Игра в кино. (12+)
22.05 «МАРЬИНА РОЩА» (16+)
04.40 «ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (12+)
02.05 Наше кино. (12+)
04.00 «Фантастика. (12+)
04.15 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (0+)

ПОБЕДА

- 05.10 «Путь к Победе» (16+)
06.00 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». (16+)
12.50 «ШТРАФНИК». (18+)
Капитан Игнат Белов едет с фронта домой. Ему становится известно, что в поезде готовится ограбление дипломатов, которые возвращают на родину вывезенные фашистами драгоценности. Белов пытается воспрепятствовать преступникам. Однако несогласованная инициатива оборачивается для него арестом. На помощь капитану приходит боевой товарищ - начальник УГРО Тимошенко. Он предлагает сделку...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «ТАНКИ». (16+)
02.30 «КЛЯТВА». (12+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
06.30, 11.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Буба: Каменный век, Волшебный сыр». (6+)
09.35 Друзья на все времена. «Волшебное кольцо». (0+)
10.00, 14.00, 22.00 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
11.25 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Эй, ты где?» (0+)
15.00 «Ник-изобретатель. Живые цветы». (0+)
15.30 «Приключения Бубы». (6+)
17.00 Друзья на все времена. «Дюймовочка». (0+)
17.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
18.00 «Монсики». (0+)
18.30 «Умка». (0+)
19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Бобр добр». (0+)
22.25 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
22.30 «Смешарики». (0+)
23.00 «Турбозавры». (0+)
23.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Летающие звери». (0+)
00.30 «Бодо Борода. Бокварь». (0+)
01.00 Друзья на все времена. «38 попугаев». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние птицы. «Лео и Тиг. Волшебные песни!» (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Цветнатишки!» (0+)
08.10 «Дракошия». (0+)
09.15 «Смешарики». (0+)
10.15 «Петроникс». (0+)
10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
11.05 «Барбоскины». (0+)
12.55 «Инфинити Надо». (6+)
13.10 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Герои Энвелла». (6+)
15.30 «Ералаш». (6+)
16.50 «Турбозавры». (0+)
18.20 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
18.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.15 «Зebra в клеточку. Яркие дни». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Три кота». (0+)
22.00 «Инфинити Надо». (6+)
22.25 «Гризли и лемминги». (6+)
23.40 «Волк и телёнок». (0+)
23.50 «Приключения Хомы». (0+)
00.00 «Страшная история». (0+)
00.05 «Раз - горох, два - горох...» (0+)
00.15 «Козлёнок, который считал до десяти». (0+)
00.25 «Ёжик должен быть колючим?» (0+)
00.35 «Баранник, будь человеком!» (0+)
00.55 «Бумажки». (0+)
03.25 «Зук». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 03.20, 06.15 Историада. (12+)
04.15, 07.10 На пути к Великой Победе. (12+)
04.40 Историограф. (12+)
05.25 Государственные перевороты в России. (12+)
05.50 История российского учителя. (6+)
07.40, 15.45 Пешком по Москве. (6+)
07.55 «МИНИ И ПОЖАРСКИЙ». (6+)
09.45 Владимир Даль. (12+)
10.15 Не квартира - музей. (12+)
10.25 Марциальный ренессанс. (12+)
11.10 Петербург космический. (12+)
11.50 «КАПИТАН АЛАТРИСТЕ». (16+)
14.10, 14.55 «КРАСНЫЕ ГОРЬ». (16+)
16.00 Кольцо «А». (12+)
16.10 Народный фронт Победы. (12+)
16.40 Морской узел. (12+)
17.05 Жил-был Дом. (6+)
17.35 Семь дней истории. (12+)
17.45 Книжные аллеи. (12+)
18.10, 18.35 Россия. Связь времен. (12+)
19.10 Ограбление века (12+)
20.00 Герасимовы. (12+)
20.45 Старая Ладога. Первая столица Древней Руси. (12+)
21.15 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)
22.05 Россия научная. Великие имена. (12+)
22.35 Великая Северная война. (12+)
23.00 Великие живописцы. (12+)
05.05 Частная жизнь. (12+)

VIU HISTORY

- 06.00, 06.45 Вторая мировая с дрона - сканирование свидетельств. (16+)
07.35 Древние суперстроения. (12+)
08.30 Новые тайны терракотовых воинов. (12+)
09.30 Затерянная пирамида Египта. (6+)
10.25 Тайны мумий животных. (12+)
11.25, 12.25 Тридцатилетняя война. (12+)
13.25 Мифы и тайны королевской истории: Реформация. (16+)
14.25, 15.15 Шесть королей Генриха VIII. (12+)
16.05, 17.05 Древние конструкторы. (12+)
18.00 Место преступления: древность: Вера и власть. (16+)
19.00 Место преступления: древность: Тайны мертвых. (16+)
20.00 История нераскрытых дел: Элитная эскортница - смерть Розмари Нитрибитт. (16+)
21.00 Загадки чудес в Лурде. (12+)
22.00, 22.50 Вторая мировая с дрона - сканирование свидетельств. (16+)
23.40 Древние суперстроения. (12+)
00.40 Новые тайны терракотовых воинов. (12+)
01.35 Затерянная пирамида Египта. (6+)
02.25 Тайны мумий животных. (12+)
03.15, 04.10 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+)
05.05 Частная жизнь. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.15 Индустрия красоты. (12+)
06.40 Сила еды. (6+)
07.05 Спортивный вопрос. (12+)
07.20 Имеешь право. (12+)
07.35 Клиника Доктора Шиловой. (12+)
07.45, 11.10, 16.55, 19.40, 22.45, 01.25, 04.00 Прокачать за 600 секунд. (16+)
07.55, 08.25, 14.00, 04.10 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
08.50, 14.30, 14.55, 04.35 Иллюзия счастья. (16+)
09.15, 15.20, 20.40 Остеопатия. (12+)
00.15 Рецепты врачей. (12+)
10.05, 16.10, 18.55, 21.35, 22.00, 00.40 Спросите тренера. (12+)
10.35, 10.50, 16.40, 19.20, 22.30, 01.10 Люди с НЕограниченными возможностями. (12+)
11.20, 17.05, 19.50, 22.55, 01.35 Почти серьезно. (12+)
11.50, 17.35, 20.15, 23.25, 02.00 Пора в декрет (12+)
12.15, 02.25 Индустрия красоты. (12+)
12.40, 02.55 Сила еды. (6+)
13.05, 03.20 Спортивный вопрос. (12+)
13.20, 03.35, 05.50 Имеешь право. (12+)
13.35, 18.00, 23.50 Начни с себя. (12+)
03.45 Клиника Доктора Шиловой. (12+)
05.00, 05.25 Цифровые дети. (16+)

РОССИЯ К Культура



09.10 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»

- 07.30 «Блеск и слава Древнего Рима»
07.35 «Жизнь и судьба»
08.35 «Забывтое ремесло»
08.55 «Королек - птичка певчая»
10.15 «Наблюдатель»
11.15 00.15 XX век
11.50 21.50 «Роман в камне»
12.20 Цвет времени
13.00 Линия жизни
14.00 «ЛЮБИМАЯ ДЕВУШКА»
15.25 «Алгоритм Берга»
15.55 «Агора»
17.15 «Бег», «Сны о России»
17.55 00.50 Симфонические шедевры России
18.45 01.45 «Острова»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Мой мастер Класс»
23.05 «Кинескоп»
23.45 Магистр игры

ТВЦ



08.45 «ЗАГОВОР НЕБЕС». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Большое кино». (12+)
08.45 «ЗАГОВОР НЕБЕС». (12+)
10.40 «Личные маги советских вождей». (12+)
11.30 События
11.50 «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «КТО ПОЙМАЛ БУКЕТ НЕВЕСТЫ». (12+)
17.00 «Звездные обиды». (16+)
17.50 События
18.10 «Петровка, 38». (16+)
18.25 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: БЕЛЫЙ РЫЦАРЬ». (12+)
22.00 События
22.40 Спецрепортаж. (16+)
23.10 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Назад в СССР». (16+)
01.25 «Матлюба Алимова. Чужая среди своих». (16+)

ТВ-3



13.30 Охотники за привидениями. (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
09.15 Утренние гадания. (16+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 Охотники за привидениями. (16+)
14.00 Гадалка. (16+)
16.50 «Слепая». (16+)
18.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
21.15 «НЕ БОЙСЯ ТЕМНОТЫ». (16+)
23.30 Охотники за привидениями. (16+)
00.00 Мистические истории. (16+)
01.00 Знаки судьбы. (16+)
01.45 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)
03.30 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. Молодой ученик. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



14.30 «ДЕНЬ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.45 Давай разведёмся! (16+)
08.45 Тест на отцовство. (16+)
11.00 «Понять. Простить». (16+)
12.15 «Порча». (16+)
12.45 «Знахарка». (16+)
13.20 «Верну любимого». (16+)
13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.30 «ДЕНЬ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)
19.00 «СЧАСТЬЕ МЕНЯ НАЙДЕТ». (16+)
23.30 «Понять. Простить». (16+)
00.45 «Порча». (16+)
01.15 «Знахарка». (16+)
01.45 «Верну любимого». (16+)
02.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.35 «ВСЁ К ЛУЧШЕМУ-2». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 09.30 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
12.55 «Знание - сила». (0+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ЛЕСНИК». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ЛЕСНИК». (16+)
19.50 00.30 «СЛЕД». (16+)
22.25 «СВОИ-5». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 05.40 «ГЕРОЙ 115». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.15 «Открытый эфир». (16+)
10.55 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
12.30 13.25 15.05 02.05 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «Пламя и сталь». (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
22.55 «Между тем». (12+)
23.25 «ТОРПЕДОНОСЦЫ». (12+)
01.25 «Легендарные самолеты». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Марафон». (12+)
12.00 «Неделя». (12+)
12.30 03.00 «Большие истории малой Родины». (12+)
13.00 «Мастерская спорта». (12+)
13.30 «Просто жизнь». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ГРОЗДЬЯ ВИНОГРАДА». (16+)
16.30 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)
17.30 «Точка.ру». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
18.30 22.15 «Актуальное интервью». (12+)
18.45 22.30 01.30 «Полицейский вестник». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 00.15 04.00 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ». (12+)
22.00 01.15 «В тени чемпионов». (12+)
22.45 «Специальный репортаж». (12+)
23.00 «СВАДЬБА СТАРШЕГО БРАТА». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ!** МАРШ СТРАНА МАРШ СТРАНА
06.00 14.25 «Лучшие из лучших». (12+)
06.30 Здоровый образ. (12+)
07.00 10.00 12.55 14.55 Новости
07.05 18.40 22.40 Все на Матч!
10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
10.25 Хоккей. Чемпионат мира. (0+)
13.00 «Есть тема!»
15.00 «Громко»
16.15 Хоккей. Чемпионат мира
18.55 Хоккей. Белоруссия - Россия. Большой тур Сборной
21.15 Хоккей. Чемпионат мира
23.30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. (0+)
00.25 «Наши иностранцы». (12+)
00.55 Хоккей. Чехия - Латвия. Чемпионат мира. (0+)
03.05 Новости. (0+)
03.10 Регби. «Красный Яр» (Красноярск) - «Динамо» (Москва). PARI Чемпионат России. (0+)
- МАТЧ! СТРАНА**
06.00 Регби. Чемпионат России. (0+)
07.50 10.00 13.00 Новости
07.55 Бокс. Чемпионат мира. Финалы. (0+)
09.00 12.15 15.05 00.00 03.50 Спецрепортаж. (12+)
09.15 Лица страны. (12+)
09.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
10.05 Бадминтон. Кубок России. (0+)
11.45 География спорта. (12+)
12.30 «Магия большого спорта». (12+)
13.05 Дзюдо. Чемпионат мира. (0+)
14.05 Автоспорт. Ралли-кросс. Чемпионат России. (0+)
15.25 «Небесная грация»
15.45 Неделя КХЛ. (12+)
16.15 Хоккей. Словакия - Канада. Чемпионат мира
18.40 «Громко». (12+)
19.45 «Парусный спорт» (16+)
20.15 Хоккей. Финляндия - Швеция. Чемпионат мира
22.45 «Есть тема!» (16+)
00.15 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
07.30 Топ чарт. (16+)
07.55 Каждое утро. (16+)
08.30 ПРО-новости. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 Отвирсуились: Забытые легенды 90-х. (16+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
12.00 Прогноз по году. (16+)
13.00 Моя волна. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)
- 15.00 ПРО-новости. (16+)
15.30 Лига клипов. (16+)
16.00 Top-15 Like FM. (16+)
17.00 Ждите ответа. (16+)
18.00 ПРО-новости. (16+)
18.20 Плейлист | Весна. (16+)
19.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
20.00 Top-30. (16+)
22.00 Необъяснимое. (16+)
23.00 ПРО-новости. (16+)
23.20 Плейлист | Весна. (16+)
00.30 Муз'итив. (16+)
01.30 Наше. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 РУССКОЕ**
05.30 «Гадкий я». Мультфильм. (6+)
06.55 «Гадкий я-2». Мультфильм. (6+)
08.40 «Миньоны». Мультфильм. (6+)
10.15 «ТЁМНЫЕ ВОДЫ». (16+)
12.30 «ЭРИН БРОКОВИЧ». (16+)
14.55 «МАРТОВСКИЕ ИДЫ». (16+)
16.40 «ВЕРДИКТ ЗА ДЕНЬГИ». (12+)
19.00 «ИЗГОЙ». (12+)
21.30 «ТЕРМИНАЛ». (12+)
США, 2004 г. В ролях: Том Хэнкс, Кэтрин Зета-Джонс, Стэнли Туччи, Чи МакБрайд
23.50 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
02.00 «ВОДЫ СЛОНОМ!» (16+)
03.50 «ШОКОЛАД». (12+)
- VIJU TV1000 РУССКОЕ**
05.00 «Гуси-Лебеди». «Чучело-Мяучело». Мультфильмы. (6+)
05.30 «ДиноСити». «Пинкод». «Бобо Бородо». Мультфильмы. (6+)
08.00 «Кошеч. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
09.15 «БИТВА». (6+)
10.45 «ИНДИГО». (16+)
12.25 «МЕЧЕНОСЕЦ». (18+)
14.20 «ПРОВОДНИК». (16+)
15.55 «ТАЙНЫЙ САНТА». (12+)
17.20 «ЗО СВИДАНИЙ». (16+)
19.00 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
20.20 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
21.45 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
23.35 «МЕЧЕНОСЕЦ». (18+)
01.30 «ИНДИГО». (16+)
03.00 «ПРОВОДНИК». (16+)
04.30 Мультфильмы. (6+)
- ДОМ КИНО**
06.55 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
08.30 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
09.55 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
11.10 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
12.40 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
13.55 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
15.20 «СВАТЫ». (16+)
22.00 «БАЛАБОЛ-6». (16+)
01.40 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!». (16+)
03.15 «ПЕТЕРБУРГ. ТОЛЬКО ПО ЛЮБВИ». (16+)
04.45 «ПЛОС ОДИН». (16+)
- СУББОТА!**
05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультфильмы. (0+)
17.00, 17.50, 18.40, 19.30, 20.20, 21.20, 22.10, 23.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)
Сериал. Мелодрама, Аргентина, 1998-1999 гг.
23.50 Суббота News 2023. (16+)
00.10 Богиня шоппинга (субтитры). (16+)
01.10 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
02.00, 03.10 «Я НЕ РОБОТ». (16+)
04.05 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
01.10, 02.10, 03.15, 04.05 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (12+)
04.55 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
06.20 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
08.45 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
10.40 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ». (6+)
12.30 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ». (12+)
14.00 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
15.40 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ». (12+)
17.35 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
19.30 «ВАСАБИ». (16+)
21.15 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ». (16+)
22.50 «СВАДЕБНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
07.00 «Две сказки», «Сказка о мертвой царевне и семи богатырях». (0+)
08.25 «ДОРОГИ АННЫ ФИРЛИНГ». (12+)
11.25 «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ». (12+)
13.10 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
19.45 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
21.30 «Ты - мне, я - тебе». (12+)
23.05 «СТРЯПУХА». (12+)
00.20 «ОПЕКУН». (12+)
01.45 «СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ». (12+)
03.00 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (12+)
04.30 «БЕСПРЕДЕЛ». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС 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 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00 «РАЗВОД И ДЕВИЧЬЯ ФАМИЛИЯ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ПРИМА-ДОННА». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)
15.00, 23.00, 07.00 «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ОШИБКА В ПРОГРАММЕ». (16+)
04.00 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2005 г. В ролях: Олег Макаров, Андрей Егоров, Наталья Лесниковская, Анастасия Бусыгина
- СТС LOVE**
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
У психолога Сергея Васнецова большие проблемы. От него ушла жена, оставив пятерых дочерей. Да каких - сума сойти! Первая - мондица, вторая - отличница, третья - неформалка, четвертая - спортсменка, а пятая - совсем крошка Пуговка. Все очень шумные. И никто не умеет убирать и готовить!
15.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
22.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
01.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
04.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Святныи России. (6+)
11.40 Завет. (6+)
12.45 Простые чудеса. (12+)
13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Святые Борис и Глеб. Цикл: День Ангела. (0+)
15.35, 16.55 «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВНУЧКОЙ!». 1-2 серии. (12+)
18.25 «ЭТО НАШИ ДЕТИ!» 1 серия. (12+)
19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
22.05 Прямая линия жизни. (16+)
23.05 День Патриарха. (0+)
23.20 Завет. (6+)
00.20 Киево-Печерские святые. Первые монахи. (0+)
Киево-Печерская Лавра - храм, куда ежегодно приезжают десятки тысяч паломников, ведь здесь хранятся мощи многих святых, но храм интересен не только своим религиозным значением - это еще и известный исторический памятник.
00.50 Святныи России. (6+)
01.50 В поисках Бога. (6+)
02.20 Встреча. (12+)
03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

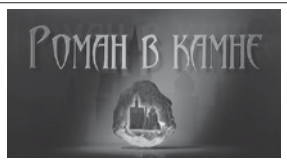
15 мая
Седмица 5-я по Пасхе. Глас 4.
Перенесение мощей блгв. кнн. Российских Бориса и Глеба, во Святом Крещении Романа и Давида.



Свт. Афанасия Великого, архиеп. Александрийского. Мчч. Еспера и Зои и чад их Кирика и Феодула. Блгв. и равноап. царя Бориса, во Святом Крещении Михаила, принявшего Крещение со своим народом в IX веке (Болг.). Свт. Афанасия, патриарха Константинопольского, Лубенского и Харьковского, чудотворца. Обретение мощей прп. Афанасия Сяндемского. Путивльской иконы Божией Матери.

Поста нет.
« Течение жизни скрыто от нас, и случайности ее бывают так непонятны, что нам ничего не остается, как взывать: Буди воля Твоя, Господи! Ибо знаем, что от Господа идет всегда одно добро. »
Свт. Феофан Затворник

РОССИЯ К
Культура



12.00 «Роман в камне»

07.35 14.15 «Блеск и слава Древнего Рима»
08.35 «Жизнь и судьба»
08.55 17.40 Забытое ремесло
09.15 22.15 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»
10.15 «Наблюдатель»
11.15 23.45 ХХ век
12.00 «Роман в камне»
13.00 Влюбиться в Арктику
13.30 «Игра в бисер»
15.05 «Ускорение»
15.30 «Сати. Нескучная классика...»
16.15 «Приключения Аристотеля в Москве»
17.15 «Передвижники»
17.55 00.35 Симфонические шедевры России
18.45 01.45 «Острова»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Искусственный отбор
21.30 «Белая студия»
22.55 01.25 Цвет времени
23.05 Документальная камера

ТВЦ



08.45 «ЗАГОВОР НЕБЕС». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «ЗАГОВОР НЕБЕС». (12+)
10.40 «Наследство советских миллионеров». (12+)
11.30 События
11.50 «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА». (12+)
17.00 «Шоу «Развод». (16+)
17.50 События.
18.10 «Петровка, 38». (16+)
18.25 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: ГАЛАТЕЯ». (12+)
22.00 События
22.40 «Закон и порядок». (16+)
23.10 «Крис Кельми. Рок, секс, алкоголь». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Назад в СССР». (12+)
01.25 «90-е. Комсомольцы». (16+)

ТВ-3



12.20 Мистические истории. (16+)

06.00 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
09.15 Утренние гадания. (16+)
09.30 16.50 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 Охотники за привидениями. (16+)
14.00 Гадалка. (16+)
18.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
21.15 «ГОСТЬ». (16+)
Для семьи Питерсонов наступили не самые благоприятные времена. Лаура и Спенсер и их дети Анна и Люк тяжело переживают смерть Калеба, старшего сына и брата, погибшего на войне в Афганистане.
23.30 Охотники за привидениями. (16+)
00.00 Мистические истории. (16+)
01.00 Знаки судьбы. (16+)
01.45 «Старец». (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



14.15 «СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)

07.35 Давай разведёмся! (16+)
08.35 Тест на отцовство. (16+)
10.45 «Понять. Простить». (16+)
12.00 «Порча». (16+)
12.30 «Знахарка». (16+)
13.05 «Верну любимого». (16+)
13.40 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.15 «СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)
19.00 «МЕЖДУ НАМИ ВЫПАЛ СНЕГ». (16+)
23.30 «Понять. Простить». (16+)
00.45 «Порча». (16+)
01.15 «Знахарка». (16+)
01.45 «Верну любимого». (16+)
02.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.35 Тест на отцовство. (16+)
04.15 Давай разведёмся! (16+)
05.05 «КОЛЫБЕЛЬ НАД БЕЗДНОЙ». (16+)

5 5-й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.30
«Известия». (16+)
05.25 «СЕКРЕТ НЕПРИСТУПНОЙ КРАСАВИЦЫ». (12+)
06.50 09.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
13.30 18.00 «ЛЕСНИК». (16+)
19.50 00.30 «СЛЕД». (16+)
22.25 «СВОИ-5». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.15 «Открытый эфир». (16+)
10.55 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
12.30 13.25 15.05 02.05 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «Пламя и сталь». (16+)
19.40 «Улика из прошлого». (16+)
22.55 «Между тем». (12+)
23.25 «СВИДАНИЕ НА МЛЕЧНОМ ПУТИ». (12+)
01.20 «Восход Победы». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ГРОЗДЬЯ ВИНОГРАДА». (16+)
12.00 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ». (12+)
13.00 16.30 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Полицейский вестник». (12+)
18.15 «Эксперт». (12+)
18.30 22.00 01.00 04.30 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.30 01.30 03.30 «От 7 до 17». (12+)
20.30 03.00 «Футбол губернии». (12+)
23.00 «ЖЕНЩИНА С ЛИЛИЯМИ». (16+)
Надежда Полунина - лучший акушер-гинеколог в Москве. Надежда любит свою работу, здесь у нее все получается: благодарные родители засыпают ее цветами и подарками.
00.45 «В тени чемпионов». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАРШ ТВ МАРШ СТРАНА МАРШ СТРАНА
06.00 14.25 «Лучшие из лучших». (12+)
06.30 «Наши иностранцы». (12+)
07.00 10.00 12.55 14.55 Новости
07.05 15.30 18.40 21.30 00.00 Все на Матч!
10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
10.25 Хоккей. Чемпионат мира. (0+)
13.00 «Есть тема!»
15.00 География спорта. (12+)
16.15 Хоккей. Чемпионат мира
19.00 Баскетбол. УНИКС (Казань) - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). Единая лига ВТБ. Финал. Прямая трансляция
21.40 Футбол. «Интер» (Италия) - «Милан» (Италия). Лига чемпионов. 1/2 финала. Прямая трансляция
00.55 Хоккей. Белоруссия - Россия. Лига Ставок Большой тур Сборной. Трансляция из Белоруссии. (0+)
03.05 Новости. (0+)
06.00 Регби. Чемпионат России. (0+)
07.50 10.00 13.00 Новости
07.55 «Громко». (12+)
09.00 03.10 «Парусный спорт». (16+)
09.30 Неделя КХЛ. (12+)
10.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
11.55 Спорт, который есть. (12+)
12.15 15.05 Спецрепортаж. (12+)
12.30 Что по спорту? (12+)
13.05 Дзюдо. Чемпионат мира. (0+)
14.05 Синхронное плавание
15.25 22.15 «бхб». Вольное обозрение. (0+)
16.00 Баскетбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
17.55 02.10 Танцевальный спорт. (0+)
18.55 04.05 Хоккей. Большой тур Сборной
21.20 Бокс. (0+)
22.45 «Есть тема!» (16+)
00.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Финал. (0+)
03.35 «Магия большого спорта». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 РУССКОЕ **ДОМ КИНО** **СУББОТА!** **СУББОТА!**
05.45 «ИЗГОЙ». (12+)
08.05 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
10.20 «ТЕРМИНАЛ». (12+)
12.40 «ПРИВЫЧКА ЖЕНИТЬСЯ». (16+)
14.45 «ВОДЫ СЛОНАМ!» (16+)
16.55 «ШОКОЛАД». (12+)
19.05 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
США, Канада, 2000 г. В ролях: Брюс Уиллис, Мэттью Перри, Наташа Хенстридж, Розанна Аркетт, Амандита Пит
20.55 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
22.40 «МАЛАВИТА». (16+)
00.35 «ВАСАБИ». (16+)
02.05 «ПЛАНЕТА КА-ПЭК». (12+)
03.55 «Хранители снов». Мультфильм. (6+)
05.30 «ДиноСити». «Пинкод». «Бодо Бородо». Мультсериалы. (6+)
09.10 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
11.10 «ОДНОКЛАСНИЦЫ». (16+)
12.30 «ОДНОКЛАСНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
13.50 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
15.25 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
16.55 «ДЕНЬ СЛЕПОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)
19.00 «ПЯТИЦА». (16+)
20.35 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
22.00 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)
Россия, 2019 г.
23.35 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (12+)
01.00 «БИТВА». (6+)
02.20 «СЧАСТЬЕ В КОНВЕРТЕ». (12+)
04.00 «ЗАТМЕНИЕ». (12+)
06.30 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
07.45 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
09.10 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
10.30 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
12.10 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
13.45 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
15.10 «СВАТЫ». (16+)
22.00 «БАЛАБОЛ-6». (16+)
01.45 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)
03.55 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ». (16+)
05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
17.00, 18.00, 18.50, 19.30, 20.20, 21.10, 22.00, 22.40 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)
23.30 Суббота News 2023. (16+)
23.50 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
00.50 Кулинарные детективы. (16+)
01.40, 02.50 «Я НЕ РОБОТ». (16+)
Сериял. Южная Корея, 2017-2018 гг.
03.50 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ** **ФЕНИКС ПЛЮС КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**
00.35 «ИГРА В ЧЕТЫРЕ РУКИ». (16+)
03.05, 03.55, 04.45, 05.35 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (12+)
06.25 «КАК ОТДЕЛАТЬСЯ ОТ ПАРНЯ ЗА 10 ДНЕЙ». (12+)
08.35 «ВАСАБИ». (16+)
10.20 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
12.45 «ДОКТОР ДУЛИТЛ-2». (12+)
14.20 «РОДИТЕЛИ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
15.50 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ-2». (12+)
17.50 «ТАКСИ». (16+)
19.30 «ПОЕЗДКА В АМЕРИКУ». (18+)
21.40 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ-2 1/2: ЗАПАХ СТРАХА». (12+)
23.10 «НА РЫБАЛКУ!» (12+)
07.30 Мультфильмы. (0+)
09.10 «АХ, ВОДЕВИЛЬ, ВОДЕВИЛЬ!». (12+)
10.25 «ПЕНА». (12+)
11.50 «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ». (12+)
13.20 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
15.00 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
17.00 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (12+)
18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-9». (16+)
20.00 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
21.30 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+)
23.00 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)
00.50 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериял. Мелодрама, Россия, 2007 г.
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ПРИМА-ДОННА». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)
15.00, 23.00 «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. ОШИБКА В ПРОГРАММЕ». (16+)
07.00 «ПРИИСК». (16+)
Сериял. Народный вестерн, Россия, 2005 г. В ролях: Алексей Зубков, Ярослав Бойко, Сергей Селин
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
15.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
Сериял. Россия, 2011-2016 гг. В ролях: Александр Якин, Наталья Земцова
В СССР кооператоров не любили, а молодых кооператоров не любили еще больше. Поэтому, когда Ваню пригласили выступить перед абитуриентами на Дне открытых дверей факультета, он очень удивился такому предложению.
22.05 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
01.10 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
04.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10, 00.00 В поисках святого города. Стопа Андрея Первозванного. 3 серия. (0+)
05.40 «ДЕВУШКА СПЕШИТ НА СВИДАНИЕ». (0+)
06.55 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30, 21.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
11.05 В поисках Бога. (6+)
11.35, 00.30 Расскажи мне о Боге. (6+)
12.10 Профессор Осипов. (0+)
12.45 Простые чудеса. (12+)
13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Старицкий Свято-Успенский монастырь. (0+)
15.40 «ПРИТЧИ-4». (0+)
17.20, 18.25 «ЭТО НАШИ ДЕТИ!» 1-2 серия. (12+)
Россия, 2015 г.
19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.05 Служба спасения семьи. (16+)
23.05 День Патриарха. (0+)
23.20 Новый Иерусалим. Цикл: Специальный корреспондент с Аркадием Мамонтовым. (0+)
01.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
01.50 Щипков. (12+)
02.20 Встреча. (12+)
03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь


16 мая
Седмица 5-я по Пасхе. Глас 4.
Прп. Феодосия,
игумена Киево-Печерского.
Мчч. Тимофея и Мавры.
Прп. Петра чудотворца, еп. Аргосского. Свт. Феодана Перифеорийского. Прпп. Иулианы и Евпраксии Московских. Сщмч. Николая пресвитера. Икон Божией Матери: Успения Киево-Печерской, принесенной из Царьграда, Печерской (с предстоящими Антонием и Феодосием Печерскими) и Свенской.
Поста нет.

« В том, что существует, нет ничего беспорядочного, ничего неопределенного, ничего напрасного, ничего случайного. Не говори: злая случайность или недобрый час. Это слова людей невежественных». Свт. Василий Великий

МУЗЫКА


МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
07.15 PRO-клип. (16+)
07.20 Каждое утро. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 WEB чарт. (16+)
10.00 Плейлист | Весна. (16+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
12.00 Юмор FM чарт. (16+)
13.00 Консервы. (16+)
14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Плейлист. (16+)
16.30 Приехали! Дели. (16+)
17.00 Прогноз по году. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Плейлист | Весна. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 Лайкер. (16+)
22.00 Чёс на износ. (16+)
23.00 PRO-новости. (16+)
23.20 Плейлист | Весна. (16+)
00.30 Хиты по-русски. (16+)
01.30 Лайкер. (16+)

ПЕРВЫЙ




18.00 Вечерние новости (с субтитрами)

РОССИЯ 1




16.30 «Малахов». (16+)

НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

СТС




11.40 «КОРОЛЕВА». (12+)

ТНТ



14.00 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



00.30 «ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (18+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ТРЕЙДЕР». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 Подкаст. Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР: ВОСЕМЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
- Ольга возмущена тем, что Пётр подключился к расследованию смерти её мужа, и просит его подыскать себе другое жильё.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ». (16+)
- 03.45 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

- 04.55 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.50 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «БОРЩИ». (16+)
- В местном ДК обнаруживают людей в гипнотическом состоянии - их обокрали, но они ничего не помнят.
- 22.15 «ЧИНГАЧГУК». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+)
- 00.45 «БЕЗДНА». (16+)
- 03.20 «ПЕТРОВИЧ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Буба». (6+)
- 06.45 «Детектив Финник». (0+)
- 07.00 «СОВЕРШЕННО ЛЕТНИЕ». (12+)
- 08.00 «ЮНОСТЬ». (16+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.40 «ОТ КУТЮР». (12+)
- 11.40 «КОРОЛЕВА». (12+)
- 13.35 «КУХНЯ». (16+)
- 18.30 «ЮНОСТЬ». (16+)
- 20.00 Премьера! Обратный отсчёт. (16+)
- 21.00 «ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
- Профессиональный футболист Пол Кру попадает в тюрьму за вождение автомобиля в нетрезвом состоянии.
- 23.20 «ОНА - МУЖЧИНА». (12+)
- 01.25 «ЭКСТРАСЕНСЫ». (18+)
- 03.05 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)
- 04.40 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 07.30 «Однажды в России». (16+)
- 14.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 21.00 «ЗВЁЗДНЫЙ СУД». (16+)
- 22.00 «Женский Стендап. Дайджесты-2022». (16+)
- «Женский Стендап» - шоу, в котором женщины честно и открыто шутят обо всем, что их волнует и веселит. За несколько лет на ТНТ проект обрел свою преданную аудиторию, а участники стали суперзвездами российского юмора.
- 23.00 «Женский клуб». (16+)
- 01.00 «Импровизация. Команды. Дайджест». (16+)
- 02.40 «Студия «Союз». Дайджест». (16+)
- 03.30 «Студия «Союз». (16+)
- 05.00 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

- 05.00 18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР - СТРИТ». (16+)
- 22.05 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА**
- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
 - 05.10 «Тайны Медовой долины». (12+)
 - 05.25 «Простоквашино». (12+)
 - 05.40 Кондитер. (16+)
 - 06.40 Пятница News. (16+)
 - 07.00 Любовь на выживание. (16+)
 - 09.00 Тревел-баттл. (16+)
 - 11.20 На ножах. (16+)
 - 00.00 «НАЕМНИК». (18+)
 - 01.50 Пятница News. (16+)
 - 02.20 Инсайдеры. (16+)
 - 04.00 Пятница News. (16+)
 - 04.25 «Тайны Медовой долины». (12+)
- Ю**
- 05.35 «Маша и Медведь». (0+)
 - 09.05 «КЛОУН». (16+)
 - 12.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 - 16.10 «Беременная в 16». (16+)
 - 17.15 «Беременная в 45». (16+)
 - «Беременная в 45» - это уникальные истории женщин 45+ из разных городов нашей страны, которые цепляют за душу и никого не оставят равнодушным.
 - 20.00 «КЛОУН». (16+)
 - 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
 - 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
 - 02.15 «Измены». (18+)
 - 04.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)

- ЧЕ!**
- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
 - 06.40 Улётное видео. Топ-35. (16+)
 - 07.30 Улётное видео. (16+)
 - 10.30 «СОЛДАТЫ-5». (12+)
 - 17.00 Улётное видео. (16+)
 - 20.00 Охотники. (16+)
 - 21.00 Решала. (16+)
 - Ведущий проекта Влад Чижов - блогер, который ведет свой паблик в сети и помогает жертвам мошенников вернуть деньги и восстановить справедливость
 - 23.00 Опасные связи. (18+)
 - 02.50 Решала. (16+).
- МИР**
- 05.00, 03.25 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
 - 06.00, 10.10 «ЗАПИСКИ ЭКСПЕДИТОРА ТАЙНОЙ КАНЦЕЛЯРИИ». (12+)
 - 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.05 Новости
 - 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
 - 14.10, 16.15, 01.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
 - 15.05, 01.50 Дела судебные. Новые истории. (16+)
 - 16.35 Мировое соглашение. (16+)
 - 18.50 Игра в кино. (12+)
 - 22.05 «МАРЬИНА РОЩА» (16+)
 - 00.40, 02.35 Наше кино (12+)
 - 02.20 (Не)Фантастика. (12+)

- ОТР**
- 06.00 «Утро вместе». (12+)
 - 10.10 18.00 «ОСКОЛКИ». (12+)
 - 11.25 «ЮМОРИСТ». (16+)
 - 15.10 23.20 «СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ». (16+)
 - 16.05 00.15 «Ехал Грека». (12+)
 - 16.50 «Разбудить волка». (12+)
 - 17.00 «Открытая наука». (12+)
 - 18.00 «Губернская новости». (12+)
 - 21.00 «ДВОЕ». (16+)
 - 22.35 «На приём у главного врача». (12+)
 - 01.00 ОТражение. Главное. (12+)
- Победа**
- 04.10 «Путь к Победе» (16+)
 - 05.10 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
 - 07.20 «УБИТЬ СТАЛИНА» (16+)
 - 14.40 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
 - Чтобы уцелеть в вихре гражданской войны, мальчишки из разных миров, - Илья, воспитанный офицером японского гарнизона, и кадет Аркадий, сын полковника, - выдают себя за братьев. Но отнюдь не братское чувство будет помогать им искать свой путь в полные надежд, обретений и разочарований 1920-е и 1930-е.
 - 23.59 «Путь к Победе» (16+)
 - 01.00 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (12+)
 - 03.50 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)

ДЕТСКИЕ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
 - 06.35, 11.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
 - 08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
 - 08.30, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
 - 09.00 «Буба». (6+)
 - 09.35 «Друзья на все времена. Чебурашка и крокодил Генна: Чебурашка». (0+)
 - 10.00 «Фиксики. Дай пять! Скелет». (0+)
 - 10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
 - 11.00 «Сказочный патруль». (0+)
 - 14.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
 - 15.00 «Ник-изобретатель». (0+)
 - 15.30 «Приключения Бубы». (6+)
 - 17.00 «Друзья на все времена. Чуня», «Хитрая ворона», «Жирафа и очки». (0+)
 - 17.25, 22.00 «Фиксики». (0+)
 - 18.00 «Монсики». (0+)
 - 18.25 «Умка». (0+)
 - 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 19.25 «Кошечки-собачки. Милые пёсики. Вкусная геометрия». (0+)
 - 19.30 «Ми-Ми-Мишки. Паровоз». (0+)
 - 20.55 «Машины сказки». (0+)
 - 21.30 «Бобр добр». (0+)
 - 22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)
 - 23.00 «Турбозавры». (0+)
 - 23.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
 - 00.00 «Летающие звери». (0+)
 - 00.30 «Бодо Бородо. Боксёр». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние пташки. «Йоко». (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.35 «Цветяшки!» (0+)
 - 08.10 «Супер МЯУ». (0+)
 - 09.15 «Смешарики». (0+)
 - 10.15 «Петронико». (0+)
 - 10.45 «За секунду до счастья!» (0+)
 - 11.10 «Маша и Медведь». (0+)
 - 12.55 «Инфинити Надо». (6+)
 - 13.10 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
 - 13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
 - 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
 - 14.10 «Герои Эввелла». (6+)
 - 15.30 «Ералаш». (6+)
 - 16.50 «Команда Флоры». (0+)
 - У природы беда - команда Флоры спешит туда!
 - 18.20 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
 - 18.30 «Геройчики». (0+)
 - 20.15 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 «Оранжевая корова». (0+)
 - 22.00 «Инфинити Надо». (6+)
 - 22.25 «Гризли и лемминги». (6+)
 - 23.40 «Хитрая ворона». (0+)
 - 23.50 «Чуня». (0+)
 - 00.00 «Живая игрушка». (0+)
 - 00.10 «Заяц Коська и родничок». (0+)
 - 00.20 «Грибной дождик». (0+)
 - 00.30 «Жёлтики». (0+)
 - 00.40 «Верлиока». (0+)
 - 00.50 «Однажды утром». (0+)
 - 00.55 «Волшебный фонарь». (0+)
 - 03.25 «Зук». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- VIJU HISTORY!**
- 02.00 «Историограф». (12+)
 - 02.40, 14.05 «Россия на-учная. Великие имена». (12+)
 - 03.05 «Историада». (12+)
 - 04.00 Профилатика на канале с 04.00 до 10.00
 - 10.00, 10.25 Книжные аллеи. (12+)
 - 10.55 Большое путешествие по Италии. (12+)
 - 12.00 Герасимовы. (12+)
 - 12.45 Старая Ладога. Первая столица Древней Руси. (12+)
 - 13.10 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)
 - 14.35 Великая Северная война. (12+)
 - 15.00 Великие живописцы. (12+)
 - 16.00 Кольцо «А». (12+)
 - 16.10 Народный фронт Победы. (12+)
 - 16.40 Морской узел. (12+)
 - 17.05 Жил-был Дом. (6+)
 - 17.35 Семь дней истории. (12+)
 - 17.45 Ключ на шпигле Государевой башни. (12+)
 - 18.35, 22.00 Обыкновенная история. (6+)
 - 18.45 Недописанные мемуары. (12+)
 - 19.40 История одной фотографии. (6+)
 - 20.00 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)
 - 20.55 Народовластие. (12+)
 - 21.20 Не квартира - музей. (12+)
 - 21.35 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
 - 22.10, 23.05 История оружия. (16+)

- VIJU HISTORY**
- 06.15, 07.05 Покинутые места. (12+)
 - 08.05, 09.05 Древние конструкторы. (12+)
 - 10.00 Место преступления: древность: Загадочное насилие. (16+)
 - 11.00 Место преступления: древность: Смертельные последствия. (16+)
 - 12.00 Запретная история: Загадка пропавших сокровищ Японии. (12+)
 - 12.50 Запретная история: Туринская плащаница. (12+)
 - 13.45 «ГЛАВНЫЙ ГРЕК РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ» (12+)
 - 15.05 Первый полет: покорение неба. (12+)
 - 16.05 Древние конструкторы: Тайны Нотр-Дам. (12+)
 - 17.05 Древние конструкторы: Тайны Ангор-Вата. (12+)
 - 18.00 Место преступления: древность. (16+)
 - 19.00 Перу: жертвоприношения. (12+)
 - 20.00 Запретная история: В поисках Ноева ковчега. (12+)
 - 20.50 Запретная история: Загадка хрустальных черепов. (12+)
 - 21.45 Покинутые места: Кровавое наследие. (12+)
 - 22.45 Линии фронта: Мидуэй. (12+)
 - 23.40, 00.35 Древние конструкторы. (12+)
 - 01.30, 02.25 Место преступления: древность. (16+)
 - 03.20, 04.05 Запретная история. (12+)
 - 04.50 Первый полет: покорение неба. (12+)
- Здоровое ТВ**
- 06.10 Индустрия красоты. (12+)
 - 06.35 Сила еды. (6+)
 - 07.00 Спортивный вопрос. (12+)
 - 07.15 Имеешь право. (12+)
 - 07.25 Начни с себя. (12+)
 - 07.55 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
 - 08.20, 08.45, 17.30, 23.10, 04.25 Иллюзия счастья. (16+)
 - 09.15, 18.00, 23.35 Остеопатия. (12+)
 - 09.40, 12.45, 18.25, 00.00 Рецепты врачей. (12+)
 - 10.05, 13.10, 18.50, 00.25 Спросите тренера. (12+)
 - 10.30, 13.35, 19.20, 00.55 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)
 - 10.50, 13.55, 16.55, 19.40, 22.30, 01.10 Прокатать за 600 секунд. (16+)
 - 11.00, 11.25, 14.05, 19.50, 01.20 Почти серьезно. (12+)
 - 11.50, 14.30, 14.55, 20.15, Пора в декрет. (12+)
 - 12.15, 03.30 Начни с себя. (12+)
 - 15.25, 20.45, 02.10 Индустрия красоты. (12+)
 - 15.50, 21.10, 02.40 Сила еды. (6+)
 - 16.15, 21.35, 03.05 Спортивный вопрос. (12+)
 - 16.30, 21.50, 22.05, 03.20, 05.40, 05.55 Имеешь право. (12+)
 - 16.45, 22.20 Клиника Доктора Шиловой. (12+)
 - 17.05, 22.40, 04.00 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
 - 04.50, 05.15 Чифферные дети. (16+)

РОССИЯ К
Культура



09.10 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»

- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 «Раскрытие тайн Вавилона»
- 08.35 «Жизнь и судьба»
- 08.55 «Забывтое ремесло»
- 09.10** 22.15 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 23.45 XX век
- 13.00 Влюбиться в Арктику
- 13.30 «Мария Кнебель»
- 14.15 «Блеск и слава Древнего Рима»
- 15.05 «Властелины кольца»
- 15.30 «Белая студия»
- 16.15 «Поездка для души»
- 17.15 «Библейский сюжет»
- 17.45 01.00 Симфонические шедевры России
- 18.45 01.50 «Острова»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Абсолютный слух
- 21.30 Власть факта
- 23.05 Документальная камера

ТВЦ



08.45 «СМЕРТЬ НЕ ТАНЦУЕТ ОДНА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45** «СМЕРТЬ НЕ ТАНЦУЕТ ОДНА». (12+)
- 10.40 «Список Фурцевой: чёрная метка». (12+)
- 11.30 События
- 11.50** «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00** «ПОКОПАЙТЕСЬ В МОЕЙ ПАМЯТИ». (12+)
- 16.55 «На экран - через постель». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25** «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РЕБУС ДЛЯ НИНЫ». (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Назад в СССР». (12+)
- 01.25 «Дикие деньги». (16+)
- 02.10 «Смерть артиста» (12+)

ТВ-3



06.00 Утренние гадания. (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Охотники за привидениями. (16+)
- 14.00 Гадалка. (16+)
- 16.50 «Слепая». (16+)
- 18.30** «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
- 21.15** «УСКОРЕНИЕ». (16+)
Алекс не только красивая девушка, но и профессиональный вор, чьи навыки делают ее лучшей в своей области.
- 23.15 Охотники за привидениями. (16+)
- 00.00 Мистические истории. (16+)
- 01.00 Знаки судьбы. (16+)
- 01.45 «Нечисть». (12+)
- 04.00 «Городские легенды». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

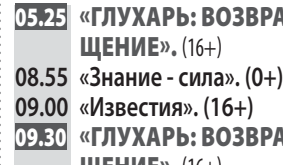
ДОМАШНИЙ



07.40 Давай разведёмся! (16+)

- 07.40 Давай разведёмся! (16+)
- 08.40 Тест на отцовство. (16+)
- 10.55 «Понять. Простить». (16+)
- 12.10 00.35 «Порча». (16+)
- 12.45 «Знахарка». (16+)
- 13.20 «Верну любимого». (16+)
- 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.30** «СЧАСТЬЕ МЕНЯ НАЙДЁТ». (16+)
- 19.00** «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.10 «Знахарка». (16+)
- 01.40 «Верну любимого». (16+)
- 02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.30 Тест на отцовство. (16+)
- 04.10 Давай разведёмся! (16+)
- 05.00** «КОЛЫБЕЛЬ НАД БЕЗДНОЙ». (16+)

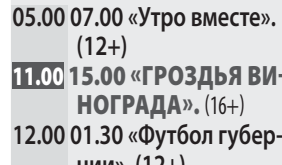
5-й КАНАЛ



05.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)

- 05.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30** «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30** 18.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 19.50** 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.25** «СВОИ-5». (16+)
- 23.10** «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.15** «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 10.55** «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
- 12.30** 13.25 15.05 02.05 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)
- 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.55 «Пламя и сталь». (16+)
- 19.40 «Секретные материалы». (16+)
- 22.55 «Между тем» с Наталей Метлиной. (12+)
- 23.25** «НЕПОДСУДЕН». (12+)
- 01.15 «Восход Победы». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00** 15.00 «ГРОЗДЬЯ ВИНОГРАДА». (16+)
- 12.00 01.30 «Футбол губернии». (12+)
- 12.30 18.00 03.30 «От 7 до 17». (12+)
- 13.00** 16.30 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 18.30 01.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 22.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 17.30 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 18.45 22.00 «Парламентский дневник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.15 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 «Территория успеха». (12+)
- 23.00** «ТРАНЗИТ». (16+)
Известный московский архитектор Владимир Багров направлен в длительную командировку в Африку...
- 04.00** «ТАКИЕ РАЗНЫЕ». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ!** МАТЧ! ТВ МАТЧ СТРАНА МАТЧ СТРАНА
- 06.00 14.25 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 10.00 12.55 14.55 Новости
- 07.05 15.30 18.40 21.30 00.00 Все на Матч!
- 10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 Хоккей. Словения - Норвегия. Чемпионат мира. (0+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 15.00 «Вид сверху». (12+)
- 16.15 Хоккей. США - Австрия. Чемпионат мира
- 19.10 Футбол. «Краснодар» - «Урал». (Екатеринбург). Кубок России. Финал
- 21.40 Футбол. «Манчестер Сити» (Англия) - «Реал» (Мадрид, Испания). Лига чемпионов. 1/2 финала
- 00.55 Хоккей. Финляндия - Франция. Чемпионат мира. (0+)
- 03.05 Новости. (0+)
- 03.10 Лёгкая атлетика. Мировой континентальный тур. Трансляция из Кении. (0+)
- 06.00 Регби. Чемпионат России. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Синхронное плавание
- 08.55 15.05 20.00 Спецрепортаж. (12+)
- 09.15 «Мой первый тренер». (12+)
- 09.30 02.40 «6x6». (0+)
- 10.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Финал. (0+)
- 11.55 Танцевальный спорт. (0+)
- 13.05 Дзюдо. Чемпионат мира. (0+)
- 14.05 Бокс. Чемпионат мира. Лучшие бои. (0+)
- 15.25 «Парусный спорт». (16+)
- 16.00 Баскетбол 3x3. Единая Континентальная Лига
- 20.15 Хоккей. Финляндия - Франция. Чемпионат мира
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 00.00 «Вид сверху». (12+)
- 00.30 Профессиональный бокс. (16+)
- 03.10 Неделя КХЛ. (12+)
- 03.35 Спорт, который есть. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Каждое утро. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 07.15 PRO-клип. (16+)
- 07.20 Каждое утро. (16+)
- 08.10 Teen чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 10.00 Это было красиво. (16+)
- 10.30, 11.00 #ЯНАМУЗТВ (16+)
- 12.00 Моя волна. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Top-15 Like FM. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Битва фанклубов. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.00 WEB чарт. (16+)
- 20.00 Хит-сториз. (16+)
- 20.30 Лайкер. (16+)
- 22.00 Кошмаром по жизни: Фоби звезд. (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (16+)
- 01.30 Наше. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 РУССКОЕ**
- 05.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
- 07.10 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- 09.00 «МАЛАВИТА». (16+)
- 11.00 «ВАСАБИ». (16+)
- 12.40 «ПЛАНЕТА КА-ПЭК». (12+)
- 14.45 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (6+)
- 17.00 «ПАРАНОЙЯ». (12+)
- 18.55 «ПРИЗРАК». (16+)
- 21.10 «МАРТОВСКИЕ ИДЫ». (16+)
США, 2011 г. В ролях: Райан Гослинг, Джордж Клуни, Филип Сеймур Хоффман
- 23.00 «ФИНАНСОВЫЙ МОНСТР». (16+)
- 00.45 «ДНЕВНИК БРИДЖЕТ ДЖОНС». (18+)
- 02.15 «БРИДЖИТ ДЖОНС: ГРАНИ РАЗУМНОГО». (16+)
- 03.50 «БРИДЖИТ ДЖОНС-3». (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
- 01.00 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- 03.25, 04.10, 05.05, 05.55 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (12+)
- 06.45 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 08.20 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ». (6+)
- 10.10 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ». (12+)
- 12.05 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ-2». (12+)
- 14.05 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ». (16+)
- 15.40 «ПОЕЗДКА В АМЕРИКУ». (18+)
- 17.50 «ТАКСИ-2». (16+)
- 19.30 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 21.20 «ГОЛЫЙ ПИСТОЛЕТ 33 1/3: ПОСЛЕДНИЙ ВЫПАД». (16+)
- 22.50 «ДУРДОМ НА КОЛЕСАХ». (12+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
- 07.45 Мультфильмы. (0+)
- 08.55 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ». (12+)
- 10.50 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
- 12.25 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВСПРЕЩЕН». (12+)
- 13.45 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ!». (12+)
- 15.20 «ВЫСОТА». (12+)
- 17.00 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
- 18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)
- 20.00 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
- 22.30 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (12+)
- 00.00 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА». (12+)
- 01.25 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
- 02.55 «ВЕЧЕРНИЙ ЛАБИРИНТ». (12+)
- ДОМ КИНО**
- 05.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.25 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- 07.45 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 09.10 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 10.30 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
- 11.50 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 13.10 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
- 14.30 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «БАЛАБОЛ-6». (16+)
Сериал. Россия, 2022 г.
- 01.50 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
Россия, 2020 г.
- 03.25 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (16+)
- 04.55 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (16+)
- СУББОТА!**
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 17.00, 17.50, 18.30, 19.20, 20.00, 20.50, 21.40, 22.20 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)
- 23.15 Суббота News 2023. (16+)
- 23.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 00.30 Кулинарные детективы (субтитры). (16+)
- 01.20, 02.30 «Я НЕ РОБОТ». (16+)
- 03.35 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
- 03.45 «Буба-4». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- СТC LOVE**
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
Жене, чтобы поправить свои оценки, необходимо сыграть за сборную школы в футбол. Она очень рада этому событию, но есть одна проблема - команда мальчишеская.
- 15.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 22.05 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
Сеня и Федя решили открыть собственный бизнес - закускую на колесах. Совместная работа не ладится с первого дня...
- 01.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
- 04.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 11.35 Расскази мне о Боге. (6+)
- 05.40 «СЧАСТЛИВЫЙ РЕЙС». (0+)
СССР, 1949 г.
- 07.10 Мультфильмы
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30, 21.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 11.05 В поисках Бога. (6+)
- 12.10, 01.05 Профессор Осипов. (0+)
- 12.45, 01.35 Простые чудеса. (12+)
- 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Новый Иерусалим. Цикл Специальный корреспондент с Аркадием Мамоновым. (0+)
- 15.45 «НОЧЬ КОРОТКА». (16+)
- 17.20, 18.25 «ЭТО НАШИ ДЕТИ!» 2-3 серии. (12+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.05 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Животный источник». Икона Божией Матери «Неупиваемая чаша». (0+)
- 22.40 Русский мир. (12+)
- 23.45 День Патриарха. (0+)
- 00.00 «Неупиваемая Чаша». Цикл: Царица Небесная. (0+)
- 00.30 Суворов. Возрождение. (0+)
- 02.20 Встреча. (12+)
- 03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

17 мая
Седмица 5-я по Пасхе. Глас 4. Отдание праздника Преполовления Пятидесятницы. Мц. Пелагии, девы Тарсийской.



Сщмч. Еразма, еп. Формийского. Сщмч. Альвиана, еп. Анейского, и учеников его. Сщмч. Сильвана, еп. Газского, и с ним 40 мучеников. Прпп. Никиты, Кирилла, Никифора, Климента и Исаакия, братьев Алфановых (Сокольниковых) в Новгороде. Сщмч. Иоанна пресвитера. Сщмч. Николая диакона. Старо-русской иконы Божией Матери.

Постный день. Разрешается рыба.
« Чтобы увидеть Бога в Промысле Его, нужна чистота ума, сердца и тела. Для обретения чистоты нужна жизнь по заповеди Евангелия. »
Свт. Игнатий Брянчанинов

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	REN
10.45 Информационный канал. (16+)	17.30 «60 минут». (12+)	17.30 «60 минут». (12+)	08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)	02.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)	02.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)	08.30 «Битва пикников». (16+)	20.00 «БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)	
05.00 «Доброе утро»	05.00 Утро России	05.00 Утро России	04.55 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+)	06.00 Ералаш. (0+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	
09.00 Новости (с субтитрами)	09.00 Вести. Местное время	09.00 Вести. Местное время	06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)	06.30 «Буба». (6+)	06.30 «Буба». (6+)	07.30 «Однажды в России». (16+)	06.00 «С бодрим утром!» (16+)	
09.20 «АнтиФейк». (16+)	09.30 Утро России	09.30 Утро России	08.00 «Сегодня»	06.45 «Детектив Финник». (0+)	06.45 «Детектив Финник». (0+)	08.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	
09.55 «Жить здорово!». (16+)	11.00 Вести	11.00 Вести	08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)	07.00 «СОВЕРШЕННО ЛЕТНИЕ». (12+)	07.00 «СОВЕРШЕННО ЛЕТНИЕ». (12+)	08.30 «Битва пикников». (16+)	09.00 «Засекреченные спски». (16+)	
10.45 Информационный канал. (16+)	14.00 Вести	14.00 Вести	10.00 «Сегодня»	08.00 «ЮНОСТЬ». (16+)	08.00 «ЮНОСТЬ». (16+)	09.00 «Однажды в России». (16+)	11.00 «Как устроен мир». (16+)	
12.00 Новости (с субтитрами)	14.30 Вести. Местное время	14.30 Вести. Местное время	10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)	09.05 «ОНА - МУЖЧИНА». (12+)	09.05 «ОНА - МУЖЧИНА». (12+)	14.00 «САШАТАНЯ». (16+)	12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	
12.15 Информационный канал. (16+)	14.55 «Кто против?». (12+)	14.55 «Кто против?». (12+)	13.00 «Сегодня»	11.15 «ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)	11.15 «ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)	21.00 «ЗВЁЗДНЫЙ СУД». (16+)	13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	
15.00 Новости (с субтитрами)	16.00 Вести	16.00 Вести	13.25 «Чрезвычайное происшествие»	13.35 «КУХНЯ». (16+)	13.35 «КУХНЯ». (16+)	22.00 «Женский Стендап. Дайджесты-2022». (16+)	14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	
15.15 Информационный канал. (16+)	16.30 «Малахов». (16+)	16.30 «Малахов». (16+)	14.00 «Место встречи»	18.30 «ЮНОСТЬ». (16+)	18.30 «ЮНОСТЬ». (16+)	23.00 «Однажды в России». (16+)	15.00 «Неизвестная история». (16+)	
16.00 «Мужское / Женское». (16+)	17.30 «60 минут». (12+)	17.30 «60 минут». (12+)	16.00 «Сегодня»	20.00 «МЕДАЛЬОН». (12+)	20.00 «МЕДАЛЬОН». (12+)	00.00 «Концерты». (16+)	17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+)	
16.50 Информационный канал. (16+)	20.00 Вести	20.00 Вести	16.50 «За гранью». (16+)	21.45 «ИП МАН-3». (16+)	21.45 «ИП МАН-3». (16+)	01.00 «Импровизация. Команды. Дайджест». (16+)	20.00 «БЕГУЩИЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)	
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)	21.05 Вести. Местное время	21.05 Вести. Местное время	17.50 «ДНК». (16+)	00.00 «ИП МАН-4». (16+)	00.00 «ИП МАН-4». (16+)	01.50 «Импровизация. Команды». (16+)	21.55 «Смотреть всем!» (16+)	
18.20 Информационный канал. (16+)	21.20 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР: ВОСЕМЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)	21.20 «ЗЕМСКИЙ ДОКТОР: ВОСЕМЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)	19.00 «Сегодня»	02.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)	02.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)	02.40 «Студия «Союз». (16+)	00.30 «ПЕРВОЕ УБИЙСТВО». (18+)	
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)	Иван Шмелёв продолжает настойчиво искать встреч с Ольгой. Он намекает, что Пётр и мэр Изотов занимались благотворительностью с целью наживы.	Иван Шмелёв продолжает настойчиво искать встреч с Ольгой. Он намекает, что Пётр и мэр Изотов занимались благотворительностью с целью наживы.	20.00 «БОРЩИ». (16+)	04.25 «Мультфильмы». (0+)	04.25 «Мультфильмы». (0+)	04.15 «Студия «Союз». Дайджест». (16+)		
21.00 «Время»	23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)	23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)	22.15 «ЧИНГАЧГУК». (16+)	05.50 Ералаш. (0+)	05.50 Ералаш. (0+)	05.00 «Открытый микрофон». (16+)		
22.00 «ТРЕЙДЕР». (16+)	02.05 «МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ». (16+)	02.05 «МОСКОВСКАЯ БОРЗАЯ». (16+)	23.35 «Сегодня»					
23.00 «Большая игра». (16+)	03.45 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)	03.45 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)	00.00 «ЧИНГАЧГУК». (16+)					
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)			00.45 «Поздняков». (16+)					
			01.00 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)					
			02.00 «Агентство скрытых камер». (16+)					
			03.00 «ПЕТРОВИЧ». (16+)					

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)	06.00 Идеальный ужин. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+)	06.00 «Утро вместе». (12+)
05.10 «Тайны Медовой долины». (12+)	06.50 Улётное видео. Топ-35. (16+)	10.10 18.00 «ОСКОЛКИ». (12+)	10.10 18.00 «ОСКОЛКИ». (12+)
05.25 «Простоквашино». (12+)	07.30 Улётное видео. (16+)	11.25 «ДВОЕ». (16+)	11.25 «ДВОЕ». (16+)
05.40 Кондитер. (16+)	10.30 «СОЛДАТЫ-5». (12+)	15.10 23.20 «СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ». (16+)	15.10 23.20 «СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ». (16+)
06.40 Пятница News. (16+)	17.00 Улётное видео. (16+)	16.05 00.15 «Ехал Грека». (12+)	16.05 00.15 «Ехал Грека». (12+)
07.00 Любовь на выживание. (18+)	20.00 Решала. (16+)	16.50 «Собачья площадка». (0+)	16.50 «Собачья площадка». (0+)
09.10 Тревел-баттл. (16+)	21.00 Заступницы. (16+)	17.00 «Формула здоровья». (12+)	17.00 «Формула здоровья». (12+)
11.20 17.00 Четыре свадьбы. (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	18.00 «Губернские новости». (12+)	18.00 «Губернские новости». (12+)
23.00 Пробный переезд. (16+)	Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой.	21.00 «ЛЕБЕДЕВ ПРОТИВ ЛЕБЕДЕВА». (12+)	21.00 «ЛЕБЕДЕВ ПРОТИВ ЛЕБЕДЕВА». (12+)
23.50 «БОЛЬШОЙ КУШ». (18+)	02.50 Решала. (16+)	22.35 «Моя история». (12+)	22.35 «Моя история». (12+)
01.50 Пятница News. (16+)	05.15 Идеальный ужин. (16+)	01.00 ОТражение. Главное. (12+)	01.00 ОТражение. Главное. (12+)
02.20 Инсайдеры. (16+)			
05.45 «Маша и Медведь». (0+)	05.00, 03.25 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)	05.20 «Путь к Победе». (16+)	05.20 «Путь к Победе». (16+)
09.00 «КЛОН». (16+)	06.30 Мультфильмы. (6+)	06.20 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)	06.20 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)
12.00 «Это было красиво». (16+)	07.00, 00.40, 02.35 Наше кино. История большой любви. (12+)	13.30 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАББАТ». (16+)	13.30 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАББАТ». (16+)
12.30 «Моя свекровь - монстр». (16+)	07.30, 10.10, 22.05 «МАРЬИНА РОЩА». (16+)	1984 год, разгорается афганская война. В СССР перестройка, «холодная война» в самом разгаре. На этом фоне развивается история двух влюбленных - Мити и Ани, которые оказались разлучены. Родители Ани - диссиденты - вынуждены были вместе с дочерью эмигрировать в Америку. Митя остается в СССР..	23.59 «Путь к Победе». (16+)
15.40 «Я стесняюсь своего тела». (16+)	10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.05 Новости	00.00 «ММАРИЯ. СПАСТИ МОСКВУ». (16+)	00.00 «ММАРИЯ. СПАСТИ МОСКВУ». (16+)
Часто люди запускают свои болезни из-за банального страха: а что подумают люди? А что скажут доктора? Будут ругать, что так затянул... Врачи нашего проекта докажут, что бояться не стоит.	13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	02.50 «ПЕРЕГОН». (16+)	02.50 «ПЕРЕГОН». (16+)
20.00 «КЛОН». (16+)	14.10, 16.15, 01.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)		
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)	15.05, 01.50 Дела судебные. Новые истории. (16+)		
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)	16.35 Мировое соглашение. (16+)		
02.15 «Измены». (18+)	18.50 Игра в кино. (12+)		
	02.20 (Нр)Фантастика. (12+)		

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ	МУЛЬТ	КАРУСЕЛЬ	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)	05.00 Ранние пташки. (0+)	06.15, 20.00 Историада. (12+)	06.00 Музейные тайны: Единорог Ланселот. (12+)
06.35, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)	07.10 На пути к Великой Победе. (12+)	06.45 Покинутые места: Кровавое наследие. (12+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	07.35 «Цветняшки!» (0+)	07.35, 22.40 Пешком по Москве. (6+)	07.40 Линии фронта. (12+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	08.10 «Супер МЯУ». (0+)	08.00 Герасимовы. (12+)	08.35, 09.30 Древние конструкторы. (12+)
08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	09.15 «Смешарики». (0+)	08.45 Старая Ладога. Первая столица Древней Руси. (12+)	10.30 Место преступления: древность: Заговор и месть. (16+)
09.00 «Буба». (6+)	10.15 «Петронико». (0+)	09.10 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)	11.25 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)
09.25 Друзья на все времена. «Чебурашка и крокодил Гена: Шапокляк, Чебурашка идет в школу». (0+)	10.45 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)	10.05 Россия научная. Великие имена. (12+)	12.25, 13.15 Запретная история. (12+)
10.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)	11.00 «Маша и Медведь». (0+)	10.35 Великая Северная война. (12+)	14.00 Фаберже, сотворение легенды. (12+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)	12.55 «Инфинити Надо». (6+)	11.00 Великие живописцы. (12+)	15.00 Карман России. (12+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	13.10 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)	12.00 Ключ на шпигле Государевой башни. (12+)	16.10 Древние конструкторы: Сила воды. (12+)
11.35 «Ми-Ми-Мишки. Паровоз». (0+)	13.35 «Дикие скричеры!» (6+)	12.45 Недописанные мемуары. (12+)	17.05 Древние конструкторы: Величайшие корабли в истории. (12+)
14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)	13.45 История одной фотографии. (6+)	18.05 Время великанов. (12+)
15.00 «Ник-изобретатель». (0+)	14.10 «Герои Эввелла». (6+)	14.00 Секреты истории. (12+)	19.05 Настоящий неандерталец. (12+)
15.30 «Приключения Бубы». (6+)	15.30 «Ералаш». (6+)	16.00 Кольцо «А». (12+)	20.00 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)
17.00 Друзья на все времена. «Мешок яблок». (0+)	16.50 «Команда Флоры». (0+)	16.40 Морской узел. (12+)	20.50 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
18.00 «Монсики». (0+)	18.20 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)	17.05 Жил-был Дом. (12+)	21.40 Линии фронта: Монте-Кассино. (12+)
18.25 «Умка». (0+)	18.30 «Волшебная кухня». (0+)	17.35 Семь дней истории. (12+)	22.40 Линии фронта: Анцио. (12+)
19.00 «Кожечки-собачки». (0+)	20.15 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)	17.45 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)	23.40, 00.35 Древние конструкторы. (12+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)	18.40 Народовластие. (12+)	01.30 Место преступления: древность (16+)
21.30 «Бобр добр». (0+)	20.45 «Отель у овечек». (0+)	19.05 Не квартира - музей. (12+)	02.20 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)
22.00 «Фиксики. Дай пять! Скелет». (0+)	22.00 «Инфинити Надо». (6+)	19.45 «Паровозик из Ромашкова». (0+)	03.15, 04.05 Запретная история. (12+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)	22.25 «Гризли и лемминги». (6+)	20.00 «Королевские зайцы». (0+)	04.50 Фаберже, сотворение легенды. (12+)
23.00 «Турбозавры». (0+)	23.50 «Золушка». (0+)	00.30 «Горшочек каши». (0+)	
23.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	00.00 «Мы с Шерлоком Холмсом». (0+)	00.45 «О том, как гном покинул дом и...» (0+)	
00.00 «Летающие звери». (0+)	00.55 «Кругляши». (0+)	03.25 «Зук». (0+)	

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365	365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ЗДОРОВОЕ ТВ
06.15, 20.00 Историада. (12+)	06.05, 06.30 Остеопатия. Точка сборки. (12+)	06.00 Музейные тайны: Единорог Ланселот. (12+)	06.05, 06.30 Остеопатия. Точка сборки. (12+)	06.05, 06.30 Остеопатия. Точка сборки. (12+)
07.10 На пути к Великой Победе. (12+)	06.55 Рецепты врачей (12+)	06.45 Покинутые места: Кровавое наследие. (12+)	06.55 Рецепты врачей (12+)	06.55 Рецепты врачей (12+)
07.35, 22.40 Пешком по Москве. (6+)	07.25 Спросите тренера. (12+)	07.40 Линии фронта. (12+)	07.25 Спросите тренера. (12+)	07.25 Спросите тренера. (12+)
08.00 Герасимовы. (12+)	07.50 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)	08.35, 09.30 Древние конструкторы. (12+)	07.50 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)	07.50 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)
08.45 Старая Ладога. Первая столица Древней Руси. (12+)	08.10 Прокачать за 600 секунд. (16+)	10.30 Место преступления: древность: Заговор и месть. (16+)	08.10 Прокачать за 600 секунд. (16+)	08.10 Прокачать за 600 секунд. (16+)
09.10 Чудеса. Путешествие по Италии. (12+)	08.15, 10.55, 11.25, 17.05, 22.55, 04.10 Почти серьезно. (12+)	11.25 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)	08.15, 10.55, 11.25, 17.05, 22.55, 04.10 Почти серьезно. (12+)	08.15, 10.55, 11.25, 17.05, 22.55, 04.10 Почти серьезно. (12+)
10.05 Россия научная. Великие имена. (12+)	08.45, 11.50, 17.30, 23.20, 04.35, 05.50 Пора в декрет. (12+)	12.25, 13.15 Запретная история. (12+)	08.45, 11.50, 17.30, 23.20, 04.35, 05.50 Пора в декрет. (12+)	08.45, 11.50, 17.30, 23.20, 04.35, 05.50 Пора в декрет. (12+)
10.35 Великая Северная война. (12+)	09.10, 19.20, 01.05 Начни с себя. (12+)	14.00 Фаберже, сотворение легенды. (12+)	09.10, 19.20, 01.05 Начни с себя. (12+)	09.10, 19.20, 01.05 Начни с себя. (12+)
11.00 Великие живописцы. (12+)	09.35, 15.45, 21.10, 02.50 Рецепты врачей. (12+)	15.00 Карман России. (12+)	09.35, 15.45, 21.10, 02.50 Рецепты врачей. (12+)	09.35, 15.45, 21.10, 02.50 Рецепты врачей. (12+)
12.00 Ключ на шпигле Государевой башни. (12+)	10.00, 16.10, 21.35, 22.00, Спросите тренера. (12+)	16.10 Древние конструкторы: Сила воды. (12+)	10.00, 16.10, 21.35, 22.00, Спросите тренера. (12+)	10.00, 16.10, 21.35, 22.00, Спросите тренера. (12+)
12.45 Недописанные мемуары. (12+)	10.30, 16.35, 22.25, 03.40 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)	17.05 Древние конструкторы: Величайшие корабли в истории. (12+)	10.30, 16.35, 22.25, 03.40 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)	10.30, 16.35, 22.25, 03.40 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)
13.45 История одной фотографии. (6+)	10.45, 13.45, 16.55, 22.45, 04.00 Прокачать за 600 секунд. (16+)	18.05 Время великанов. (12+)	10.45, 13.45, 16.55, 22.45, 04.00 Прокачать за 600 секунд. (16+)	10.45, 13.45, 16.55, 22.45, 04.00 Прокачать за 600 секунд. (16+)
14.00 Секреты истории. (12+)	12.15, 18.00, 23.50 Индустрия красоты. (12+)	19.05 Настоящий неандерталец. (12+)	12.15, 18.00, 23.50 Индустрия красоты. (12+)	12.15, 18.00, 23.50 Индустрия красоты. (12+)
16.00 Кольцо «А». (12+)	12.40, 18.25, 00.15 Сила еды. (6+)	20.00 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)	12.40, 18.25, 00.15 Сила еды. (6+)	12.40, 18.25, 00.15 Сила еды. (6+)
16.40 Морской узел. (12+)	13.05, 18.50, 00.40 Спортивный вопрос. (12+)	20.50 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)	13.05, 18.50, 00.40 Спортивный вопрос. (12+)	13.05, 18.50, 00.40 Спортивный вопрос. (12+)
17.05 Жил-был Дом. (12+)	13.20, 19.05, 00.55 Имеешь право. (12+)	21.40 Линии фронта: Монте-Кассино. (12+)	13.20, 19.05, 00.55 Имеешь право. (12+)	13.20, 19.05, 00.55 Имеешь право. (12+)
17.35 Семь дней истории. (12+)	13.35 Клиника Доктора Шиловой. (12+)	22.40 Линии фронта: Анцио. (12+)	13.35 Клиника Доктора Шиловой. (12+)	13.35 Клиника Доктора Шиловой. (12+)
17.45 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)	14.25, 14.50, 20.15, 02.00 Иллюзия счастья. (16+)	23.40, 00.35 Древние конструкторы. (12+)	14.25, 14.50, 20.15, 02.00 Иллюзия счастья. (16+)	14.25, 14.50, 20.15, 02.00 Иллюзия счастья. (16+)
18.40 Народовластие. (12+)	15.15, 20.40, 02.25 Остеопатия. (12+)	01.30 Место преступления: древность (16+)	15.15, 20.40, 02.25 Остеопатия. (12+)	15.15, 20.40, 02.25 Остеопатия. (12+)
19.05 Не квартира - музей. (12+)	05.00, 05.25 Расследование по телу. (12+)	02.20 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)	05.00, 05.25 Расследование по телу. (12+)	05.00, 05.25 Расследование по телу. (12+)

РОССИЯ К
Культура



15.20
«2 Верник 2»

- 07.35 «Раскрытие тайн Вавилона»
- 08.20 «Дороги старых мастеров»
- 08.35 «Жизнь и судьба»
- 08.55 15.05 Забытое ремесло
- 09.10 22.15 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 23.45 XX век
- 13.00 Влюбиться в Арктику
- 13.30 Искусственный отбор
- 15.20 «2 Верник 2»
- 16.15 «Веревя.»
- 17.15 «Пряничный домик»
- 17.45 00.50 Симфонические шедевры России
- 18.30 «Первые в мире»
- 18.45 «История одного МИРА»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Кавказская пленница»
- 21.30 «Энигма»
- 23.05 Документальная камера

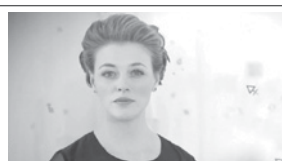
ТВЦ



08.45 «СМЕРТЬ НЕ ТАНЦУЕТ ОДНА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «СМЕРТЬ НЕ ТАНЦУЕТ ОДНА». (12+)
- 10.40 «Звёздные дети. Жизнь без любви». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ЧИСТОСЕРДЕЧНОЕ ПРИЗВАНИЕ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ПРИГЛАСИ В ДОМ ПРИЗРАКА». (16+)
- 16.55 «Звёздные отчимы». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25 «ТАЙНА СПЯЩЕЙ ДАМЫ». (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «10 самых...» (16+)
- 23.10 Актёрские драмы (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Коронация: интриги и скандалы». (16+)
- 01.25 «Разлучённые властью». (12+)

ТВ-3



01.00 Знаки судьбы. (16+)

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 16.50 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Охотники за привидениями. (16+)
- 14.00 Гадалка. (16+)
- 18.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)
- 21.15 «БЮРО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА». (16+)
- Америка. Недалекое будущее. Вслед за экономической катастрофой и глобальным потеплением, человечество столкнулось с голодом, массовой миграцией и гражданской войной.
- 23.15 Охотники за привидениями. (16+)
- 00.00 Мистические истории. (16+)
- 01.00 Знаки судьбы. (16+)
- 01.45 Сверхъестественный отбор. (16+)
- 05.00 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ



11.05 Понять. Простить. (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.50 Давай разведёмся! (16+)
- 08.50 Тест на отцовство. (16+)
- 11.05 Понять. Простить. (16+)
- 12.20 00.35 «Порча». (16+)
- 12.50 «Знахарка». (16+)
- 13.25 «Верну любимого». (16+)
- 14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.35 «МЕЖДУ НАМИ ВЫПАЛ СНЕГ». (16+)
- 19.00 «МЕЖДУ СВЕТОМ И ТЕНЬЮ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.10 «Знахарка». (16+)
- 01.40 «Верну любимого». (16+)
- 02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.30 Тест на отцовство. (16+)
- 04.10 Давай разведёмся! (16+)
- 05.00 «КОЛЫБЕЛЬ НАД БЕЗДНОЙ». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 08.35 «День ангела». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 18.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 19.50 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.25 «СВОИ-5». (16+)
- 23.10 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 10.55 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». (12+)
- 12.30 13.25 15.05 02.05 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)
- 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.55 «Вторая мировая: пламя и сталь». (16+)
- 19.40 «Код доступа». (12+)
- 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.25 «ГДЕ 042?». (12+)
- 01.05 «Восход Победы». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГОРНОЕ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ГРОЗДЬЯ ВИНОГРАДА». (16+)
- 12.00 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 18.30 «Парламентский дневник». (12+)
- 12.45 22.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 13.00 16.30 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «От 7 до 17». (12+)
- 18.45 22.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.30 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 01.00 04.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 23.00 «КОН-ТИКИ». (16+)
- История о всемирно известном путешественнике Туре Хейердале, совершившем в 1947 году эпическую экспедицию...
- 03.00 «Здоровая среда». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 14.25 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 «Вид сверху». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 14.55 19.20 Новости
- 07.05 15.30 18.40 21.25 00.00 Все на Матч!
- 10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 Хоккей. Канада - Казахстан. Чемпионат мира. (0+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 15.00 Что по спорту? (12+)
- 16.15 Хоккей. Чехия - Словакия. Чемпионат мира
- 19.25 Баскетбол. «Зенит» - ЦСКА. Единая лига ВТБ. Матч за 3-е место
- 21.45 Футбол. «Севилья» - «Ювентус». Лига Европы. 1/2 финала
- 00.55 Футбол. «Байер» (Германия) - «Рома» (Италия). Лига Европы. 1/2 финала. (0+)
- 02.55 Новости. (0+)
- 03.00 Баскетбол 3x3. Единая Континентальная Лиг. (0+)
- 06.00 Регби. Чемпионат России. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Бокс. Чемпионат мира. Лучшие бои. (0+)
- 08.45 Автоспорт. Ралли-кросс. Чемпионат России. (0+)
- 09.30 19.30 «Вид сверху». (12+)
- 10.05 Баскетбол 3x3. (0+)
- 12.45 «Мой первый тренер». (12+)
- 13.05 Дзюдо. Чемпионат мира. (0+)
- 14.15 «Вы это видели». (12+)
- 15.05 16.00 20.00 Спецрепортаж. (12+)
- 15.25 03.10 География спорта. (12+)
- 16.20 Профессиональный бокс. (16+)
- 18.30 Синхронное плавание
- 20.15 Хоккей. Дания - Германия. Чемпионат мира
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 00.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
- 01.50 Художественная гимнастика. Гала-концерт. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

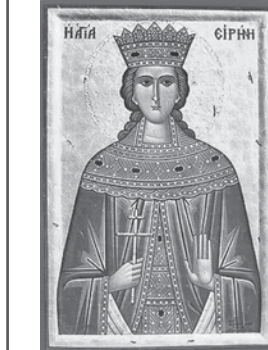
- VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.45 «МАРТОВСКИЕ ИДЫ». (16+)
- 07.20 «ПАРАНОЙЯ». (12+)
- 09.20 «ПРИЗРАК». (16+)
- 11.40 «МОЙ МАЛЬЧИК». (12+)
- 13.30 «ДНЕВНИК БРИДЖЕТ ДЖОНС». (18+)
- 15.15 «БРИДЖИТ ДЖОНС: ГРАНИ РАЗУМНОГО». (16+)
- 17.10 «БРИДЖИТ ДЖОНС-3». (16+)
- 19.15 «ПОСЛЕ». (16+)
- США, 2019 г.
- 21.05 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-2». (16+)
- США, 2020 г.
- 23.00 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-3». (16+)
- 00.45 «В МЕТРЕ ДРУГ ОТ ДРУГА». (16+)
- 02.30 «МОЙ МАЛЬЧИК». (12+)
- 04.10 «Миньоны». Мультфильм. (6+)
- 05.30 «ДиноСити». «Пинкод». «Бодо Бородо». Мультсериалы. (6+)
- 08.00 «ХАНДРА». (16+)
- 09.50 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
- 11.35 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
- 13.15 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)
- 15.05 «САМЫЕ В КОНВЕРТЕ». (12+)
- 16.50 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (12+)
- 19.00 «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД!» (16+)
- 20.25 «ТАЙНЫЙ САНТА». (12+)
- 21.50 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)
- 23.35 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
- 01.30 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
- 02.45 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 03.55 «ПЯТНИЦА». (16+)
- 05.20 Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.30 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 08.10 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 09.50 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 11.10 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 12.35 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 14.10 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 15.40 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «БАЛАБОЛ-6». (16+)
- Сериал. Россия, 2022 г.
- В ролях: Константин Юшкевич, Вадим Андреев, Инга Оболдина, Илья Шляга
- 01.50 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
- 03.35 «НА ОСТРИЕ». (12+)
- 05.25 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)
- 17.00, 17.50, 18.30, 19.20, 20.10, 21.00, 21.40, 22.30 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)
- Сериал. Мелодрама, Аргентина, 1998-1999 гг.
- 23.15 Суббота News 2023. (16+)
- 23.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 00.40 Кулинарные детективы. (16+)
- 01.40 «Я НЕ РОБОТ». (16+)
- 02.45 «Буба-4». Мультсериал. (0+)
- 04.40 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00, 23.10 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СВУРОВОВ». (0+)
- СССР, 1940 г.
- 07.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30, 21.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 11.05, 00.00 В поисках Бога. (6+)
- 11.35 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 12.10 Профессор Осипов. (0+)
- 12.45 Простые чудеса. (12+)
- 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Животный источник». Икона Божией Матери «Неупиваемая чаша». (0+)
- 15.35 «Неупиваемая Чаша». Цикл: Царица Небесная. (0+)
- 16.05 Суворов. Возрождение. (0+)
- 16.45 «ИДИОТ». (0+)
- 18.25 «ЭТО НАШИ ДЕТИ!» 4 серия. (12+)
- 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.05 Святки России. (6+)
- 23.25 Святая Голгофа Ново-иерусалимского монастыря. (0+)
- 00.30 Дорога. (0+)
- 01.30 Прямая линия жизни. (16+)
- 02.20 Встреча. (12+)
- 03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

18 мая
Седмица 5-я по Пасхе. Глас 4.
Вмц. Ирины.



Прп. Варлаама Серпуховского. Обретение мощей прп. Иакова Железнодорожского. Прмч. Ефрема Нового (Конст.). Иконы Божией Матери «Неупиваемая Чаша».

Поста нет.

« Мы должны быть уверены, что Промысл Божий всегда о нас промышляет и устрояет к пользе, хотя и противными нам случаями». Прп. Лев Оптинский (Наголкин)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 07.15 PRO-клип. (16+)
- 07.20 Каждое утро. (16+)
- 07.35 Тееп чарт. (16+)
- 08.00 Каждое утро. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Топ-30. (16+)
- 11.00 Битва фанклубов. (16+)
- 12.00 Плейлист по кайфу. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 WEB чарт. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 17.00 Консервы. (16+)
- 18.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 20.00 Хит-сториз. (16+)
- 20.30 Лайкер. (16+)
- 22.00 Отвирнулись. (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 00.30 Хиты по-русски. (16+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

ПЕРВЫЙ

21.00
«Время»

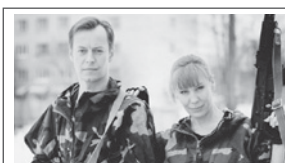
- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон» (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Голос» весны в обновленном составе. Прямой эфир. (12+)
23.50 «Вызов. Первые в космосе». (12+)
00.50 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1

16.30 Прямой эфир.
(16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 Прямой эфир. (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.15 Вести. Местное время
21.30 «Удивительные люди. Новый сезон». (12+)
23.35 Истории Большой Страны. (12+)
00.35 «МОЙ БЛИЗКИЙ ВРАГ». (12+)
Лиза и Александра - родные сестры, но нет более не похожих друг на друга людей. Александра - сущий демон, использующий людей в своих целях, не задумываясь о последствиях...
03.50 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.55 «МОСКВА: ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬВЯВЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БОРЩИ». (16+)
22.15 «ЧИНГАЧГУК». (16+)
00.00 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
02.15 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
02.40 «Квартирный вопрос». (0+)
03.30 «ПЕТРОВИЧ». (16+)

СТС

12.25 Уральские пельмени.
(16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Буба». (6+)
06.45 «Детектив Финник». (0+)
07.00 «СОВЕРШЕННО ЛЕТНИЕ». (12+)
08.00 «ЮНОСТЬ». (16+)
09.00 «Большое путешествие». (6+)
Бестолковый Аист из центра доставки детей приносит детёныша лангит медведю. Медведь любит порядок и решает доставить малыша панду его родителям в Южный Китай...
10.40 «МЕДАЛЬОН». (12+)
12.25 Уральские пельмени. (16+)
13.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
00.00 Премьера! Импровизаторы. (16+)
01.00 Импровизаторы. (16+)
02.00 «ИП МАН-3». (16+)
03.40 «МАМОЧКИ». (16+)
04.30 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



23.00 «Stand up». (18+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «Комеди Клуб». (16+)
22.00 «Галустян плюс». (16+)
23.00 «Stand up». (18+)
00.00 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
Стэн в панике - его ждет срок за мошенничество. И его очень пугает надвигающееся тюремное заключение. Чтобы обезопасить себя от разного рода неожиданностей, Стэн обращается за помощью к Мастеру боевых искусств.
02.00 «ПИТЕР ФМ». (12+)
Маша - диджей, Максим - архитектор. Маша готовится к свадьбе с бывшим одноклассником Костей, Максим победил в международном конкурсе архитекторов, и теперь его зовут на работу в Германию.
03.15 «Импровизация. Команды». (16+)
04.50 «Студия «Союз». (16+)

РЕН



22.20 «2012». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный проект». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «СКВОЗЬ СНЕГ». (16+)
22.20 «2012». (16+)
01.20 «ЭКВИЛИБРИУМ». (16+)
03.05 «ВЫСТРЕЛ В ПУСТОТУ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.10 «Тайны Медовой долины». (12+)
05.25 «Простоквашино». (12+)
05.40 Кондитер. (16+)
06.40 Пятница News. (16+)
07.00 Любовь на выживание. (16+)
08.40 Битва шефов. (16+)
13.00 Кондитер. (16+)
14.30 Битва шефов. (16+)
19.00 «ДВЕ ДЕВИЦЫ НА МЕЛИ». (16+)
00.00 «ДЬВЯВЛ В ДЕТАЛЯХ». (18+)
02.10 Пятница News. (16+)
02.40 Инсайдеры. (16+)

Ю

- 05.40 «Маша и Медведь». (0+)
08.30 20.00 «КЛОН». (16+)
11.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)
17.00 Барышня - Крестьянка. (16+)
В реалити-эксперименте «Барышня-Крестьянка» принимают участие две девушки из разных слоев общества. Каждое утро героини получают новый список заданий друг от друга. В финале их ждет встреча за круглым столом, где они смогут познакомиться и обменяться впечатлениями.
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
02.25 «Измены». (18+)

ЧЕ!

- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
07.00 11.00 12.00 14.00 Утилизатор. (16+)
09.00 11.20 12.30 14.30 Утилизатор. (12+)
18.00 Улетное видео. (16+)
20.30 «+100500». (16+)
Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и комментирует их. Зачем волшебник гоняет на самокате? Почему с потолка падают коты, а чайки едят слабительное?
23.00 Опасные связи. (18+)
02.50 Решала. (16+)

МИР

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.30 Мультфильмы. (6+)
07.00, 00.55, 02.40 Наше кино. История большой любви. (12+)
07.30, 10.10 «МАРЬИНА РОША». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.35 Мировое соглашение. (16+)
18.50 «БЛОНДИНКА ЗА УГЛОМ». (0+)
20.25 «ИНТЕРДЕВОЧКА» (16+)
23.15 «РОДНЯ». (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
11.25 «ГОРОД МАСТЕРОВ». (0+)
16.35 «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ». (12+)
17.00 «Служу Отечество». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.00 Церемония награждения победителей премии имени Анатолия Лысенко. (12+)
21.30 «ВЛАДИВОСТОК». (12+)
23.10 Концерт трёх роялей «Vel Suono». 10 лет. (12+)
00.40 «ЗАМОК». (18+)

ПОБЕДА

- 05.10 «Путь к Победе» (16+)
06.10 «РЖЕВ». (16+)
08.00 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (16+)
11.20 «ИСАЕВ». (12+)
Кинороман о молодости разведчика Исаева и его довоенной деятельности: в 20-е годы прошлого века Исаев раскрыл дело о хищении из Госхрана ценностей, а затем был введен в стан белогвардейцев на Дальнем Востоке. Фильм снят по трем произведениям Юлиана Семеновна - рассказу «Нежность» и романам «Бриллианты для диктатуры пролетариата» и «Пароль не нужен».
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «ЛЁТЧИК». (16+)
02.40 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
06.35 «Ми-Ми-Мишки. Паровоз». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
08.30, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Буба». (6+)
09.35 Друзья на все времена. «Вовка в тридевятом царстве». (0+)
10.00, 14.00, 17.25 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)
11.35, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
15.00 «Ник-изобретатель». (0+)
15.30 «Приключения Бубы». (6+)
17.00 Друзья на все времена. «Петя и Красная шапочка», «Ивашка из Дворца пионеров». (0+)
18.00 «Монсики». (0+)
18.25 «Умка». (0+)
19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
19.20 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Эй, ты где?» (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Бобр добр». (0+)
22.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
22.30 «Смешарики». (0+)
23.00 «Турбозавры». (0+)
23.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Летающие звери». (0+)
00.30 «Бодо Бородо. Бокварь». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Цветяшки!» (0+)
08.10 «Супер МАУ». (0+)
09.15 «Фиксики». (0+)
10.15 «Петроник». (0+)
10.45 «Студия Каляки-Маяки». (0+)
11.10 «Маша и Медведь». (0+)
12.55 «Инфинити Надо». (6+)
13.10 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+)
13.35 «Дикие скричеры!» (6+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
Двукратная чемпионка мира по фигурному катанию на роликах! Обладательница золотой медали чемпионата Европы! Победительница Всемирной танцевальной Олимпиады! В гостях у Саши и Ани - Анна Чубарь!
14.10 «Герои Эвелла». (6+)
15.30 «Ералаш». (6+)
16.35 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
16.50 «Луддвилль». (0+)
18.15 «Царевны». (0+)
20.15 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Простоквашино». (0+)
22.50 «Сказка о золотом петушке». (0+)
23.25 «Сказка о попе и работнике его Балде». (0+)
23.45 «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка». (0+)
23.55 «Волк и семеро козлят». (0+)
00.05 «Машины страшилки». (0+)
03.25 «Поезд динозавров». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365

- 05.50 История российского учителя. (6+)
06.15 Историю. (12+)
07.10 На пути к Великой Победе. (12+)
07.35 Пешком по Москве. (6+)
08.00 Ключ на шпигле Государевой башни. (12+)
08.45 Недописанные мемуары. (12+)
09.45 История одной фотографии. (6+)
10.00 Секреты истории (12+)
12.00 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)
12.55 Народовластие. (12+)
13.20 Не квартира - музей. (12+)
13.35 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
14.00 Обыкновенная история. (6+)
14.10, 15.05 История оружия. (16+)
16.00 Архивы истории (12+)
16.10 Народный фронт Победы. (12+)
17.05 Жил-был Дом. (12+)
17.35 Семь дней истории. (12+)
17.45 Артековский закат. (12+)
18.40 События в истории. (12+)
19.15 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
20.00 «ПУГАЧЁВ». (12+)
21.45 Апрельский рубеж. (12+)
22.15 Хроники общественно-го быта. (12+)
22.25 Свинцовая оттепель. (12+)
23.15 Петербург космический. (12+)

VIJU HISTORY

- 06.05 Музейные тайны. (12+)
06.50, 07.45 Линии фронта. (12+)
08.50, 09.45 Древние конструкции. (12+)
10.45 Время великанов. (12+)
11.40 Настоящий неандерталец. (12+)
12.40 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)
13.30 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
14.20 15.15 Частная жизнь. (12+)
16.05 Древние конструкции: Тайны Каменного века. (12+)
17.05 Древние конструкции: Таж-Махал и Золотой век ислама. (12+)
18.00 Призрак из Каменного века. (12+)
19.00 Загадка костей: гендерная революция. (12+)
20.00 Запретная история: Салемская охота на ведьм. (12+)
20.50 Запретная история: Тайная жизнь Моисея. (12+)
21.40 Линии фронта: Омаха. (12+)
22.40 Линии фронта: Высота 112. (12+)
23.40, 00.35 Древние конструкции. (12+)
01.25 Время великанов (12+)
02.20 Настоящий неандерталец. (12+)
03.10, 03.55 Запретная история. (12+)
04.40 «ГЛАВНЫЙ ГРЕК РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ» (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.20 Кабинет косметолога. (16+)
06.30 Начни с себя. (12+)
07.00 Рецепты врачей (12+)
07.25 Спросите тренера. (12+)
07.50, 13.30, 19.20, 01.05, 03.45 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)
08.05, 10.40, 13.50, 19.40, 01.25, 04.00 Прокатать за 600 секунд. (16+)
08.15, 14.00, 19.50, 01.35, 04.10 Почти серьезно. (12+)
08.45, 14.25, 14.50, 20.15, 02.00, 04.35 Пора в декрет. (12+)
09.10, 15.15, 20.40 Индустрия красоты. (12+)
09.35, 15.45, 21.10 Сила еды. (6+)
10.00, 16.10, 21.35 Спортивный вопрос. (12+)
10.15, 16.25, 21.50 Имешь право. (12+)
10.30 Клиника Доктора Шиловой. (12+)
10.50, 11.15, 17.05, 22.55 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
11.45, 17.30, 23.25 Иллюзия счастья. (16+)
12.10, 23.50 Остеопатия. Точка сборки. (12+)
12.35, 18.25, 00.15, 02.50 Рецепты врачей. (12+)
13.05, 18.50, 00.40, 03.15 Спросите тренера. (12+)
16.40, 22.00, 23.30, 02.25 Начни с себя. (12+)
18.00 Косметология 103. (12+)
05.05, 05.30 Расследование по телу. (12+)
05.55 Кабинет косметолога. (16+)

РОССИЯ К
Культура



15.30
«Энигма»

- 07.35 16.15 «Гатчина»
- 08.20 «Дороги старых мастеров»
- 08.35 «Жизнь и судьба»
- 08.55 «Забывтое ремесло»
- 09.15** «СВЕТ БЕЛОГО СНЕГА»
- 10.20 Шедевры старого кино
- 11.45 Цвет времени
- 12.00 Открытая книга
- 12.45 «Первые в мире»
- 13.00 Влюбиться в Арктику
- 13.30 Власть факта
- 14.15 «Раскрытие тайн Вавилона»
- 15.00 «По следам космических призраков»
- 15.30 «Энигма»
- 17.15 Письма из провинции
- 17.45 01.35 Симфонические шедевры России
- 18.45 «Билет в Большой»
- 19.45 «Искатели»
- 20.30 Линия жизни
- 21.30** «МОНОЛОГ»
- 23.05 «2 Верник 2»
- 23.55** «СИНЕВА В СИНЕВЕ»
- 02.35 Мультфильмы

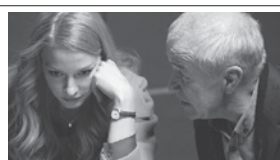
ТВЦ



08.35 «ТАЙНА «БЕЛОЙ ВОРОНЫ»». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 «Петровка, 38». (16+)
- 08.35** «ТАЙНА «БЕЛОЙ ВОРОНЫ»». (12+)
- 11.30 События
- 11.50** «ТАЙНА «БЕЛОЙ ВОРОНЫ»». (12+)
- 12.40** «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РЕБУС ДЛЯ НИНЫ». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00** «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РЕБУС ДЛЯ НИНЫ». (12+)
- 16.55 Актёрские драмы (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25** «ТИХИЕ ВОДЫ». (12+)
- 20.10** «ТИХИЕ ВОДЫ-2». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Хорошие песни». (12+)
- 00.45** «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (0+)
- 02.20** «ЧЁРНЫЙ ПРИНЦ». (6+)

ТВ-3



23.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Утренние гадания. (16+)
- 09.15 Секреты здоровья. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Новый день. (12+)
- 11.50 «Слепая». (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 16.50 «Слепая». (16+)
- 19.30** «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+)
- 21.30** «НАПРОЛОМ». (16+)
- 23.30** «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)
- Рита Нильсен пытается сбежать с годовалой дочерью - будто той что-то угрожает - и нападает на мужа, пытающегося их остановить.
- 01.45** «УСКОРЕНИЕ». (16+)
- 03.00 Апокалипсис. (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.55 Давай разведёмся! (16+)
- 08.55 Тест на отцовство. (16+)
- 11.10 Понять. Простить. (16+)
- 12.25 00.30 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40** «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)
- 19.00** «ГОРЬКИЙ МЁД...» (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.00 «Знахарка». (16+)
- 01.30 «Верну любимого». (16+)
- 02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.25 Тест на отцовство. (16+)
- 04.05 Давай разведёмся! (16+)
- 04.55** «КОЛЫБЕЛЬ НАД БЕЗДНОЙ». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.25 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)

09.00 «Известия». (16+)

09.30 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)

13.00 «Известия». (16+)

13.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-2». (16+)

17.30 «Известия». (16+)

18.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-2». (16+)

19.50 «СЛЕД». (16+)

23.10 «Светская хроника». (16+)

00.10 Они потрясли мир. (12+)

00.55 «МЕНТОЗАВРЫ». (16+)

06.50 «ИНСПЕКТОР ГАИ». (12+)

09.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 «ГРОЗДЬЯ ВИНОГРАДА». (16+)

12.00 18.00 «Арт-Проспект». (12+)

12.30 «Мастерская спорта». (12+)

13.00 16.30 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)

14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)

14.30 «День вместе». (12+)

15.00 «От 7 до 17». (12+)

15.30 03.00 «В тени чемпионов». (12+)

15.45 «Служу Отечеству». (12+)

17.30 «Формула здоровья». (12+)

18.30 «Открываем Воронеж». (12+)

18.45 «Специальный репортаж». (12+)

19.00 «Новости дайджест». (12+)

19.10 «Вечер вместе». (12+)

20.00 «Диалоги с прошлым». (12+)

20.30 «Просто жизнь». (12+)

21.00 «Точка.ру». (12+)

22.00 «Малая сцена». (12+)

00.00 «ЛЕКАРЬ: УЧЕНИК АВИЦЕННЫ». (12+)

03.15 «ОДИН ВДОХ». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

13.00 18.00 Новости дня. (16+)

09.20 «БЕРЕГ». (12+)

12.30 13.25 15.05 17.10 18.45 «КРАПЛЕННЫЙ». (16+)

15.00 Военные новости. (16+)

20.00 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)

22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)

23.00 Музыка+. (12+)

00.10 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)

02.45 «ЗОЛОТАЯ БАБА». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 Что по спорту? (12+)
- 07.00 10.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 17.30 00.45 Все на Матч!
- 10.05 01.35 «Небесная грация». (0+)
- 10.25 Хоккей. Швейцария - Словакия. Чемпионат мира. (0+)
- 12.35 Лица страны. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 Хоккей. Церемония закрытия сезона Чемпионата КХЛ 2022-2023. (0+)
- 15.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 17.55 Футбол. «Акрон» (Тольятти) - «Алания» (Владикавказ). Первая Лига
- 19.55 Баскетбол. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - УНИКС (Казань). Единая лига ВТБ. Финал
- 22.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 01.55 Мотоспорт. Спидвей. Гран-при. (0+)
- 02.55 Новости. (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 00.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Финал. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Человек из футбола
- 08.20 «Якушин. Первый среди первых». (12+)
- 09.15 14.40 16.55 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 География спорта. (12+)
- 10.05 17.40 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
- 12.05 Неделя КХЛ. (12+)
- 12.35 Ride The Planet. (12+)
- 13.05 Бадминтон. Кубок России. (0+)
- 14.55 Танцевальный спорт. (0+)
- 16.00 19.30 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.30 Что по спорту? (12+)
- 17.10 «бхб». Волейбольное обозрение. (0+)
- 20.00 Спорт, который есть. (12+)
- 20.15 Хоккей. Австрия - Германия. Чемпионат мира
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 01.50 Художественная гимнастика. Гала-концерт. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Тееп чарт. (16+)
- 07.25 Каждое утро. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 На измене. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Топ-15 Like FM. (16+)
- 13.00 Лига клипов. (16+)
- 13.30 Приехали! Дели. (16+)

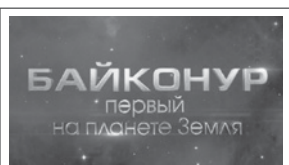
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Лайкер. (16+)
- 17.00 Плейлист. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.00 Москва - 875! Праздничный концерт МУЗ-ТВ. (16+)
- 21.55 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.35 Танцпол. (16+)
- 01.00 Ловец слов. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000

- 05.50 «ПОСЛЕ». (16+)
- 07.50 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-2». (16+)
- 09.50 «В МЕТРЕ ДРУГ ОТ ДРУГА». (16+)
- 11.50 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
- 13.35 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- 15.20 «МАЛАВИТА». (16+)
- 17.15 «ВАСАБИ». (16+)
- 19.00 «УЛЫБКА МОНЫ ЛИЗЫ». (12+)
- США, 2003 г. В ролях: Джулия Робертс, Кирстен Данст, Джулия Стайлз, Мэгги Джилленхол,

ПЕРВЫЙ



16.10 «Байконур. Первый на планете Земля». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.00 «Умницы и умники». (12+)
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Поехали!» (12+)
- 11.10 «Повара на колесах». (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-5».** (12+)
- 16.10 «Байконур. Первый на планете Земля». (12+)
- 17.00 «Прыжок из космоса». (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
- 19.20 «Сегодня вечером» (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «КВН». (16+)
- 23.50 «ДЕВЯТЫЙ КАЛИБР».** (18+)
- 01.35 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ



08.35 По секрету всему свету»

- 05.00 Утро России. Суббота
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.20 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 «Формула еды». (12+)
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести.
- 11.40 «Доктор Мясников». (12+)
- 12.45 «ПАРОВЩИЦА».** (12+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «СТАРАЯ РАЗВАЛИНА».** (12+)
Жизнь Марины не ладится по всем фронтам. Вместо идиллии, о которой мечтала в молодости, Марина получила разбитое корыто...
- 00.40 «ВЕРА».** (12+)
- 04.05 «ОСКОЛКИ ХРУСТАЛЬНОЙ ТУФЕЛЬКИ».** (12+)

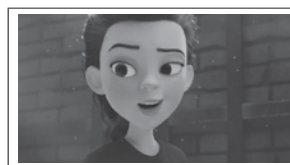
НТВ



09.20 «Едим дома». (0+)

- 05.00 «Жди меня». (12+)
- 05.45 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА».** (16+)
- 07.30 «Смотр». (0+)
- 08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
- 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
- 09.20 «Едим дома». (0+)
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос»
- 13.00 «Модный vs Народный». (12+)
- 14.20 «Своя игра». (0+)
- 15.20 «Игры разумов». (0+)
- 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
- 17.00 Следствие вели... (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение»
- 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
- 21.25 «Секрет на миллион». (16+)
- 23.25 «Международная пилорама». (18+)
- 00.10 «Северный полюс. Возвращение». (12+)
- 01.00 Квартирник НТВ. (16+)
- 02.25 «Дачный ответ». (0+)

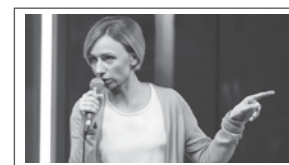
СТС



10.10 «Финник». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Отель «У овечек». (0+)
- 07.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 08.05 10.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.10 «Финник». (6+)
- 12.00 Премьера! Взрослым не понять. (12+)
- 13.00 Обратный отсчёт. (16+)
- 14.05 «Принцесса и дракон». (6+)
- 15.35 «Волшебный парк Джун». (6+)
- 17.10 «Angry Birds в кино». (6+)
- 19.05 «Angry Birds-2 в кино». (6+)
- 21.00 «Кошеч. Похититель невест». (6+)
- 22.35 «ТИХОЕ МЕСТО-2».** (16+)
- 00.25 «ИП МАН-4».** (16+)
- 02.25 «МАМОЧКИ».** (16+)
- 04.00 «Мультфильмы». (0+)

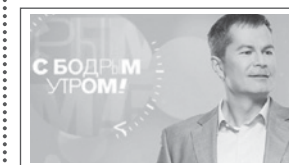
ТНТ



23.00 «Женский стендап». (18+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 08.30 «Модные игры». (16+)
- 09.00 «Однажды в России». (16+)
- 10.00 «Однажды в России». (16+)
- 11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
- 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
- 00.00 «ОКЕЙ, ЛЕКСИ!»** (18+)
Журналист Фил - из тех парней, которым девушки побоку. Зачем они ему, когда есть Лекси, виртуальная помощница из смартфона?
- 01.40 «ПРОГУЛКА».** (16+)
- 03.00 «UglyDolls. Куклы с характером». (6+)
- 04.20 «Импровизация. Команды». (16+)
- 05.05 «Студия «Союз». (16+)
- 05.55 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



07.00 «С бодрым утром!» (16+)

- 05.00 04.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 14.20 «СОВБЕЗ». (16+)
- 15.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 16.30 «Новости». (16+)
- 17.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 18.00 «ЖАЖДА СКОРОСТИ».** (16+)
- 20.25 «СКОРОСТЬ».** (16+)
- 22.45 «СКОРОСТЬ-2: КОНТРОЛЬ НАД КРУИЗОМ».** (16+)
- 01.10 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР - СТРИТ».** (16+)
- 03.05 «ПЕРВОЕ УБИЙСТВО».** (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
- 05.40 Пятница News. (16+)
- 06.05 «Тайны Медовой долины». (12+)
- 07.10 «Простоквашино». (12+)
- 09.00 «Скуби-Ду!» (12+)
- 10.50 Умнее всех. (12+)
- 12.10 Тревел-баттл. (16+)
- 14.20 19.40 Четыре свадьбы-4. (16+)
- 16.20 21.30 Четыре свадьбы-3. (16+)
- 23.20 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (16+)
- 01.00 Пятница News. (16+)
- 01.30 Инсайдеры. (16+)
- 04.10 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (12+)
- 06.30 Утилизатор. (16+)
- 07.00 Утилизатор. (12+)
- 09.00 Утилизатор. (16+)
- 09.30 «СОЛДАТЫ-4». (12+)
- 21.10 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 23.30 Клуб обаятельных животных. (16+)
- 00.30 «Топчик-2». (16+)
Признайся, тебе давно хотелось ответить Максусу из «+100500». Мы тебя услышали!
- 01.00 «Топчик». (16+)
- 02.00 Невероятные истории. (16+)
- 03.15 Очевидец с Иваном Усачевым. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 Отражение
- 11.55 «За дело!» (12+)
- 12.35 16.00 «Конструкторы будущего». (12+)
- 12.50 «Фигаро». Спектакль. (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Точка.ру». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 19.05 «Очень личное». (12+)
- 19.50 «Ректорат». (12+)
- 20.30 «ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ АЛЕКСАНДРА ХРИСТОФОРОВА». (12+)
- 22.20 «ФРАНЦУЗ». (16+)
- 00.25 «ПРЕКРАСНЫЙ НОЯБРЬ». (16+)

Ю

- 05.50 08.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 07.00 «Мальшарика». (0+)
- 09.00 «Это было красиво». (16+)
- 09.30 «Будни роддома». (16+)
- 18.25 «Беременная в 45». (16+)
- 19.55 «Ждули». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Измены». (18+)
Неверные мужья и жены стали изменять более изоцично. Но от зоркого взгляда Татьяны и Ирины, а тем более технических возможностей Петра, им не ускользнуть!
- 03.00 «Гости и прочие неприятности». (16+)
- 04.45 «Маша и Медведь». (0+)

МИР

- 05.00, 06.15, 09.05 Мультфильмы. (6+)
- 06.00 Все, как у людей. (6+)
- 08.05 Наше кино. История большой любви. К юбилею А. Гуськова. (12+)
- 08.40 Исторический детектив с Николаем Валувым. (12+)
- 09.30 ФазендаЛайф. (6+)
- 10.00 Погода в мире
- 10.10 «БЛОНДИНКА ЗА УГЛОМ». (0+)
- 11.50, 16.15, 18.45 «ЖИТЬ СНАЧАЛА». (16+)
Сериал. Драма, Россия Молодая девушка по несправедливому обвинению попадает в тюрьму.
- 16.00, 18.30 Новости
- 01.50 «ЛЮБИМАЯ ДЕВУШКА». (0+)
- 03.15 Наше кино. История большой любви. (12+)

ПОБЕДА

- 05.30 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
- 07.20 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
- 10.40 «ПОКУШЕНИЕ». (16+)
- 16.30 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)
Военная драма, разворачивающаяся на фоне дней войны. Это история становления человека, который на наших глазах из мальчика превращается в мужчину, не боящегося ответственности, инстинктивно знающего, что нужно делать даже в таких ситуациях, где пасуют старшие...
- 01.00 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (18+)
- 02.30 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)
- 04.00 «ГЕРОЙ 115». (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики». (0+)
- 06.35, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Волшебная кухня: Слоеный салат». (0+)
- 10.10 «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)
- 12.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Волшебные краски». (0+)
- 12.05 «Кошечки-собачки. Милые песни. Настроение». (0+)
- 12.10 «Простоквашино: Фудтрактор, Папина подушина». (0+)
- 14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
- 18.15 «Кошечки-собачки. Милые песни». (0+)
- 19.00 МУЛЬТпреьера! «Кошечки-собачки. Милые песни. Настроение». «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Волшебные краски». «Простоквашино: Фудтрактор, Папина подушина». «Волшебная кухня: Слоеный салат». «Просто о важном. Про Миру и Гошу. Честная победа». «Черепашки. Цирк». (0+)
- 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.25 «Просто о важном. Про Миру и Гошу. Честная победа». (0+)
- 02.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 02.25 МУЛЬТпреьера! (0+)
- 03.25 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Черепашки». (0+)
- 09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
Сегодня на кухне - повар-конструктор Платон! Как сделать самые вкусные печеночные оладушки, чем опасен космос, и что снится собакам? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное»!
- 09.20 «Оранжевая корова». (0+)
Музыкальный мультсериал про семью дружных оранжевых коров.
- 11.00 «Семья на ура!» (0+)
Неунывающая активная семья Тутты Ларсен и Валеры Колосова встретит утро субботы вместе с нашими телезрителями!
- 11.30 «Зebra в клеточку. Яркие дни». (0+)
- 12.05 «Буба». (6+)
- 14.00 «Царевны». (0+)
- 15.30 «Ералаш». (6+)
- 16.50 «Малыш и Карлсон». (0+)
- 17.10 «Карлсон вернулся». (0+)
- 17.30 «Кот в сапогах». (0+)
- 17.50 «Лунтик». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
Настало время приоткрыть завесу тайны и поближе познакомиться с миром юных волшебниц и его жителями!
- 23.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
- 03.25 «Поезд динозавров». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 03.05 Тайное становится явным. (12+)
- 03.20, 06.15, 12.00 Историка. (12+)
- 04.10, 07.10 На пути к Великой Победе. (12+)
- 04.40 Историкограф. (12+)
- 05.20 Библиотеки России. (6+)
- 05.50 История российских кадетских корпусов. (6+)
- 07.35, 14.45 Пешком по Москве. (6+)
- 08.00 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)
- 08.55 Народовластие. (12+)
- 09.20 Не квартира - музей. (12+)
- 09.35 Иван Забелин. Великий самоучка. (12+)
- 10.00, 13.50 Обыкновенная история. (6+)
- 10.10, 11.05 История оружия. (16+)
- 12.50 Артековский закат. (12+)
- 14.00 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
- 15.05 Как климат изменил ход истории. (12+)
- 16.00 «ПУГАЧЕВ». (12+)
- 17.45 Апрельский рубеж. (12+)
- 18.15 Хроники общественно-го быта. (12+)
- 18.25 Свинцова оттепель 61-го. Дело валютчиков. (12+)
- 19.15 Петербург космический. (12+)
- 20.00, 21.35 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+)
- 23.15 Семь дней истории. (12+)
- 23.25 Суверенное государство Российское. (12+)

VJU HISTORY

- 06.25 Перу: жертвоприношения. (12+)
- 07.20 Место преступления: древность. (16+)
- 08.15 Место преступления: древность: Тайны мертвых. (16+)
- 09.15 Место преступления: древность: Заговор и месть. (16+)
- 10.15 Место преступления: древность: Смертельные последствия. (16+)
- 11.10 Место преступления: древность: Заговор и месть. (16+)
- 12.10 Древние конструкторы: Дороги, которые изменили мир. (12+)
- 13.10 Древние конструкторы: Великая китайская стена. (12+)
- 14.05 Древние конструкторы: Тайны пирамид. (12+)
- 15.05 Древние конструкторы: Возведение суперзамка. (12+)
- 16.00 Древние конструкторы: Тайны Нотр-Дам. (12+)
- 17.00 Неизвестная Италия. (12+)
- 18.30 Тинторетто и новая Венеция. (12+)
- 20.05 Вечные Помпеи. (6+)
- 21.05 Большие гонки: Величайшее зрелище в Риме. (16+)
- 22.00 Большие гонки: Гонки колесниц в цирке. (16+)
- 23.00, 23.50 Вторая мировая с дрона - сканирование свидетелств. (16+)
- 00.40, 01.35, 02.30 Покинутые места. (12+)
- 03.20, 04.10, 05.05 Тридцатилетняя война. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.05 Кабинет косметолога. (16+)
- 06.20, 06.45 Индустрия красоты. (12+)
- 07.10, 07.40 Начни с себя. (12+)
- 08.05 Косметология 103. (12+)
- 08.30 Остеопатия. Точка сборки. (12+)
- 08.55, 09.25, 09.50 Рецепты врачей. (12+)
- 10.15, 10.40 Сила еды. (6+)
- 11.05, 11.35 Спросите тренера. (12+)
- 12.00, 12.15, 12.35 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)
- 12.55, 13.25 Начни с себя. (12+)
- 13.50 Почти серьезно. (12+)
- 14.15, 14.40, 15.05, 19.05, 03.00, 03.25 Пора в декрет. (12+)
- 15.35, 22.30, 22.55, 03.50 Рецепты врачей. (12+)
- 16.00, 16.15, 04.20, 04.30 Спортивный вопрос (12+)
- 16.30, 00.15, 00.40, 04.45 Спросите тренера. (12+)
- 16.55, 17.20, 02.35 Почти серьезно. (12+)
- 17.50, 22.10, 01.05, 01.25 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)
- 18.10, 18.35 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 19.30, 19.55 Индустрия красоты. (12+)
- 20.25, 20.50, 01.45, 02.10 Начни с себя. (12+)
- 21.15 Косметология 103. (12+)
- 21.45 Остеопатия. (12+)
- 23.25, 23.50 Сила еды. (6+)
- 05.10, 05.40 Расследование по телу. (12+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМОСТИ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериалы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) рекомендуется детям до 6 лет. (12+) рекомендуется детям до 12 лет. (16+) рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) 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



22.00 «Агора»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Мультфильмы»
- 07.55 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА»
- 09.20 «Мы - грамотеи!»
- 10.00 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Роман в камне»
- 10.45 «НАЧАЛО»
- 12.10 Больше, чем любовь
- 12.55 «История одного МИРА»
- 13.40 «Передвижники»
- 14.10 «Даты, определившие ход истории»
- 14.40 00.45 «Зебры - черная полоска, белая полоска»
- 15.30 «Рассказы из русской истории»
- 16.40 «Забывшее ремесло»
- 17.00 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ!»
- 19.45 Линия жизни
- 20.35 «ОТЕЦ»
- 22.00 «Агора»
- 23.00 «БЕСПЛОДНАЯ КУКУШКА»
- 01.40 «Искатели»

ТВЦ



08.00 «ЗАГАДКА НА ДВОИХ: ФЕВРАЛЬСКАЯ СИРЕНЬ». (12+)

- 06.00 «КОЛДОВСКОЕ ОЗЕРО». (16+)
- 07.35 «Православная энциклопедия». (6+)
- 08.00 «ЗАГАДКА НА ДВОИХ: ФЕВРАЛЬСКАЯ СИРЕНЬ». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (0+)
- 13.35 14.45 «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ: НОЧНОЙ ГОСТЬ». (12+)
- 14.30 События
- 17.25 «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ: ОПАСНЫЕ ЖЕЛАНИЯ». (12+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкивым
- 22.05 «Право знать!» (16+)
- 23.20 События
- 23.30 «Дорогие товарищи. Последняя загадка Брежнева». (12+)
- 00.15 «Мистика Третьего рейха». (16+)
- 00.55 Спецрепортаж. (16+)

ТВ-3



03.45 «Азбука здоровья». (12+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 10.00 Вкусно с Ляйсан. (16+)
- 10.30 «Мультфильмы». (0+)
- 11.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 15.45 «ГЛУБОКОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ». (16+)
- 18.00 «ПРОРОК». (16+)
- 20.00 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)
- 22.30 «ЧУЖАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- Жизнь на Земле после глобальной катастрофы стала невозможной, планета погрузилась под воду, и люди колонизировали другую - Кеплер-209. Однако, через некоторое время из-за особых условий в атмосфере люди потеряли возможность иметь детей.
- 00.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)
- 02.15 «НЕ БОЙСЯ ТЕМНОТЫ». (16+)
- 03.45 «Азбука здоровья» с Геннадием Малаховым. (12+)
- 05.15 «Городские легенды». (16+)

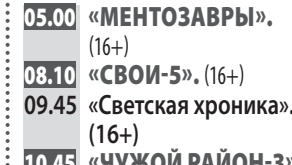
ДОМАШНИЙ



10.30 Пять ужинов. (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.35 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (16+)
- На бывшую детдомовку, а ныне юную воздушную гимнастку Полину сваливается неожиданное богатство - таинственный поклонник ее таланта дарит ей один из своих загородных домов. Подарок не принесет счастья - Полина теряет лучшую подругу, иллюзионистку Аглаю; жених Аглаи, красавец-укротитель Герман, как и многие прочие, начинает ухлестывать за новоиспеченной «принцессой цирка».
- 10.30 Пять ужинов. (16+)
- 10.45 «ПО ПРАВУ ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
- 23.40 «УБИЙСТВО НА ТРОИХ». (16+)
- 03.15 «ПО ПРАВУ ЛЮБВИ». (16+)
- 06.25 «6 кадров». (16+)

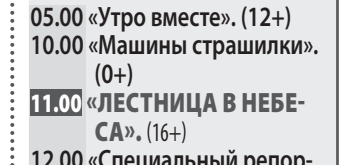
5 5-Й КАНАЛ



05.00 «МЕНТОЗАВРЫ». (16+)

- 08.10 «СВОИ-5». (16+)
- 09.45 «Светская хроника». (16+)
- 10.45 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+)
- Столкновение с Дублининым и козни главы районной администрации Александра Петрова вновь перечеркивают планы Андрея.
- 19.10 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 06.15 «КОРОЛЕВСТВО КРИВЫХ ЗЕРКАЛ». (6+)
- 10.05 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
- 13.15 «Не факт!» (12+)
- 13.40 «Война миров». (16+)
- 15.15 «Время героев». (16+)
- 16.10 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ». (12+)
- 18.30 «НЕСЛУЖЕБНОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
- 20.40 «ВЗРЫВ НА РАССВЕТЕ». (16+)
- 22.30 «Звезда-2023». (6+)
- 00.20 «БЕРЕГ». (12+)
- 02.45 «ГДЕ 042?». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Машины страшилки». (0+)
- 11.00 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСА». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 02.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 12.45 «Мастерская спорта». (12+)
- 13.15 20.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 22.45 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ». (12+)
- 14.45 19.45 «Арт-Проспект». (12+)
- 15.15 «Точка.ру». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «ТРИ ДОРОГИ». (12+)
- 18.00 23.45 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 20.15 «В тени чемпионов». (12+)
- 20.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 21.00 «ОДИН ВДОХ». (16+)
- Марине Гордеевой 40 лет. За плечами неудачный брак, работа, которая не приносит удовольствия...
- 00.45 «Малая сцена». (12+)
- 03.15 «ИВАНОВЫ». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 Бокс. (16+)
- 07.00 10.00 19.20 Новости
- 07.05 14.40 16.05 18.30 23.30 Все на Матч!
- 10.05 «Команда Матч!». (0+)
- 10.30 Танцевальный спорт. Латиноамериканские танцы. Кубок Кремля «Гордость России!». (0+)
- 11.45 География спорта. (12+)
- 12.15 Хоккей. США - Дания. Чемпионат мира
- 15.00 Автоспорт. G-Drive Росийская серия кольцевых гонок. Туринг
- 16.15 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига
- 19.25 Футбол. «Бавария» - «Лейпциг». Чемпионат Германии
- 21.25 Футбол. «Балтика» - «Рубин». (Казань). Первая Лига
- 23.55 Футбол. Аргентина - Узбекистан. Чемпионат мира. Молодежные сборные
- 02.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 05.00 Karate Combat 2023. (16+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Финал. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 Танцевальный спорт. (0+)
- 08.55 Лица страны. (12+)
- 09.15 16.00 «Небесная грация». (12+)
- 09.30 Страна смотрит спорт. (12+)
- 10.05 04.10 Баскетбол. АСБ-2023. Суперфинал. (0+)
- 11.50 13.35 20.20 Спецрепортаж. (12+)
- 12.05 Бокс. Чемпионат мира. Лучшие бои. (0+)
- 13.05 Что по спорту? (12+)
- 13.55 Регби. Чемпионат России
- 16.15 17.20 22.05 02.40 03.10 Автоспорт. G-Drive
- 18.25 Баскетбол. АСБ-2023. Суперфинал
- 20.40 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 23.15 Баскетбол. АСБ-2023. Суперфинал. Матч за 3-е место. (0+)
- 01.05 Бильярд. Кубок мэра Москвы. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000

- 05.30 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- 05.50 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
- 06.55 «Тоботы». Мультсериал. (6+)
- 07.55 «УЛЫБКА МОНЫ ЛИЗЫ». (12+)
- 10.05 «ИЗГОЙ». (12+)
- 12.35 «ТЕРМИНАЛ». (12+)
- 14.55 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
- 17.15 «ОРБИТА-9». (16+)
- 19.00 «ЗВЕЗДНЫЙ ПУТЬ». (16+)
- США, Германия, 2009 г.
- 21.10 «СТАРТРЕК: ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)
- США, 2013 г.
- 23.25 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
- 01.35 «ИЗГОЙ». (12+)
- 03.55 «ОРБИТА-9». (16+)

VIJU TV1000 VIJU TV1000

- 05.30 «Бодо Борода», «Дино-Сити», «Пин-код». Мультсериалы. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.50 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)
- 12.45 «ОГНИ БОЛЬШОЙ ДЕРЕВНИ». (12+)
- 14.10 «ОТЧУЖАЮЩИЕ ДОЛЖИКИ». (16+)
- 15.40 «РОБО». (6+)
- 17.10 «ПРИЗРАК». (6+)
- 19.10 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
- 20.40 «НАПАРНИК». (12+)
- Россия, 2017 г.
- 22.15 «ДЕНЬ СЛЕПОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)
- 00.15 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)
- 01.45 «ХАНДРА». (16+)
- 03.25 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
- 04.45 «Аленький цветочек». Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

- 06.20 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
- 07.35 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
- 09.15 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
- 10.50 «Алеша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 12.20 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 13.30 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- 15.00 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (6+)
- Россия, 2020 г. В ролях: Никита Табуныц, Тимофей Трибунцев, Полина Гухман
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 23.40 «РОДНЫЕ». (12+)
- 01.20 «ХОРОШИЙ МАЛЫШ». (12+)
- 02.55 «ЖЕНИХ». (16+)
- 04.20 «НА МОРЕ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 17.00, 18.20 Здравствуй, сладкий! (субтитры). (16+)
- 19.40, 20.50 Моя жена рулит-3. (16+)
- Кулинарное шоу, где жёны управляют мужьями на кухне.
- 22.00 Кулинарные детективы. (16+)
- 23.20, 00.20 Богиня (субтитры). (16+)
- 01.30 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 02.30 «Буба», «Буба-2». Мультсериалы. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Святые России. (6+)
- 06.05 «МАКСИМКА». (0+)
- 07.40, 11.55 Преподобный Нил Сорский. Цикл: День Ангела. (0+)
- 08.15, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 09.25 Простые чудеса. (12+)
- 10.15 В поисках Бога. (6+)
- 10.50, 02.30 Рассказы мне о Боге. (6+)
- 11.20, 00.05 В поисках святого города. Семь мучеников Херсонеса. 4 серия. (0+)
- 12.30 «ВОЛГА-ВОЛГА». (0+)
- 14.40 «ПРИМИТЕ ТЕЛЕГРАММУ В ДОЛГ». (6+)

СПАС

- 16.20 «ПОЛЫНЬ - ТРАВА ГОРЬКАЯ». (0+)
- 18.20, 02.00 Апостол Иоанн Богослов. Цикл: День Ангела. (0+)
- 18.55, 20.00 Святые России. (6+)
- 21.00 Простый мир. (12+)
- 22.00 Русские чудеса. (12+)
- 22.50 Профессор Осипов. (0+)
- 23.25 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.40 Спас-стрим. (0+)
- 01.45 День Патриарха. (0+)
- 03.00 Простые чудеса. (12+)
- 03.45 Профессор Осипов. (0+)
- 04.15 Византия. Жизнь после смерти. «Константин Великий. IV век». 4 серия. (0+)

Православный календарь

20 мая
Седмица 5-я по Пасхе. Глас 4. Воспоминание явления на небе Креста Господня в Иерусалиме. Мч. Акакия сотника.



Прпп. Иоанна Зедазнийского и учеников его: Авива, еп. Некресского, Антония Марткопского, Давида Гареджийского, Зенона Икалтого, Фаддея Степанциндского, Исе, еп. Цилканского, Иосифа, еп. Алавердского, Исидора Самтавийского, Михаила Улумбийского, Пирра Бретского, Стефана Хирского, Шило Мгвимского (Груз.). Прп. Нила Сорского. Обретение мощей Нила Мироточивого, Афонского. Собор преподобных отец Русского на Афоне Свято-Пантелеимонова монастыря. Щмч. Михаила пресвитера. Любечской и Жировицкой икон Божией Матери.

Поста нет.

« Без Бога никто не может делать доброго, ни зла невольно терпеть, если не попустит Бог, для наказания согрешающего, и для спасения души его». Щмч. Пётр Дамаскин

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Золотая лихорадка (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
- 06.50 Плейлист | Весна. (16+)
- 07.40 Ждите ответа. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 #НАМУЗТВ. (16+)
- 10.00 Моя волна. (16+)
- 11.00 Плейлист | 16+. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Хит-сториз. (16+)
- 13.00 Топ-30. (16+)
- 15.00 Очень Кароачен. (16+)

- 15.30 Хиты по-русски. (16+)
- 16.00 Шальные императрицы шоу-бизнеса. (16+)
- 17.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 18.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.00 День рождения МУЗ-ТВ в Кремле. (16+)
- 22.45 Танцпол. (16+)
- 00.00 Караоке хит. (16+)
- 01.00 Лайкер. (16+)
- Интерактивная развлекательная программа.
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.50 «НА РЫБАЛКУ!» (12+)
- 03.00 «БЕЛЫЕ ЛЮДИ НЕ УМЕЮТ ПРЫГАТЬ». (16+)
- 05.10 «ЗОЛОТОЙ РЕБЕНОК». (16+)
- 06.55 «СВАДЕБНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)
- 08.45 «ДОКТОР ДУЛИТЛ». (12+)
- 10.15 «ДОКТОР ДУЛИТЛ-2». (12+)
- 11.50 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ!». (12+)
- 13.45 «СЕСТРИЧКА, ДЕЙСТВУЙ-2!». (12+)
- 15.45 «МЛАДЕНЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ». (6+)
- 17.35 «НАЧИНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 19.30 «ПОЕЗДКА В АМЕРИКУ». (18+)
- 21.40 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- 23.35 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 09.30 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ». (12+)
- Сернал. СССР, 1984 г. В ролях: Виктор Степанов, Александр Домогаров
- Жизнь русского просветителя от недр своих через тернистый путь к вратам учености до научных и практических изысканий во славу Отечества.
- 14.45 «ВОЛГА-ВОЛГА». (12+)
- 16.40 «ГЛАЖ». (12+)
- 18.30 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (16+)
- 20.50 «НЕБЕСА ОБЕТОВАНЫ». (18+)
- 23.00 «ШПИОН». (16+)
- 00.55 «СНЫ». (16+)
- 02.10 «ПЛЮМБУМ, ИЛИ ОПАСНАЯ ИГРА». (16+)
- 03.40 «НЕ ГОРИ!» (12+)
- 05.10 «ЦАРЕУБИЙЦА». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- Сернал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Янина Соколовская, Михаил Полосухин, Надежда Бахина, Вахтанг Беридзе, Мила Август
- 12.00, 20.00, 04.00 «ЗАПАСНОЙ ИНСТИНКТ». (16+)
- 13.00, 21.00 «ПРИМАДОННА». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)
- Сернал. Мелодрама
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПРИИСК». (16+)
- 05.00 «ПОДРУГА БАНКИРА». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)
- Сернал. Комедия, Россия
- Барин объявляет поварами, что они участвуют в конкурсе, победитель которого станет его преемником...
- 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
- 05.50 «Три кота». Мультсериал. (0+)

1 ПЕРВЫЙ



22.35 «Что? Где? Когда?» (16+)

- 06.00 Новости
- 06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
- 06.55 Играй, гармонь! (12+)
- 07.40 «Часовой». (12+)
- 08.10 «Здоровье». (16+)
- 09.20 «Мечталлион». (12+)
- 09.40 «Непутевые заметки». (12+)
- 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Жизнь других». (12+)
- 11.10 «Повара на колесах». (12+)
- 12.15 «Видели видео?» (0+)
- 14.10 «Felicità на бис!» (12+)
- 15.55 «Польша. Отравленные ненавистью». (16+)
- 16.55 «Мариуполь. Возвращение домой». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.00 «Две звезды. Отцы и дети». (12+)
- 21.00 «Время»
- 22.35 «Что? Где? Когда?» (16+)
- 23.45 «Арт и Факт». «Призрак». (16+)
- 00.20 «На футболе». (18+)
- 00.50 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



11.40 Большие перемены

- 06.10 «ХРАНИ ЕЁ ЛЮБОВЬ». (12+)
Соглашаясь «на полчасика» подменить сестру Катю, бухгалтера благотворительного фонда, Зоя не подозревает, что её жизни будет угрожать реальная опасность - грабители нацелились на деньги фонда.
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.40 Большие перемены
- 12.45 «ПАРОМЩИЦА». (12+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Песни от всей души». (12+)
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.30 «ХРАНИ ЕЁ ЛЮБОВЬ». (12+)

НТВ



15.00 «Своя игра». (0+)

- 04.55 «БЕРЕГОВАЯ ОХРАНА». (16+)
- 06.35 «Центральное телевидение». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Первая передача». (16+)
- 11.00 «Чудо техники». (12+)
- 11.55 «Дачный ответ». (0+)
- 13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
- 14.05 «Однажды...» (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 Человек в праве. (16+)
- 17.00 Следствие вели... (16+)
- 18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
- 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
- 20.20 «Ты супер! 60+». Новый сезон. (6+)
- 23.00 «Звезды сошлись» (16+)
- 00.25 «Основано на реальных событиях». (16+)
- 03.30 «ПЕТРОВИЧ». (16+)

СТС СТС



09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
- 10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 10.25 Фактор страха. Испытание тайгой. (16+)
- 11.35 «Пинокио. Правдивая история». (6+)
- 13.25 «Кошей. Похититель невест». (6+)
- 15.00 «Angry Birds в кино». (6+)
- 16.55 «Angry Birds-2 в кино». (6+)
- 18.50 «Неисправимый Рон». (6+)
- 21.00 «ОДНОКЛАССНИКИ». (16+)
- 23.00 «ОДНОКЛАССНИКИ-2». (16+)
- 01.00 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
- 02.35 «МАМОЧКИ». (16+)
- 04.10 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ ТНТ



00.10 «Я тебе не верю». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «Битва пикников». (16+)
- 09.30 «САШАТАНЯ». (16+)
- 15.00 «ЗВЁЗДНЫЙ СУД». (16+)
- 19.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)
Новые правила, новые участники, новые испытания - это «Новые звёзды в Африке»! В новом шоу у участников вообще не будет никакой еды! Даже маис и бобы, которые обычно всегда присутствовали на кухне, теперь необходимо зарабатывать. Заработать также придется кухонную утварь и предметы первой необходимости.
- 21.00 «Шоу Воли». (16+)
- 22.10 «Концерты». (16+)
- 23.10 «Однажды в России». (16+)
- 00.10 «Я тебе не верю». (16+)
- 02.10 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.50 «Студия «Союз». (16+)

REN



23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Самая народная программа». (16+)
- 09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 10.30 «Наука и техника». (16+)
- 11.30 «Неизвестная история». (16+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 12.45 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)
- 14.35 «НЕИСТОВЫЙ». (16+)
- 16.15 «ОВЕРДРАЙВ». (16+)
- 18.00 «НЕУПРАВЛЯЕМЫЙ». (16+)
- 20.00 «FORD ПРОТИВ FERRARI». (16+)
- 23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
- 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
- 05.40 Пятница News. (16+)
- 06.05 «Тайны Медовой долины». (12+)
- 07.05 «Простоквашино». (12+)
- 07.10 «Простоквашино». (0+)
- 08.40 «ГОРЬЫ». (6+)
- 10.00 Пробный переезд. (16+)
- 11.00 Гастротур-3. (16+)
- 11.50 На ножах. (16+)
- 00.00 «НАЕМНИК». (18+)
- 02.00 Пятница News. (16+)
- 02.20 Инсайдеры. (16+)
- 04.40 Пятница News. (16+)

Ю МИР

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 07.00 «Малышарики». (0+)
- 08.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.50 Барышня - Крестьянка. (16+)
- 12.00 «ПЕНЕЛОПА». (16+)
- 14.00 «Беременная в 45». (16+)
- 15.25 «Ждули». (16+)
Ждули, заочницы - так себя называют девушки, которые связали свою судьбу с заключенными и перевели свою жизнь в режим ожидания.
- 17.35 «А я стесняюсь своего тела». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Измены». (18+)
- 03.00 «Гости и прочие неприятности». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.15 Утилизатор. (12+)
- 07.00 Утилизатор. (16+)
- 07.30 Утилизатор. (12+)
- 08.00 Утилизатор. (16+)
- 08.30 Утилизатор. (12+)
- 09.00 Утилизатор. (16+)
- 09.30 «СОЛДАТЫ-5». (12+)
- 21.10 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 23.30 Клуб обаятельных животных. (16+)
- 00.30 Топчик-2. (16+)
- 01.30 Топчик. (16+)
- 02.00 Рюкзак. (16+)
- 03.40 Супершеф. (16+)
- 05.10 Улётное видео. (16+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (0+)
- 07.40 «РОДНЯ». (12+)
- 09.30 Фазендалайф. (6+)
- 10.00, 16.00 Новости
- 10.15 «МИМИНО». (12+)
- 12.05 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
- 14.55, 16.10 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (12+)
О судьбе барда Михаила Круга, такого близкого и знакомого миллионам и в то же время до конца неизвестного русского певца и поэта. Его жизнь была яркой и насыщенной: концерты, гастроли, выход новых песен. Он очень любил друзей, хорошую компанию, жену и детей...
- 18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»
- 19.30, 01.00 «ЖИТЬ СНАЧАЛА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 Отражение
- 12.35 «Отчий дом». (12+)
- 12.50 03.45 «Фигаро». Спектакль. (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Неделя». (12+)
- 18.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
- 20.15 «ПРИНЦЕССА МОНАКО». (12+)
- 22.00 «НОС, ИЛИ ЗАГОВОР «НЕ ТАКИХ». (16+)
- 00.55 «ГОРОД МАСТЕРОВ». (0+)
- 02.20 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+)

ПОБЕДА

- 05.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 06.40 «ЧЁРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 16.00 «ПАЛАЧ». (16+)
1965 год. Во время празднования Дня Победы на окраине Москвы убит семнадцатилетний Пётр Яковлев. Подозрение падает на его друга Лешу Пономарева, с которым они соперничали за внимание девушки, но майора Черкасова, расследующего дело, настораживает нетипичная жестокость преступления... Скоро последовало ещё несколько убийств.
- 01.00 «РЯДОВОЙ ЧЭРИН». (16+)
- 02.30 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики». (0+)
- 06.35, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 15.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Черепашки. Цирк». (0+)
- 10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
- 14.00 «Соня и Лёня». (0+)
- 17.00 «Фиксики». (0+)
- 18.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Волшебные краски». (0+)
- 19.00 МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Хроники чудес. Эй, ты где?», «Ник-изобретатель. Живые цветы», «Фиксики. Дай пять! Скелет», «Чуч-Мяуч. К бабушке», «Кошечки-собачки. Милые песни. Вкусная геометрия», «Малышарики идут в детский сад. Кегли-мгли», «Ми-Ми-Мишки. Паровоз». (0+)
- 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.25 «Простоквашино: Футрактор, Папина отаушина». (0+)
- 02.10 МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Дело номер один», «Геройчики. История Ко-Ко», «Кошечки-собачки. Курьеры», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Сигналы», «Просто о важном. Про Миру и Гошу. Я не люблю лук», «Черепашки. Понарошку». (0+)
- 03.25 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
- 04.25 «Четверо в кубе». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Алиса и Льюис». (0+)
- 09.00 «Еда на ура!» (0+)
- 09.20 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
Этот мультсериал о жизни простой семьи - мамы, папы, старшего брата, младшей сестры и собачки Соня. Отношения с ребятами во дворе, новые знакомства, лучшие друзья и ссоры друг с другом, - всё это интересно и иногда сложно, но Миру и Гоша знают, что из любой ситуации можно найти выход!
- 11.00 «Студия красоты». (0+)
- 11.20 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
Музыкальный мультсериал про весёлые приключения зверят на тропическом острове.
- 11.55 «Команда Флоры». (0+)
- 13.20 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 15.00 «У меня лапки». (0+)
«У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.
- 15.30 «Ералаш». (6+)
- 16.50 «Дюймовочка». (0+)
- 17.20 «В стране невыученных уроков». (0+)
- 17.45 «Кошечки-собачки». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Три кота». (0+)
- 23.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
- 03.25 «Поезд динозавров». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00, 05.20 Библиотеки России. (0+)
- 01.30, 05.50 История российских кадетских корпусов. (6+)
- 01.55, 04.40 Биограф. (12+)
- 02.40 Музеи России. (6+)
- 03.05 Тайное становится явным. (12+)
- 03.20, 06.15, 08.00 История. (12+)
- 04.10, 07.10 На пути к Великой Победе. (12+)
- 07.35, 10.40 Пешком по Москве. (6+)
- 08.50 Артековский закат. (12+)
- 09.50 Обыкновенная история. (6+)
- 10.00 Бог войны. (12+)
- 11.00 Как климат изменил ход истории. (12+)
- 12.00 «ПУГАЧЁВ». (12+)
- 13.45 Апрельский рубеж. (12+)
- 14.15, 22.40 Хроники повседневного быта. (12+)
- 14.25 Свинцовая оттепель 61-го. Дело валютчиков. (12+)
- 15.15 Петербург космический. (12+)
- 16.00, 17.35 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+)
- 19.15 Семь дней истории. (12+)
- 19.25 Суверенное государство Российское. (12+)
- 20.00, 20.25 Книжные аллеи. (12+)
- 20.55 Нация в фарфоре. (12+)
- 21.50, 22.15 Россия. Связь времен. (12+)
- 23.00 Большое путешествие по Италии. (12+)

VJU HISTORY

- 06.25 Тридцатилетняя война - Железный век: Опустошение. (12+)
- 07.20 Тридцатилетняя война - Железный век: Мечь. (12+)
- 08.20 Тридцатилетняя война - Железный век: Мир. (12+)
- 09.15 Настоящий неандерталец. (12+)
- 10.15 Призрак из Каменного века. (12+)
- 11.10 Загадка костей: гендерная революция. (12+)
- 12.10 Древние конструкторы: Тайны Ангор-Вата. (12+)
- 13.10 Древние конструкторы: Сила воды. (12+)
- 14.05 Древние конструкторы: Величайшие корабли в истории. (12+)
- 15.05 Древние конструкторы: Тайны Каменного века. (12+)
- 16.00 Древние конструкторы: Таж-Махал и Золотой век ислама. (12+)
- 17.00 Супергерои. (12+)
- 19.05 Выдающиеся женщины: Одри Хепберн. (12+)
- 20.05 Выдающиеся женщины: Джозефина Бейкер. (12+)
- 21.05 Быть Харви Вайнштейном. (16+)
- 22.50 Линии фронта: Мидуэй. (12+)
- 23.50 Линии фронта: Монте-Кассино. (12+)
- 00.45 Линии фронта: Анцио. (12+)
- 01.45 Линии фронта: Омаха. (12+)
- 02.40 Линии фронта: Высота 112. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.05 Прокатать за 600 секунд. (16+)
- 06.15, 06.40 Почти серьезно. (12+)
- 07.05 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)
- 07.25, 07.50 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 08.15 Пора в декрет. (12+)
- 08.45, 09.10, 09.35 Индустрия красоты. (12+)
- 10.00, 10.30 Начни с себя. (12+)
- 10.55 Косметология 103. (12+)
- 11.25, 03.00 Остеопатия. Точка сборки. (12+)
- 11.50, 12.15, 12.40, 18.00, 03.25, 03.50 Рецепты врачей. (12+)
- 13.05, 13.30, 04.15, 04.40 Сила еды. (6+)
- 13.55, 14.25, 19.05, 05.05 Спросите тренера. (12+)
- 14.50, 15.10, 15.30, 20.25, 23.10 Люди с Неограниченными возможностями. (12+)
- 15.45, 16.15, 01.40, 02.05 Начни с себя. (12+)
- 16.40, 19.30, 19.55, 22.05, 22.30 Почти серьезно. (12+)
- 17.05, 17.35, 21.40, 00.20 Пора в декрет. (12+)
- 18.25, 18.40 Спортивный вопрос. (12+)
- 20.45, 21.10, 23.30, 23.55 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
- 22.55 Имеешь право. (12+)
- 00.45, 01.15 Индустрия красоты. (12+)
- 02.30 Косметология 103. (12+)
- 05.30, 05.55 Тренажерка. (6+)

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



16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»

- 06.30 «Мультфильмы»
- 07.40 «НЕ БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ!»
- 10.10 01.50 Диалоги о животных
- 10.55 00.15 «ОЧЕРЕДНОЙ РЕЙС»
- 12.30 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 13.00 Мультфильмы
- 13.50 «Игра в бисер»
- 14.30 «Коллекция»
- 15.05 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА»
- 16.30 «Картина мира»
- 17.10 «Забытое ремесло»
- 17.25 «Пешком...»
- 17.55 «Миры профессора Бобровского»
- 18.35 «Романтика ромansa»
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 «Глеб Панфилов»
- 21.15 «НАЧАЛО»
- 22.45 «Создавая сегодня». Гала-спектакль современной хореографии на сцене Парижской оперы
- 02.30 Мультфильмы

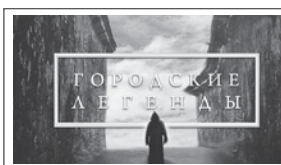
ТВЦ



11.45 «Петровка, 38». (16+)

- 05.55 «ТИХИЕ ВОДЫ». (12+)
- 07.25 «ТИХИЕ ВОДЫ-2». (12+)
- 09.00 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.30 «ЕСЛИ БЫ Я ТЕБЯ ЛЮБИЛ...» (16+)
- 11.30 События
- 11.45 «Петровка, 38». (16+)
- 11.55 «ЧЁРНЫЙ ПРИНЦ». (6+)
- 13.50 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Смех не грех». Юмористический концерт. (12+)
- 16.15 «КОЛДОВСКОЕ ОЗЕРО». (16+)
- 18.05 «МАТЕРИНСКОЕ СЕРДЦЕ». (12+)
- 21.35 «ОБЪЯВЛЕН МЕРТВЫМ». (16+)
- 00.05 События
- 00.20 «ОБЪЯВЛЕН МЕРТВЫМ». (16+)
- 01.10 «ТАЙНА СПЯЩЕЙ ДАМЫ». (12+)
- 04.05 Актёрские драмы (12+)

ТВ-3



03.30 «Городские легенды». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 Новый день. (12+)
- 09.00 «Слепая». (16+)
- 11.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 15.15 «ЧУЖАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 17.30 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)
- 20.00 «ГОДЗИЛЛА ПРОТИВ КОНГА». (12+)
- Группа ученых вместе с Конгом и девочкой Джией, которая умеет общаться с монстром, отправляются в опасную миссию - найти родной дом гиганта. Неожиданно они сталкиваются с разъяренным Годзиллой, разрушающим все на своем пути. Как выяснится, битва двух титанов спровоцирована неведомыми силами. Кому это нужно и как предотвратить масштабные разрушения?
- 22.15 «СУДЬЯ ДРЕДД». (16+)
- 00.00 «НАПРОЛОМ». (16+)
- 01.45 «ГОСТЬ». (18+)
- 03.30 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ



19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.50 «СРОК ДАВНОСТИ». (16+)
- 10.35 «МЕЖДУ СВЕТОМ И ТЕНЬЮ». (16+)
- 14.50 «ГОРЬКИЙ МЁД...» (16+)
- Ася с дедом Максимом живут в поселке «Медовый», дед разводит пчел, а Ася работает воспитательницей в детском саду. В красивую и веселую Асю влюблен сосед Сергей, она избегает встреч, но Сергей не отстает и его знаки внимания становятся слишком назойливыми, а порой и опасными. Спасает Асю случайный прохожий, совершенно не похожий на мужчин, которые окружают девушку. Ася влюбилась.
- 19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)
- 23.45 «МАРАФОН ДЛЯ ТРЕХ ГРАЦИЙ». (16+)
- 03.05 «ПО ПРАВУ ЛЮБВИ». (16+)
- 06.10 «6 кадров». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Маша и медведь». (0+)
- 05.20 «ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
- 06.50 «ШУГАЛЕЙ». (16+)
- Социолог Максим Шугалей и переводчик Самер Суэйфан отправляются в страну, разрывающую на части воинствующими группировками.
- 08.50 «ЖИВАЯ МИНА». (16+)
- 19.10 «СЛЕД». (16+)
- 00.40 «ШУГАЛЕЙ-2». (16+)
- 02.50 «ШУГАЛЕЙ-3». (16+)
- 04.20 «ЧУЖОЙ РАЙОН-3». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.20 «ИГРА БЕЗ ПРАВИЛ». (12+)
- 07.10 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 13.10 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 19.45 «Легенды советского сыска». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». (12+)
- 01.30 «ДОБРОВОЛЬЦЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Машины страшилки». (0+)
- 11.00 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.15 «ОДИН ВДОХ». (16+)
- 16.00 «В тени чемпионов». (12+)
- 16.15 «Просто жизнь». (12+)
- 16.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 17.15 «Точка.ру». (12+)
- 17.45 «ТРИ ДОРОГИ». (12+)
- 1974 год. Отец маленьких Славы и Сережи погибает в автокатастрофе, а мать, сойдя с ума от горя, уходит из дома.
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 «Арт-Проспект». (12+)
- 21.00 «ИВАНОВЫ». (16+)
- 22.45 «Марафон». (12+)
- 23.45 «Просто жизнь». (12+)
- 00.15 «Точка.ру». (12+)
- 00.45 «Футбол губернии». (12+)
- 01.15 «Малая сцена». (12+)
- 03.15 «ИВАНОВЫ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.00 10.00 14.55 Новости
- 07.05 15.00 23.45 Все на Матч!
- 10.25 Что по спорту? (12+)
- 10.55 Регби. «Красный Яр» (Красноярск) - «Енисей-СТМ». Чемпионат России
- 12.55 Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. 1/2 финала
- 15.30 Футбол. «Спартак» (Москва) - ЦСКА. МИР Российской Премьер-Лига
- 18.55 Футбол. «Краснодар» - «Ростов» (Ростов-на-Дону). Российская Премьер-Лига
- 21.00 «После футбола»
- 21.40 Футбол. «Удинезе» - «Лацио». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 23.55 Футбол. Италия - Бразилия. Чемпионат мира. Молодёжные сборные
- 02.00 Футбол. «Хоффенхайм» - «Унион». Чемпионат Германии. (0+)
- 03.55 Новости. (0+)
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 23.15 Регби. Чемпионат России. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 09.15 13.35 18.55 04.10 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 Что по спорту? (12+)
- 10.05 Баскетбол. АСБ-2023. Суперфинал. (0+)
- 11.55 13.55 15.05 Автоспорт. G-Drive
- 13.05 «Парусный спорт». (16+)
- 16.00 Человек из футбола
- 16.25 География спорта. (12+)
- 16.55 Регби. Чемпионат России
- 19.10 Смешанные единоборства. (16+)
- 20.50 03.40 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 21.20 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. 1/2 финала. (0+)
- 01.05 Бильярд. Кубок мэра Москвы. (0+)
- 04.25 04.55 05.30 Автоспорт. G-Drive

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.30 Теп чарт. (16+)
- 08.00 Плейлист. (16+)
- 09.00 Очень Караокен. (16+)
- 09.30 Это было красиво. (16+)
- 10.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-сториз. (16+)
- 12.30 Лига клипов. (16+)
- 13.00 Шальные императрицы шоубиза. (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 Хиты по-русски. (16+)
- 15.30 Приехали! Дели. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 Топ-30. (16+)
- 19.00 Москва - 875! Праздничный концерт МУЗ-ТВ. (16+)
- 21.55 День рождения МУЗ-ТВ в Кремле. (16+)
- 01.30 Караоке хит. (16+)
- 02.00 Ловец слов. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

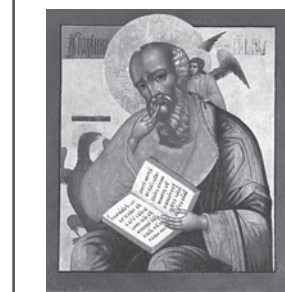
- ТВ1000 VIJU TV1000
- 05.30 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- 06.10 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
- 07.45 «Тоботы». Мультсериал. (6+)
- 09.10 «ЗВЕЗДНЫЙ ПУТЬ». (16+)
- 11.25 «СТАРТРЕК: ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)
- 13.45 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
- 15.55 «ИНТЕРСТЕЛЛАР». (16+)
- 19.00 «ПАССАЖИРЫ». (16+)
- 21.00 «ДАЛЬНИЙ КОСМОС». (16+)
- США, Германия, 2021 г. В ролях: Анна Кендрик, Дэниэл Дэ Ким
- 23.00 «ПРИБЫТИЕ». (16+)
- 01.05 «ТЕРМИНАЛ». (12+)
- 03.10 «ПРИЗРАК». (16+)
- ТВ1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «ДиноСити». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.55 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)
- 12.45 «НАПАРИК». (12+)
- 14.25 «ПРИЗРАК». (6+)
- 16.20 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
- 17.55 «ВОЛШЕБНИКИ». (12+)
- 19.45 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)
- 21.25 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
- 23.15 «МАЙОР ГРОМ: ЧУМНОЙ ДОКТОР». (12+)
- 01.30 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)
- 03.10 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
- 04.45 «Царевна-лягушка». Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.15 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 07.45 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 09.05 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 10.30 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 12.05 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 13.30 «БАТЯ». (16+)
- 15.00 «ХОЛОП». (16+)
- Россия, 2019 г. В ролях: Милош Бикович, Александра Борич
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 23.40 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!» (16+)
- 01.25 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
- 02.55 «РАШН ЮГ». (12+)
- 04.45 «ALL INCLUSIVE, ИЛИ ВСЁ ВКЛЮЧЕНО!» (16+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 18.30, 19.40 Доктор твоего счастья. (16+)
- За два дня психолог Марк Бартон и профессиональные стилисты вырвут женщин из треугольника «муж-ребенок-дом» и разбудят в них уверенных и сексуальных девушек.
- 21.00, 22.10, 23.20 Богиня. (16+)
- 00.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 02.15 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
- 03.20 «Буба-4». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.10 «КОСТОЛОМ». (16+)
- 03.45 «ДУРДОМ НА КОЛЕСАХ». (12+)
- 05.35 «СУПЕРНЯНЬ». (16+)
- 07.05 «СУПЕРНЯНЬ-2». (16+)
- 08.45 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 11.15 «ТАКСИ». (16+)
- 12.50 «ТАКСИ-2». (16+)
- 14.30 «ТАКСИ-3». (16+)
- 16.05 «ТАКСИ-4». (16+)
- 17.40 «ДЖИГАЛОУ». (16+)
- 19.30 «ВАСАБИ». (16+)
- Боевик, триллер, комедия, драма, Франция, Япония
- 21.15 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+)
- Драма, мелодрама, комедия, США, 2011 г.
- 23.15 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- Комедия, Россия, 2022 г.
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.45 «ПЕППИ ДЛИННЫЙ ЧУЛОК». (6+)
- 09.05 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ». (12+)
- 16.25 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (12+)
- 17.45 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+)
- 20.20 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
- Медсестра Таня Зайцева мечтает вырваться из страны разваливающегося социализма в манящую вседоступностью, красивую и беззаботную заграничную жизнь.
- 23.00 «СЕМЬЯ ИВАНОВЫХ». (12+)
- 00.50 «ТЕМА». (12+)
- 02.25 «ВАССА». (12+)
- 04.35 «ВАЛЕНТИНА». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ЗАПАСНОЙ ИНСТАНТ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ПОДРУГА БАНКИРА». (16+)
- Сериял. Мелодрама, Россия, 2006 г. В ролях: Кристина Бабушкина, Нана Кикнадзе, Ольга Сидорова, Михаил Хомяков, Юлия Рутберг
- 14.00, 22.00, 06.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПРИИСК». (16+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- Сериял. Россия
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.10 «КУХНЯ». (12+)
- Сериял. Комедия, Россия, 2012-2016 гг.
- В ресторан приходит представитель Союза кинематографистов, чтобы заказать банкет. ... В гости к Максиму приезжает его мама...
- 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
- 05.45 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Молитвослов. (0+)
- 05.35 «ПОЛЫНЬ - ТРАВА ГОРЬКАЯ». (0+)
- 07.25 В поисках Бога. (6+)
- 08.00 Профессор Осипов. (0+)
- 08.35 В поисках святого города. Семь мучеников Херсонеса. 4 серия. (0+)
- 09.10 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Апостол Иоанн Богослов. Цикл: День Ангела. (0+)
- 14.20 Русский мир. (12+)
- 15.25 Святки России. (6+)
- 16.25 «НЕ ХОЧУ БЫТЬ ВЗРОСЛЫМ». (0+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 20.00 Лето Господне. Святой Николай Чудотворец. (6+)
- 21.55 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.55 Щипков. (12+)
- 23.30 Миром Господу помолимся. (0+)
- 00.30 День Патриарха. (0+)
- 00.45 Русский мир. (12+)
- 01.40 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 03.25 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 04.00 В поисках Бога. (6+)
- 04.30 Щипков. (12+)

Православный календарь

21 мая
Неделя 6-я по Пасхе, о слепом. Глас 5.
Апостола и евангелиста
Иоанна Богослова.



Прп. Арсения Великого.
Прпп. Пимена постника и Арсения трудолюбивого, Печерских. Мч. Никифора.
Поста нет.

«Как угодно будет Господу решить твою участь, жизнью по делам его. А наше главное дело, пока находимся в этой жизни, терпеть все, смиряться и просить от Господа помощи и помилования, и будет хорошо».
Прп. Амвросий Оптинский (Гренков)

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами найти решение. Для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

Петрович приехал на вызов в старую «сталинку» на другом конце города. Дом выглядел очень солидным и по-хорошему старомодным. Однако войдя в квартиру, Петрович отметил модную перепланировку: одна комната и кухня были объединены в студию, из которой хорошо просматривался просторный холл. Ощущение простора усиливали высокие потолки, которые в прихожей были чуть ниже из-за расположенных над входной дверью небольших аккуратных антресолей.

Посреди студии стоял большой стол, накрытый на несколько персон. Правда, к моменту приезда представитель власти большинства блюд уже пустовало, а на тарелках остались одни объедки. Тем не менее, выглядел стол довольно живописно – из-за очень красивой, по виду старинной посуды и изящных серебряных, как показалось Петровичу, приборов.

Фамильный бриллиант



За столом сидели две маленькие старушки, совершенно седые, но в нарядной одежде, одна – в инвалидном кресле. Старушки вели оживленную беседу, время от времени оглядываясь по сторонам. Увидев Петровича, обе замолчали и недовольно поджали губы.

С противоположной стороны стола сидела совсем юная фея с младенцем на руках. Младенцем была полностью поглощена сидевшая рядом с феей дама средних лет, неподалеку явно скупал ничем не примечательный мужчина примерно ее же возраста.

Возле окна стояла невысокая хрупкая брюнетка, то и дело подносящая к глазам кружевной платочек. Вдоль стены, увешанной картинами, прохаживался молодой человек такого огромного роста, что у Петровича на мгновение возник комплекс неполноценности. Молодой человек разглядывал картины, переходя от одной к другой и не вынимая из карманов непомерно длинных рук.

Петрович встретил одного с ним роста мужчину лет сорока в элегантном костюме, смущенный и несколько раздраженный.

– Что у вас случилось? – спросил Петрович после всех формальностей с представлением и демонстрацией служебного удостоверения.

– Понимаете, мы праздновали помолвку, – ответил мужчина и смутился еще больше. – Мы с Мариной, – он кивнул в сторону стоящей у окна брюнетки, – решили объявить о предстоящем событии в присутствии родственников, публично, чтобы ни у кого не возникало никаких вопросов. Потому что...

– Извините, – перебил его Петрович. – Давайте, пожалуйста, без лирики, по делу.

– Да, конечно, – пробормотал мужчина. – Понимаете, я приготовил подарок Марине: наше фамильное кольцо с бриллиантом. Нет-нет, вы не подумайте, ценности кольцо небольшой, не какие-нибудь дикие миллионы. Хотя, тысяч сто за него можно выручить... Впрочем, я отвлекся. Так вот, я показал кольцо всем гостям, кроме Марины, разумеется, и убрал на антресоли в прихожей. Там очень высоко, Мариночка не увидела бы, я хотел сделать сюрприз...

– Понятно, – опять прервал собеседника Петрович. – Кольцо пропало?

– Да, – кивнул мужчина. – И я не представляю... Все свои... Я даже подумать не решаюсь, кто мог это сделать.

Разберемся, – уверенно ответил Петрович. – Кто ваши сегодняшние гости?

– Да-да, гости, – спохватился мужчина. – Да, собственно, вот они все: Мариночка стоит у окна; за столом мой брат Леонид, его жена Алла, их дочь Людочка и ее сын Антошка. Там же мои тетки Аглая и Олимпиада. Олимпиада – это которая в инвалидном кресле. Аглая, впрочем, тоже плохо ходит, но все-таки пока еще сама. Они живут вместе. Гуляющий вдоль картин Гулливер – это Игорь, Людочкин муж, он спортсмен, баскетболист. Вот, собственно, все.

– Кому вы показывали кольцо?

Всем. Мариночка задерживалась – пробки, знает ли, – и я показал им кольцо. Дурацкое бахвальство...

– Ну-ну, не расстраивайтесь, найдем мы ваш фамильный бриллиант, – сказал Петрович. – Собственно, его и искать не надо. Один вопрос для уточнения: ваши гости никуда из квартиры не выходили?

– Нет, конечно. Все сидели за столом. Ну, не считая вынужденных перемещений по квартире – мы же не полчаса сидели, естественные нужды, вы же понимаете.

– Понимаю, – кивнул Петрович.

– А вы... – замялся мужчина. – Вы будете их обыскивать? Но это же ужасно...

– Зачем? Я знаю, у кого ваше кольцо. И надеюсь, обойдется без обыска.

Виктория АНДРЕЕВА



Кого подозревает Петрович?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 18: положив руку на капот автомобиля, Петрович убедился, что он теплый, – значит, машина куда-то недавно ездил, и ее двигатель еще не остыл.

Рис. Ирины Световой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

15 мая Восход: 4 ч. 40 м. Заход: 19 ч. 59 м.
Долгота дня: 15 ч. 19 мин.

Убывающая Луна в знаке Овна

16 мая Восход: 4 ч. 38 м. Заход: 20 ч. 00 м.
Долгота дня: 15 ч. 22 мин.

Убывающая Луна в знаке Овна

17 мая Восход: 4 ч. 36 м. Заход: 20 ч. 02 м.
Долгота дня: 15 ч. 26 мин.

Убывающая Луна в знаке Тельца

18 мая Восход: 4 ч. 35 м. Заход: 20 ч. 04 м.
Долгота дня: 15 ч. 29 мин.

Убывающая Луна в знаке Тельца

19 мая Восход: 4 ч. 33 м. Заход: 20 ч. 05 м.
Долгота дня: 15 ч. 32 мин.

Новолуние, Луна в знаке Близнецов

20 мая Восход: 4 ч. 32 м. Заход: 20 ч. 07 м.
Долгота дня: 15 ч. 35 мин.

Растущая Луна в знаке Близнецов

21 мая Восход: 4 ч. 30 м. Заход: 20 ч. 08 м.
Долгота дня: 15 ч. 38 мин.

Растущая Луна в знаке Близнецов

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 15 ПО 21 МАЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

15 МАЯ

В 1484 году в Московском Кремле заложен Благовещенский собор.

В 1935 году открылась первая линия Московского метрополитена.

16 МАЯ

В 1969 году советский межпланетный космический аппарат «Венера-5» достиг Венеры.

17 МАЯ

В 1801 году в Санкт-Петербурге состоялось торжественное открытие памятника А.В. Суворову.

18 МАЯ

В 1888 году в США была продемонстрирована первая граммафонная пластинка.

В 1896 году в Санкт-Петербурге был открыт первый в России кино-театр.

19 МАЯ

В 1910 году Земля прошла через хвост кометы Галлея.

20 МАЯ

В 1570 году был напечатан первый в мире географический атлас.

В 1742 году Семён Челюскин на собачьих упряжках достиг северной оконечности Евразии.

В 1754 году в Российской империи основан первый банк.

В 1965 году торжественно открылся крупнейший в СССР аэропорт Домодедово.

21 МАЯ

В 1712 году Санкт-Петербург стал столицей России.

В 1937 году начала свою работу первая в мире дрейфующая на льдине научная станция «Северный полюс 1».

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

15 МАЯ. Борис, Глеб, Михаил, Роман.

16 МАЯ. Николай, Пётр, Тимофей.

17 МАЯ. Иоанн, Кирилл, Никита.

18 МАЯ. Ирина.

19 МАЯ. Дионисий, Михайл.

20 МАЯ. Антоний, Давид, Стефан.

21 МАЯ. Арсений, Никифор.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

15 МАЯ ■ Международный день семей

■ Международный день климата

16 МАЯ ■ День биографов

17 МАЯ ■ Всемирный день канцтоваров

18 МАЯ ■ День Балтийского флота ВМФ России

■ Международный день музеев

19 МАЯ ■ День детских общественных объединений

■ День фармацевтического работника в России

■ День пионерии

20 МАЯ ■ Всемирный день травматолога

■ Всемирный день скрипки

21 МАЯ ■ День полярника в России

■ День инвентаризатора

■ День военного переводчика в России

■ День Тихоокеанского флота ВМФ России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Май холодный – год хлебородный

15 мая считалось днем Святителей Бориса и Глеба. Делали прогнозы в этот день по пению соловья: дневное пение и цветение черемухи означало двухнедельное похолодание. А если похолодание задерживалось надолго, говорили так: «Май холодный – год хлебородный».

В день Мавры Рассадницы, 16 мая, смотрели на росу: много росы и погожий день сулили богатый урожай огурцов, а отсутствие росы – дождливую погоду.

17 мая, в день Пелагеи Заступницы, были следующие приметы: воробы носятся стаями и не находят себе места – будет сильный ветер, много майских жуков – к засухе.

Про день Арины Капустницы, 18 мая, говорили: «Премудрость во щах, сила в капусте». В этот день наблюдали за черемухой: начало цветения сулило скорое похолодание, обилие цветов на черемухе – дождливое лето.

Утренний туман 19 мая, в день Иова Горошника, сулил малооблачный и сухой день.

Дождь на Купальницу, 20 мая, обещал теплый сентябрь.

21 мая, в день Ивана Долгого, было принято наблюдать за небом: вечернее небо в красный цвет окрашено – к хорошей погоде, утреннее – к дождю.

Жена – мужу:

– Лучше по-хорошему скажи, иначе я сама додумаю, хуже будет!



ТЕЛЕК Черноземье

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



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-580-95-77

Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.

Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,

e-mail: distrib@kardos.ru

Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.

Тел. (495) 937-95-77, доб. 237,

e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.

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

Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273

Ведущий дизайнер: Немыкин Н.Н.

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

№ 19 (392).

Дата подписания в печать: 01.00 час. 09.05.2023 г. Дата производства: 09.05.2023 г. Дата выхода в свет: 10.05.2023 г. Тираж 45 710 экз.

Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ПТВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л. Тел.: +7(473) 246-52-70

Заказ 3551. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 870 155 экз.

Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. Ежедневная семейная газета для читателей 12+

Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»

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

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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Копирование без указания источника запрещено.

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

Часто можно слышать утверждение, что с возрастом, после 45-50 лет, похудеть практически невозможно.

И многие предпочитают махнуть на себя рукой вместо того, чтобы ввязываться, по их мнению, в заранее обреченное на провал мероприятие. На самом деле это далеко не так. Правило маленьких шагов никто не отменял, и они вполне могут привести к желанной стройности. Начнем?

Шаг за шагом к похудению

Расписание тренировок

Составьте расписание своих тренировок. Вы же хотите получить видимый эффект и как можно быстрее? В этом случае как раз и важна регулярность. Лучше, если это будут полноценные тренировки на проработку всех мышц тела. Но если вы в какой-то день будете ограничены во времени, лучше сделать небольшую тренировку, чем совсем ее пропустить. Очень важно подобным постоянством выработать привычку, закрепить новые нейронные связи. Тогда в будущем вам не придется себя заставлять, тело само захочет физических нагрузок.

2

Диагностика

Для начала нужно проверить свое здоровье. Обратитесь к терапевту или своему лечащему врачу. Уточните возможные ограничения. При большом избыточном весе желательно также обратиться к диетологу. Вообще, чем больше вес, тем больше может быть ограничений, особенно на первых порах. И все это важно учесть, составляя план тренировок.

1

Больше белка

Как бы активно вы ни тренировались, только полноценное питание поможет вам осуществить мечту о стройности. Белки очень часто проседают в рационе, мы их недобираем. А ведь именно белки в первую очередь нужны для построения мышечной ткани. Напомним, что лучше всего белок брать из мяса птицы, рыбы, из творога и яичных белков. Чтобы иметь стабильный уровень энергии в течение всего дня, не забываем про сложные углеводы (каши, цельзерновой хлеб, бобовые и т.п.). Полиненасыщенные жиры (орехи, нерафинированное растительное масло) также обеспечат нас энергией, а еще снизят чрезмерный аппетит и добавят вкуса.

3

Я качаюсь по два часа каждый день, а мышцы не растут. Может, с качелями что-то не так?

Татьяна МИХАЛЁВА

Мнение специалиста С пользой для мышц и костей

На наши вопросы об особенностях физической нагрузки в возрасте 45+ отвечает тренер Елена Рошупкина.

– С возрастом увеличивается риск заболевания остеопорозом. Могут ли физические упражнения для развития мышц заодно улучшить и состояние костной ткани?

– Кость – это живая ткань, которая постоянно обновляется. А физические упражнения действуют на кости так же, как и на мышцы: укрепляют их и стимулируют клетки костной ткани производить новые структуры. Благодаря этому кость становится плотнее и сильнее. Еще один положительный эффект в том, что укрепленные тренировками мышцы лучше стабилизируют позвоночный столб и суставы. Улучшается координация движений, что особенно важно в пожилом возрасте. Хорошая координация поможет предотвратить падения и переломы. Также для сохранения мышечной массы и повышения прочности костей рекомендуется увеличение ежедневной дозы белков до 2-2,2 г на килограмм массы тела.

– Каковы особенности выполнения упражнений для людей старше 45-50 лет?

– Упражнения будут такие же, как и для молодых. Это должна быть динамичная работа мышц с применением силы (отягощения). А вот количество подходов, повторений и весов отягощения зависит от индивидуального самочувствия и состояния здоровья.

Интенсивность занятий должна быть постепенной, начинаться с минимальной нагрузки и минимального количества повторов. Темп проведения должен быть спокойный.

Необходимо избегать резких движений, активных поворотов. Увеличивать время и интенсивность занятий следует с осторожностью и постепенно по мере роста силы и выносливости организма.



Фото из личного архива Елены Рошупкиной и www.shutterstock.com

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий Утренний кофе с вкусным пончиком

Хорошо ли встретить утро за чашечкой кофе и вкусным свежеспечённым пончиком? Да!

Отвечать: колонны балкона слева, высоко-та дама слева, борода у мужичья, рукава футболки у него же, ожка столлика, блюдо с пончиками, прическа у кешничья, цвет футболки у нее, нога у нее же, цвет дерева справа.

СОПР.РУ.77.99.88.003.E.004444.03.15 от 04.03.2015 г. Реклама.



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Здоровье ваших суставов и позвоночника

Картила Геленк-МСМ

- Способствует уменьшению дискомфорта и скованности в суставах и позвоночнике.
- Снижает мышечное напряжение.
- Ускоряет регенерацию хрящевой ткани.

Спрашивайте в аптеках вашего города. Справки и консультации:
8-800-333-06-07 (Звонок бесплатный), Москва 8 (495) 220-76-76
БАД. Производитель ПРОВИСТА, г. Ганновер, Германия. www.provista-ag.ru

НЕ ВРЕДНО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Первым из всех русских народных танцев большинство вспоминает хоровод. А вы знаете, что только видов хороводов существует три: круговой, орнаментальный и игровой? А сколько названий есть у хороводов? Как писал Владимир Иванович Даль, как только ни называют это собрание сельской молодёжи на вольном воздухе для пляски с песнями: карагод, танок, круг, улица... Ведь без танца на Руси не обошелся ни один праздник.

Танцы хороши, когда танцуешь от души



1 Традиционно сложилось, что в каждом российском регионе хороводы имеют свои особенности исполнения. Бывает, что водят хороводы только женщины или девушки. Есть смешанные хороводы, когда этот танец исполняется вместе с мужчинами. Рисунок танцев и переходов иногда инсценирует содержание песни. Именно в хороводе всегда есть чувство единения. В чём оно выражается?

а) Участники держатся друг за друга мизинцами. **б)** Участники выстраиваются по росту. **в)** Участники обязательно выбирают отличительный знак цвета: ленту, тесьму, платок.

2 Зародилась эта популярная пляска ещё в начале XII века. Считается, что танец появился благодаря каменщику, чьи движения после работы привлекли внимание князя Владимира Мономаха. Каменщик, замеченный правителем, уже через несколько дней танцевал перед ним, развлекая круглые сутки. Набор движений остался практически неизменным. Как называется танец сегодня?

а) Казачок. **б)** Присядка. **в)** Танок.

3 А этот танец – своеобразное состязание в виртуозности движений, ловкости, силе, изобретательности, пластичности. Тут проявляется характер исполнителя, его способность импровизировать. Соревноваться в таком танце могли двое или группы, исполняя колена под народные мелодии или частушки. По законам этого танца «противник» должен был либо повторить комбинацию в точности, либо использовать такие движения, которых ещё не было. Как назывался танец, победителем в котором считался тот, у кого набор танцевальных «выкрутасов» был больше?

а) «Русские забавы». **б)** Полька. **в)** Перепляс.

4 Именно такая плясовая – «руки в боки, с пятаки на носок» – вдохновила композитора Михаила Ивановича Глинку написать увертюру для оркестра с одноимённым названием. Кстати, другой великий композитор, Пётр Ильич Чайковский, включил эту тему в «Детский альбом». Какой танец вдохновил композиторов?

а) Камаринская. **б)** Трепак. **в)** Хоровод.

5 Считается, что этот танец ушёл в народ со сцены любительского театра Саратова. И случилось это ещё в середине XIX века. Музыка, под которую танцевали артисты, была написана русским композитором и фольклористом Иваном Ларионовым ещё в 1860 году. Кстати, и в наши дни этот танец очень популярен. Он стал визитной карточкой ряда фольклорных коллективов страны. Как называется этот, теперь знаменитый на весь мир танец?

а) «Калинка». **б)** «Тройка». **в)** Кадриль.

6 Этот разудалый перепляс считается пляской-импровизацией: кто кого перетанцует. Характерные особенности танца: мужской элемент – руки на поясе или разведены в стороны, а женский – руки складывают так, что пальцы одной руки касаются локтя другой. Это танец...

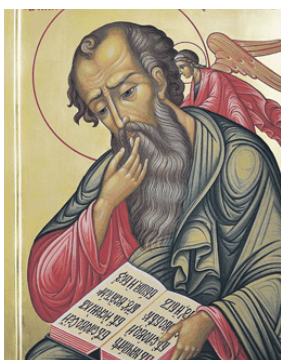
а) «Барыня». **б)** «Во саду ли». **в)** «Валенки».

ОТВЕТЫ

1-а. В хороводе всегда проявляется чувство единения, товарищества. Его участники, как правило, держатся за руки, иногда – за один палец (мизинец), часто за платок, шаль, пояс, венок. **2-б.** Каменщик Пётр Присядка работал на короточках, не разгибаясь по несколько часов. Закончив работу, он выходил на улицу и подкакивал, разминая ноги. Вот эту «разминку» и отменил великий князь. Пляску называли «Под-Присядка». **3-в.** Перепляс. **4-а.** Это поистине русский народный танец. В XVIII-XIX вв. камаринская была в программе балов и ассамблей, где ее танцевали все, кто присутствовал. А по мнению Фомы Олпикина из повести Ф.М. Достоевского «Село Степанчиково и его обитатели», «танцевать его может разве что самая глупая деревенщина». **5-а.** «Калинка». **6-а.** «Барыня».

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...одно знаю, что я был слеп, а теперь вижу»



Проходя, увидел человека, слепого от рождения. Ученики Его спросили у Него: Равви! кто согрешил, он или родители его, что родился слепым? Иисус отвечал: не согрешил ни он, ни родители его, но это для того, чтобы на нем явились дела Божии. Мне должно делать дела Пославшего Меня, доколе есть день; приходит ночь, когда никто не может делать. Доколе Я в мире, Я свет миру. Сказав это, Он плюнул на землю, сделал брение из плюновения и помазал брением глаза слепому, и сказал ему: пойди, умойся в купальне Силоам, что значит: послан-

ный. Он пошел и умылся, и пришел зрячим. Тут соседи и увидевшие прежде, что он был слеп, говорили: не тот ли это, который сидел и просил милостыни? Иные говорили: это он, а иные: похож на него. Он же говорил: это я. Тогда спрашивали у него: как открылись у тебя глаза? Он сказал в ответ: Человек, называемый Иисус, сделал брение, помазал глаза мои и сказал мне: пойди на купальню Силоам и умойся. Я пошел, умылся и прозрел. Тогда сказали ему: где Он? Он отвечал: не знаю. Повели се-го бывшего слепца к фарисеям. А была суббота, когда Иисус сделал брение и отверз ему очи. Спросили его также и фарисеи, как он прозрел. Он сказал им: брение положил Он на мои глаза, и я умылся, и вижу.

Тогда некоторые из фарисеев говорили: не от Бога Этот Человек, потому что не хранит субботы. Другие говорили: как может человек грешный творить такие чудеса? И была между ними распря. Опять говорят

слепому: ты что скажешь о Нем, потому что Он отверз тебе очи? Он сказал: это пророк. Тогда Иудеи не поверили, что он был слеп и прозрел, доколе не призвали родителей сего прозревшего и спросили их: это ли сын ваш, о котором вы говорите, что родился слепым? как же он теперь видит? Родители его сказали им в ответ: мы знаем, что это сын наш и что он родился слепым, а как теперь видит, не знаем, или кто отверз ему очи, мы не знаем. Сам в совершенных летах; самого спросите; пусть сам о себе скажет. Так отвечали родители его, потому что боялись Иудеев; ибо Иудеи сговорились уже, чтобы, кто признает Его за Христа, того отлучать от синагоги. Посему родители его и сказали: он в совершенных летах; самого спросите.

Итак, вторично призвали человека, который был слеп, и сказали ему: воздай славу Богу; мы знаем, что Человек Тот грешник. Он сказал им в ответ: грешник

ли Он, не знаю; одно знаю, что я был слеп, а теперь вижу. Снова спросили его: что сделал Он с тобою? как отверз твои очи? Отвечал им: я уже сказал вам, и вы не слушали; что еще хотите слышать? или и вы хотите сделаться Его учениками? Они же укорили его и сказали: ты ученик Его, а мы Моисеевы ученики. Мы знаем, что с Моисеем говорил Бог; сего же не знаем, откуда Он. Человек прозревший сказал им в ответ: это и удивительно, что вы не знаете, откуда Он, а Он отверз мне очи. Но мы знаем, что грешников Бог не слушает; но кто чтит Бога и творит волю Его, того слушает. От века не слышано, чтобы кто отверз очи слепорожденному. Если бы Он не был от Бога, не мог бы творить ничего. Сказали ему в ответ: во грехах ты весь родился, и ты ли нас учишь? И выгнали его вон. Иисус, услышав, что выгнали его вон, и найдя его, сказал ему: ты веруешь ли в Сына Божия? Он отвечал и сказал: а кто Он, Господи, чтобы мне веровать в Него? Иисус сказал ему: и видел ты Его, и Он говорит с тобою. Он же сказал: верую, Господи! И поклонился Ему.

Этот отрывок из Евангелия от Иоанна будет читаться в православных храмах 21 мая, в воскресенье.

Первое знамение, которое сотворил Господь, было во время свадебного пира в Кане Галилейской, там Спаситель превратил воду в вино, то есть изменил вещество. Во время насыщения пятью ячменными хлебами и двумя рыбами пяти тысяч человек в пустыне Господь умножил вещество. Здесь же мы видим еще одно знамение: Спаситель проявляет Себя как Творец, Он творит то, чего раньше не было. Даже одного из этих знамений достаточно для непредубежденного человека, такого, каким был бывший слепец, он не знал ничего, кроме того, что этот Человек – Иисус – избавил его от врожденной слепоты, и этого знания оказалось достаточно: он уверовал и поклонился Христу как Богу.

Наряду с бывшим слепцом, помимо зевака, мы здесь видим еще две категории людей, представители этих двух категорий не готовы сделать один лишь шаг навстречу вере и спасению: речь идет о фарисеях и родителях исцеленного. С первыми все понятно, они уже давно приняли решение уничтожить Христа, ведь Он был возмутителем спокойствия.

Значительно сложнее обстоит дело с родителями бывшего слепца. Они, как об этом пишет апостол и евангелист Иоанн Богослов, просто боялись. Их страх затмевал собой и радость за исцеленного сына, и здоровое восприятие реальности, и, что самое важное, возможность обрести спасительную веру в Воплощенного ради нашего спасения Бога.



Комментирует епископ Переславский и Угличский Феоктист

Если следовать Евангелию от Матфея, то первые слова, которые сказал Своим ученикам Господь Иисус Христос после Воскресения, были такие: «Радуйтесь!», а вслед за этим – «Не бойтесь!». Победа над собственным страхом, как мы видим в этом и во многих других евангельских эпизодах, открывает человеку путь ко Христу, ведь в преодолении страха содержится исполнение Христовой заповеди, и дай нам всем Бог одержать эту победу!

Часто ли, покупая шампунь или бальзам для волос, мы интересуемся их составом?

Наверняка нет, ведь нам достаточно пометки «укрепляющий» или «увлажняющий». А ведь этими полезными качествами нередко обладают травы и растения, которые вполне могут составить альтернативу покупным средствам. Давайте разберемся, что это за полезные природные дары.

Шампунь не нужен, чтобы выглядеть красиво

Итак, выбираем полезные растения для разных типов волос и для ухода за ними.

Для ломких и сухих:

- ромашка лекарственная
- тимьян (чабрец)
- душица
- подорожник
- корневище аира
- корень лопуха



Для жирных и склонных к жирности:

- хмель
- лаванда
- полынь
- зверобой
- календула
- кора дуба



Для увлажнения волос:

- окопник
- корень одуванчика
- клевер белый
- зверобой
- продырявленный
- имбирь
- рябина обыкновенная



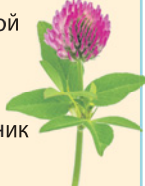
От выпадения волос и для стимуляции их роста:

- алоэ
- крапива
- мята перечная
- алтей лекарственный
- имбирь
- береза



Для укрепления ослабленных волос:

- хвощ полевой
- клевер
- лен
- шалфей
- тысячелистник
- кора дуба



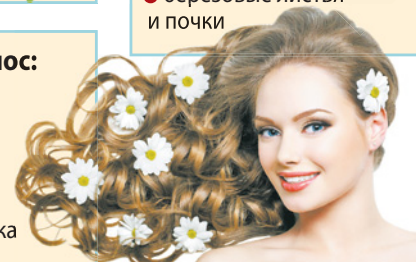
От перхоти:

- крапива
- мята перечная
- солодка
- череда
- кора дуба
- березовые листья и почки



Для блеска волос:

- арника горная
- корневище аира
- зверобой
- крапива
- хмель
- семена пажитника



ИЛИ Полезная шпаргалка для волос

Как составить ополаскиватель дома

Конечно, с помощью ополаскивателя радикально улучшить состояние волос не удастся. Продается немало средств, состав которых подобран специалистами. Но наличие химических составляющих не всегда полезно для волос. А вот укрепить волосы, дать им дополнительное питание, правильный уход –

в наших силах. Травяные отвары готовятся одинаково – высушенный материал (8-10 столовых ложек сырья) заливается 1 литром кипятка и настаивается до полного остывания. Жидкость процеживают и смачивают ей волосы по всей длине.

Кстати

Как видим, многие травы могут выполнять сразу несколько функций, поэтому они встречаются в составах шампуней и бальзамов для разных типов волос. Отвары всех этих трав можно делать самостоятельно и использовать их как ополаскиватели или в составе масок для волос.

Как-то вечером муж говорит жене после 25 лет брака: – Дорогая, ты представляешь, у меня стали выпадать волосы... – Не переживай, они просто с тобой жить устали.



Важно!

Стоит учесть, что некоторые ингредиенты ополаскивателей могут изменить оттенок локонов. Выбирая новое растение для ополаскивания, сначала попробуйте его действие на незаметных участках волос.

Светлана ИВАНОВА



Дорогие друзья!

Салаты – неотъемлемая часть и повседневного, и праздничного меню. Мы любим эти блюда за то, что ими можно перекусить и закусить, разбудить или, наоборот, чуть заглушить аппетит. Сытные теплые салаты согревают нас в морозные дни, а легкие овощные – освежают во время летней жары.

В нашем журнале вы найдете рецепты традиционных и оригинальных салатов:

- мясных,
- рыбных,
- овощных,
- теплых,
- праздничных,
- десертных.

Номер в продаже с 5 мая!

Кроме этого мы подготовили для вас полезную информацию:

- советы по сервировке и подаче салатов;
- время приготовления блюд, их калорийность, количество порций;
- поварские хитрости и полезные советы.

Готовьте с хорошим настроением, угощайте друзей и близких с удовольствием!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927

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



Реклама 12+



Ранней весной огородные культуры ещё не созрели, а организм настоятельно требует подзарядки в виде витаминов и минералов.

Наши предки в это время ели съедобные сорняки, которые к «сорнякам» тогда еще не относились. Современные «продвинутые» люди называют эти растения дикоросами (так как они растут не только в огороде, но и в дикой природе). И употребляют их в пищу не потому, что нечего есть, а потому, что это экологически чистые и очень полезные растения. Итак, предлагаем вам не изничтожать сорняки, а заняться их сбором, чтобы разнообразить свой стол!



ВАЖНО! Собирайте травы вдали от автомобильных дорог и промышленных зон! И если не уверены в качестве растения или его принадлежности к съедобному виду, откажитесь от блюда.

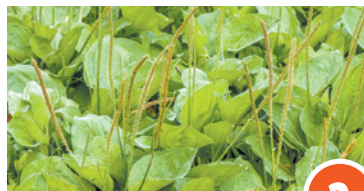
7 съедобных сорняков для весеннего стола



Крапива

Крапива – один из самых дичных сорняков, но в апреле-мае верхние молодые листочки крапивы не жгучие, вкусные и питательные. Растение содержит муравьиную кислоту, дубильные вещества, в листьях имеются витамины С и К, а также провитамин А – каротин.

● **Что можно приготовить?** Бесподобны щи из молодой крапивы и щавелевый суп с добавлением молодых крапивных листочков. Современные кулинары из крапивы готовят песто, фриттаты. Крапива может заменить шпинат в любых блюдах.



Подорожник

Подорожник – это не просто сорняк: его можно прикладывать к порезам, а можно сделать из него салат. В молодых листьях множество витаминов и микроэлементов.

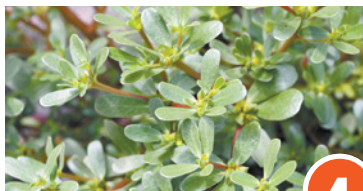
● **Что можно приготовить?** Молодые листья подорожника очень хорошо сочетаются с луком, салатом, хреном, картофелем. Их добавляют в омлеты, запеканки, каши, напитки, пюре, а также в котлеты.



Лебеда

Огородники активно борются с лебедой на дачных участках. В военное время это растение спасало людей от голода, поэтому лебеду даже культивировали, засеивали ею поля. В лебеде много минеральных солей, в основном калийных. Трава лебеды нежная и сочная, поэтому ее можно собирать и употреблять с веточками.

● **Что можно приготовить?** Сегодня приверженцы здорового питания добавляют лебеду в салаты, делают из нее окрошку и витаминизированные коктейли.



Портулак

Знающие люди говорят, что по вкусу это практически аналог шпината. Содержит антиоксиданты, аскорбиновую кислоту, бета-каротин, витамин Е и омега-3 жирные кислоты.

● **Что можно приготовить?** Портулак можно есть в сыром виде, а ростки его добавлять в супы и салаты. Салаты из зелени солят прямо в тарелке. Если зелень посолить заранее, то она пустит сок, станет дряблой, а салат – жидким.



Одуванчик

Нежные первые молодые листья одуванчика не горькие, их можно использовать в кулинарии. Одуванчики считаются хорошими детоксикантами. Растение также является источником витаминов группы В, калия, магния и цинка.

● **Что можно приготовить?** Молодая зелень одуванчика прекрасно заменяет руколу в салатах и пицце. Из цветков одуванчика готовят восхитительное весеннее варенье. Желтую часть цветка можно есть сырой, делать из нее оладьи или использовать в выпечке.



Кислица (Oxalis pescaprae)

Кислица богата щавелевой кислотой, одним из соединений, которые делают ее такой же питательной, как щавель или шпинат.

● **Что можно приготовить?** Так как в кислице много щавелевой кислоты, лучше всего добавлять ее в салат в качестве дополнительной зелени в сыром виде, а не подавать в качестве основного блюда.



Сныть

Собирать сныть нужно весной: для еды подходят только молодые листья. Листья сныти содержат азотистые соединения, играющие важную роль в обмене веществ, витамин С и флавоноиды, укрепляющие стенки сосудов.

● **Что можно приготовить?** В кулинарии сныть используют в сыром или жареном виде. Долго отваривать сныть нельзя, в этом случае она теряет свои свойства. Из сныти готовят окрошку и щи, салаты, заквашивают ее с морковью. Хороша сныть, жаренная с яйцом.

Универсальный рецепт для дикорастущей зелени

- 1 Обжарить на масле мелко порезанную луковичку.
- 2 Влить ложку яблочного уксуса, посолить. Снять с огня.
- 3 Мелко порезать дикоросы без резко выраженного вкуса: крапиву, сныть, мокрец, осот и одуванчик (с предварительным вымачиванием), всыпать в емкость с горячим луком и быстро перемешать. Добавить приправы по вкусу. Для любителей – можно добавить и соевый соус. Если добавить в смесь томатный соус, можно смазать ею тесто для пиццы. Молодая зелень с добавлением толченого грецкого ореха, кунжута или любимых приправ станет прекрасной закуской.

Валерия ПАШЕЧКИНА

НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✔ Более 100 рецептов самых популярных национальных блюд в каждом номере.
- ✔ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве персон.
- ✔ Советы по приготовлению.
- ✔ Рассказы о том, как эти блюда появились и какими стали в наши дни.
- ✔ Секреты национальных приправ.
- ✔ Подробности выбора посуды для приготовления и подачи национальных блюд.

12+ РЕКЛАМА

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 5 МАЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON
ozon.ru¹

WILDBERRIES
wildberries.ru²



На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: Журнал Домашний повар

¹ 000 «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741. ² 000 «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449



Возраст – не повод для грусти, особенно в мире моды и красивой одежды. Каждой женщине хочется выглядеть моложе своих лет, и одежда предоставляет ей такую возможность.

Поговорим сегодня о том, как одеться, чтобы не только чувствовать себя молодо, но и выглядеть моложе. Чтобы одежда освежала и омолаживала, нужно всего лишь правильно ее подобрать. Для этого важно учитывать несколько факторов, первый среди которых – подходящий силуэт. Второй, не менее важный фактор – это материал, из которого изготовлена одежда. Причем здесь имеет значение все: цвет, фактура и, самое главное, качество. Дама элегантного возраста не может позволить себе носить вещи плохого качества – это старит.

Как подбирать одежду, маскирующую возраст

Силуэт

Выбирая силуэт, следует стремиться к максимальной естественности. Слишком свободная одежда может утяжелять образ и, соответственно, добавлять возраст. От одежды в обтяжку лучше отказаться совсем – это привилегия очень юных обладательниц безупречных фигур. Идеальный вариант – полуприлегающий силуэт, обрисовывающий фигуру, но не обтягивающий ее. Еще одна важная составляющая одежды для дам элегантного возраста – вертикали. Незастегнутые полы пальто или жакета, длинные шарфы или бусы, контрастные вертикальные вставки – любой вертикальный элемент освежает, а значит, и омолаживает образ. По этой же причине от элементов, создающих горизонтальные линии, например больших накладных карманов, лучше отказаться.



Разговаривают две подруги:
– **Велосипед хочу себе купить.**
– **Милая, в твоём возрасте нужно уже думать о том, чтобы коляску детскую купить, а не велик!**
– **Ну согласись, в детской коляске я буду смотреться неплохо.**



Материал

Как мы уже говорили, материал необходимо выбирать с особой тщательностью. В частности, следует отказаться от любого блеска – то есть материалов либо блестящих, либо активно отражающих свет, который подчеркнет каждую нашу морщинку. Люрекс, атлас, бархат, кожа (особенно лаковая) должны услышать от нас решительное «нет». Предпочтение следует отдавать матовым, поглощающим свет материалам с гладкой фактурой – это хлопок, лен, шерсть, замша и т.п. – которые никогда не подведут.

Длина

Длина юбки (или платья) – самый тонкий вопрос. Большой ошибкой будет думать, что можно убрать десяток-другой лет с помощью мини-юбки. Лучшей длиной станет та, что открывает самую стройную часть ноги и скрывает самую стройную. Как правило, это на ладонь ниже или пара сантиметров выше колена. Выбирая вариант «выше», необходимо со всей критичностью присмотреться к своим коленям – возможно, лучшим вариантом будет все же не показывать их. Колени, локти и плечи – это то, что выдает возраст мгновенно, поэтому прежде чем открывать эти части тела, следует хорошенько подумать.

Цвет

Возраст накладывает на нас особый отпечаток – даже самые яркие цвета блекнут, контрасты ступеневаются. Это необходимо учитывать, подбирая цвет одежды. Идеальный вариант, который никогда не подведет, – это светлые тона и пастельные оттенки. Даже если вы предпочитаете благородные оттенки – бордо, темно-синий и т.д. – расположите возле лица вещь (шарфик, блузу и т.п.) светлого пастельного оттенка (персик, беж и т.п.), и вы увидите, как сразу разгладится ваша кожа. От ярких цветов, как и от кипенно-белого, лучше отказаться. Их можно использовать в украшениях или аксессуарах, но только не тех, что располагаются возле лица. Темные цвета, если уж без них никак не обойтись, переместите вниз – юбка, брюки, обувь. С особой осторожностью следует выбирать принты. Необходимо помнить, что любой принт, особенно сложный, искажает силуэт и очень часто не в лучшую сторону.

Светлана ИВАНОВА

Дочка Его светлости								Каравай, батон	Кабель-тов, канат				Поединок тяжёловесов в маваси	Боярские апартаменты	"Зацепка" для сена	
	Противоположность зюйда	Кустик, на котором оставил хвост Иа	Самопальная холстина	"Отвисший живот" блузки	"Корочки" водителя	Входное отверстие в улье				Что учтивому присуще?	Пойманная рыба				В полиграфии: размер шрифта	
			Внушенное свыше вдохновение				Снегоступ биатлониста	Им эклер набит				Где боксеры соревнуются?				
	Большой серый попугай	Не самый лучший характер			Забота	Залив-стоянка для судов				Производство досок из бревен					Спец по ведению зрелищ	
			Плетет сети для охоты на мух						Национальность самураев	Монета-плата Харону за перевозку	Рабочий "инструмент" бегуна	Пищащая добыча кошки и совы				
	"Речь" певца с оперной сцены	Фраза, ставшая штампом	Пелена над мегаполисом	См. фото	... Поттер								"Бассейн" для голубей в парке	"Пьедестал" хитов		
			За партией классный "экземпляр"						"Намотанные" легковушкой километры	Хук или джеб	Кошка на шиповке бегуна	Пробирается сквозь тучи				
Глянец, лоск	Илзе, Андрис	"Хвост" короля									Объект покорения альпинистом					
			Чешская машина	Рана от контакта с утюгом				Орудие для вспашки земли								
"Забор" вдоль лестницы		Выражение бурной радости				Ошибка, сбой в программе	Национальная валюта Кубы	Машет оркестру	Обратное сну, мечте, бреду	Оторочка по краю одежды						
				"Былина" скальда			Тайфун									
Водоплавающая северная птица		Налог с крестьян на Руси			Обитаемые квадратные метры	Хохот			Демьянов суп							
				Приставка, умножающая на сто			Аромат скигаемой травы									

ГИГАНТСКИЕ СКИДКИ к дачному сезону!

«Садовые цветы»



«Зеленые кусты»



«Русский лес»



«Розовые розы»



ДО ПОСЛЕ

Выдерживает перепад температур

Легкий монтаж сетки

Прочный износостойкий материал

- Негорючий материал
- Сетка с качественной печатью
- Люверсы для установки фотофасада
- Поставляется в рулоне

РАЗМЕР: 310x158см

скидка 50%

3990^Р
1990^Р

TV РЕКЛАМА

Фотофасад «Яркая жизнь»

Живописный фотофасад преобразит Ваш двор или садовый участок без больших финансовых вложений и помощи строителей! Сетка фасада – из прочного и износостойкого сетчатого материала с высококачественной фотопечатью идеально подойдет для оформления заборов, беседок, фасадов домов, ограждений, хоз. построек и т.д. Монтаж не требует особых навыков и сложного инструмента: фасад легко крепится на люверсы в сетке или с помощью мебельного степлера.

Материал: ПВХ, металл. Размеры: 310x158 см. Люверсы 10 мм расположены через каждые 40 см. Плотность ткани: 270 г/м². КНР. Лот 103416 «Розовые розы», «Садовые цветы», «Зеленые кусты», «Русский лес»

Набор инновационных салфеток для уборки «Умный дом», 5 шт.

С ромбовидной фактурой, не только бережно очищают, но и полируют поверхность, делая ее гладкой и блестящей – без разводов и мелких волокон. Подходят для очищения стекол и зеркал.

Материал: микрофибра (полиэстер 100%). Размер: 30x40 см. КНР. Лот 155 1729

3 = 1

Стираются в машинке.

3 набора по цене 1

2970^Р
990^Р

Анатомическая подушка, 2 шт.

Обеспечит правильное положение головы, больше никакого храпа и ломоты в теле!

Материал сверху: тафetta. Наполнитель: полиэфирное синтетическое волокно. Размер: чехол 50x60 см. Россия. Лот 131 4920

2 по цене 1

1780^Р
890^Р

Полотенце «Сумерки», 2 шт.

Из натурального хлопка, подарит вам комфорт после сауны или водных процедур. Яркое и нежное!

Материал: 100% вафельный хлопок. Размер: 150x78 см. Россия. Лот 134 4031

2 по цене 1

1780^Р
890^Р

150 см

МОЙ МИР

Звонок по России и с городского, и с мобильного **БЕСПЛАТНЫЙ**:

8 (800) 350-35-73

код заказа:
ТЕЛ_107_23_САД

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 179 руб. Стоимость почтовой доставкой соответствует тарифам АО «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2,5% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шопинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 10.05.2023 г. до 30.06.2023 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте www.moymir.ru. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ_107_23_САД. Реклама.

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!*

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом

Размеры:
70x200 см,
80x200 см,
90x200 см,
120x200 см,
140x200 см,
160x200 см

СУПЕРЦЕНА
от 1690 рублей



Матрас-топпер 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, кроватей, матрасов, разглаживает ямки и перепады.

«Чудо-шланг» + подарок!

30 м **1390 руб.**
45 м **1690 руб.**
60 м **1990 руб.**



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 начального размера. Благодаря этой конструкции вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. Компактный, занимает мало места при хранении и перевозке. При покупке «Чудо-шланга» – садовый разнорезимный пистолет в подарок!

Лента «Супер Фикс»

2 ПО ЦЕНЕ 1 990 руб.

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

Набор кастрюль

1800 руб.
1290 руб.



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

Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

1490 руб. 990 руб.



Щетка не представляет собой сложного устройства, но как мы знаем, все гениальное просто! Ее конструкция – это просто 2 щетки с магнитами. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. Вы не будете балансировать на краю открытого окна на любом этаже, похлопывая человек, производящий уборку, находясь внутри помещения. Вы легко помоеете окна, которые совсем не открываются или на них стоит решетка. Она одновременно моет водой и сразу вытирает насухо. Чистые окна, без разводов вам гарантированы!

Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

990 руб.



Отличная разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели. Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа с ярким мягким светом, мощный фонарь прожекторного типа, зарядное устройство power bank. Создает круговое освещение на 360° и видимости даже с расстояния 3 км. Срок службы светодиодных панелей – 100 000 часов, и 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 ответственный момент вы останетесь без 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 свой телефон от разъема USB, который встроен в фонарь.

Солнцезащитная пленка на окна

2 ПО ЦЕНЕ 1 990 руб.



Если в полдень в ваше окно светит солнце, а вечером вы не защищены от посторонних взглядов – эта пленка для вас! Создает эффект зеркала снаружи и абсолютно прозрачна изнутри. Предохраняет от перегрева и выгорания мебель, книги, одежду. Легко крепится к поверхности стекла.

Летний дачный душ

1500 руб.
990 руб.



Душ состоит из герметичного резервуара емкостью 20 литров, эластичной трубки с закрывающим клапаном и насадкой – распылителя водной струи. Такая конструкция позволяет повесить его на крючок или просто привязать к столбу и дереву в саду. Черный цвет емкости для воды позволяет ей быстро и эффективно нагреваться с появлением солнца.

Фотошторы + Тюль в подарок! Габардин (150x270 см) 2 шт. 3D-печать. Цветы как живые.

3990 руб.
2490 руб.



Плита индукционная (настольная)

3800 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 экономней!

Тонетр **НОВИНКА**

1990 руб.
1290 руб.



В любой момент вы можете измерить давление самому себе без посторонней помощи. Прибор имеет специально разработанную манжету, которая гарантирует надежное считывание пульса и высокую точность измерений. Интеллектуальная система запоминает последние 60 измерений и имеет индикатор аритмии. На крупном LCD дисплее отображаются дата и время измерения, систолическое давление (верхнее), диастолическое (нижнее), пульс. В комплекте с тонометром вы получите пластиковый кейс с защелкой для хранения и переноски устройства.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

Отпугиватель-фонарь

1690 руб.
1290 руб.



Фонарь защитит вас от любых нежданных животных или уличных хулиганов, напугает и прогонит даже большую стаю собак. Действует на расстоянии 100 м. Имитирует треск и вспыхивающий шокера. Он имеет мощный встроенный фонарик.

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 ПО ЦЕНЕ 1 990 руб.



Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте отпугиватель в розетку. Можно использовать, если в доме дети, собаки и кошки. Безопасен для ваших домашних животных. И в него встроен уютный ночник.

«Ажур Бра» набор кружевных бюстгалтеров

В комплекте:
3 шт. – белый, черный, бордовый



S-M (42-46), L-XL (48-50), 2XL-3XL (52-56), 4XL (58-60).

2300 руб. 1690 руб.

«Ажур Бра» – это изумительное бесшовное, кружевное белье, которое отлично поддерживает спину и грудь, но при этом не давит и не натирает. Белье поднимает бюст и сглаживает неровности, придает округлые формы. Специальное усиленное плетение посередине для создания красивого декольте. Его можно носить как нижнее белье, как топ под жакет и как спортивное белье. Для увеличения объема есть потайные кармашки под поролоновые вкладыши.

Массажная подушка с функцией прогрева

3800 руб.
1690 руб.



Ноет спина? Мышцы словно окаменели? Массажная подушка – ваше спасение! Нефритовые камни, словно опытные руки специалиста, промассируют ваши проблемные зоны, и вы ощутите приятное тепло и легкость. Массаж-шауа + разогрев. Поможет убрать спазмы мышц, согревает и расслабляет. Используйте дома, в офисе, в автомобиле. **НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ПРИБОРОМ**

Говорящий Кукла-повторяшка хомяк Woody O'time Original

1700 руб. 990 руб. **1790 руб. 1190 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!!! Эти игрушки поднимут настроение и помогут развеселить друзей! Покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Электрический измельчитель «Молния»

2100 руб.
1490 руб.



«Молния» – незаменимый помощник на кухне. Он один заменит несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). Компактный размер. В нем: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для порирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. «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.).

Вертикальная суперсушилка для белья

2600 руб.
1990 руб.



Суперсушилка позволит высушить три загрузки стандартной стиральной машины. Три яруса плюс две дополнительные планки для плечиков позволяют сушить постельное белье и деликатные ткани, например, рубашки и блузки. Покупая одну, вы получаете сразу 3 сушилки – ведь 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 носовых платков и постельного белья до штор и мягких игрушек!

Усилитель звука

990 руб. НОВИНКА



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. Усилитель звука подходит для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе на праздниках и дома. **НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ**

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

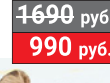
990 руб. 2 ПО ЦЕНЕ 1



Очки-лупа дают визуальное увеличение предмета на 160% и при этом оставляют ваши руки свободными. Очки прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения различных работ, требующих большой точности! **НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ**

Корректор осанки

S-M талия 60-85 см **1690 руб.**
L-XL талия 86-125 см **990 руб.**



РУ № РЗН 2018/6874 от 28.02.2018 г.
Знакомые всем боли в пояснице, шее, грудном отделе – все это чаще всего следствие неправильной осанки.

Неправильная осанка, постоянно опущенные плечи создают излишнее давление на грудную клетку, диафрагму и могут вызвать остеохондроз, сколиоз и далее всем знакомые боли в спине. Представляем универсальное средство для профилактики сколиоза, исправления дефектов осанки, облегчения боли в поясничном, грудном, шейном отделе, плечах, спине. Корректор поможет выпрямить вашу спину и научит мышцы держать правильно положение. **ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!**

Подушка для ног «Здоровый сон»

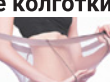
1690 руб.
990 руб.



Инновационная подушка специальной анатомической формы с эффектом памяти обеспечивает правильное положение ног во время сна. Снижается нагрузка на коленные суставы и сустав бедра. Значительно улучшает качество сна, утром вы чувствуете себя отдохнувшим и бодрым. Она особенно необходима для людей пожилого возраста.

Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

1300 руб. 990 руб.



Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт – нервущиеся колготки! Представляют собой переплетения миллиона мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть устойчивыми к внешним воздействиям. Держат свою форму, не теряют своих качеств и после 2 тыс. стирок. Благодаря высокой плотности и эластичности отлично скрывают недостатки фигуры, особенно «апельсиновую корку» в области ягодиц и голеней. Повышают тонус, защищают ноги от переутомления благодаря специальным вставкам в области носка. Не сковывают движения и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищают вены и сосуды.

Угловая полка для ванной без винтов

1990 руб.
1390 руб.



На четырех ярусах вы сможете разместить все необходимые аксессуары. Выдерживает нагрузку до 16 кг. Секции изготовлены из прочного пластика, треугольной закругленной формы с отверстиями для слива воды. Стойка телескопическая с регулировкой по высоте, монтаж не требует винтов, сверления.

Термокерамический обогреватель

1990 руб.
1490 руб.



Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую t от 15 до 32°C. Система климатроник-термостат (автоматически выключается, когда достигнет заданной температуры). Встроенный таймер, дисплей и система защиты от перегрева. Потребляет мало электроэнергии, способен легко согреть помещение площадью 20 кв.м!

Швейная мини-машинка

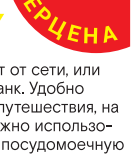
1990 руб.
1490 руб.



С этой мини-машинкой вы подшейте брюки или юбку, вставите молнию. Подарите любимым вещам вторую жизнь. С ней легко пришить заплатку, красивый декоративный элемент. Вы сошьете красивую одежду, используя ножную педаль, это сделает процесс шитья быстрым и удобным.

Складная стиральная машинка «Мини-автомат»

2490 рублей



Работает от сети, или Пауэр банк. Удобно брать в путешествие, на дачу. Можно использовать как посудомоечную машину. **СУПЕРЦЕНА**

Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.



С дисплеем + ДУШ **2490 руб.**
Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным краном-водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Экономит электроэнергию! Устанавливается всего за пару минут.

Чудо-пленка «Надежная защита» (3 м x 60 см)

990 руб. 2 ПО ЦЕНЕ 1



Самоклеющаяся алюминиевая фольга для защиты поверхностей от различного рода повреждений и загрязнений, а также для мгновенного преображения интерьера. Легко клеится, водонепроницаемая, жаростойкая, легко мыть. Универсальное применение – для оклеивания любых гладких поверхностей (столешницы, фасады шкафов, полки, двери, стены и т.д.). Идеально подходит для использования на кухне, в ванной и жилых комнатах. Приклеивается сама к любой поверхности.

Стул для ванной и душевой с регулируемыми ножками

2990 руб. 2490 руб.



Предназначен для проведения гигиенических процедур в ванной комнате или душевой. Обеспечивает безопасность и комфорт, особенно пожилым людям. Ножки стула не скользят по мокрому полу, рама не подвержена коррозии благодаря специальному покрытию. Позаботьтесь о себе и своих близких!

Наколенник «Двигайся легко»

2 ПО ЦЕНЕ 1 990 руб.



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

Бесконтактный инфракрасный термометр

1990 руб. 990 руб.



Вы можете легко измерить температуру на любом участке кожи всего за несколько секунд, не прикасаясь к телу. Это очень удобно, если важно узнать температуру спящего малыша, не потревожив его сон. В инфракрасном градуснике нет стекла и ртути, поэтому им нельзя пораниться или отравиться его содержимым. **НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ**

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

ИП Елкин Иван Юрьевич ОГРН 321774600271012. С информацией об организаторе акций, правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по телефону 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 10.05.2023 г. по 31.05.2023 г. *По итогам продаж 2022 г. На правах рекламы.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 499 213-03-16

Работаем без выходных с 9:00 до 20:00.