

№10
(539)
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 9 по 15 марта 2026 года

ТЕЛЕЛЕК

36
КАНАЛОВ
ТВ

**БЕЛАЯ РУБАШКА:
В ОФИС, В ТЕАТР,
НА ПРОГУЛКУ**

стр. 30

**ГОТОВИМ
СКУМБРИЮ
В БУДНИ
И ПРАЗДНИКИ**

стр. 8

**ВЯЧЕСЛАВ
ЧЕПУРЧЕНКО**
**ДАРИТЕ ЖЕНЩИНАМ
ЦВЕТЫ ПОЧАЩЕ!**

стр. 2

**КИШЕЧНИК
В ЗАТРУДНЕНИИ?**

**Помогут космические
технологии**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ
СО СПЕЦИАЛИСТОМ. Реклама

стр. 25

**ЧТО ДОБАВИТЬ
В ГРУНТ
ДЛЯ РАССАДЫ**

стр. 29

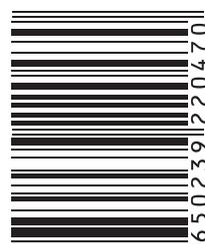
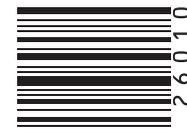
**КАКИМИ
ПОСТУПКАМИ
УДИВИТЬ
ЛЮБИМУЮ?**

стр. 4

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фотограф: Антонина Угарина

ISSN 2313-4933



12+

В первые весенние дни, 5 марта, в широкий прокат выходит романтическая комедия «Тюльпаны» – весенний альманах, задуманный по образцу популярной франшизы «Ёлки».

В центре сюжета – пять новелл, снятых разными режиссерами. Их объединяет общий праздник – 8 Марта. Герои фильма – самые обычные люди, но играет их необычный «звездный» ансамбль. Так, в истории «Гриша» зрители увидят Елену Яковлеву и Алексея Серебрякова, в новелле «Цветы для любимых» – Гошу Куценко и Ирину Медvedеву. Новеллу «Стася идет гулять» украсили Ярослав Могильников, Александр Бабаскина и Елена Николаева. В «Женском бизнесе» главные роли исполнили Слава Копейкин и Варвара Щербакова. В «Стеклоном потолке» снялись Вячеслав Чепурченко, Юлия Топольницкая, Николай Коляда и SEVILLE, солистка группы ARTIK & ASTI. Вячеслав Чепурченко охотно поделился впечатлениями от съемок и рассказал о своем отношении к главному женскому празднику.

День тюльпанов

– Вячеслав, приятно сниматься в фильме, посвященном женщинам и женскому дню? Мне кажется, на съемках такой картины рождаются исключительно позитивные эмоции...

– Потому что «Тюльпаны» – не просто романтическая комедия, а некое состояние души человека, который старается в Международный женский день порадовать свою девушку (жену, сестру, маму) и таким образом проявить свое отношение к ней. Что мне нравится – режиссеры фильма пошли дальше пресловутых цветов и показали, что 8 Марта – это не только тюльпаны, весна и безотчетное счастье, но и время суеты, очередей в магазинах и гонки за подарками. Все так, как оно есть. И вот в таком праздничном хаосе герои нашей картины попадают в неординарные ситуации, кото-

Вячеслав ЧЕПУРЧЕНКО:

Дарите женщинам цветы почаще!



ДЕТАЛИ

Мороз бодрит!

– Какие в скором времени ожидать проекты с вашим участием?

– Ближайшая премьера, как вы уже знаете, «Тюльпаны», сейчас снимаюсь в продолжении сериала «Жуки. Зима». В данный момент нахожусь в трейлере и жду своего выхода. На улице -25, и выходить из тепла совсем не хочется (смеется). Позавчера и вовсе снимали сцену у проруби, где пришлось раздеваться. Надо признать, мороз здорово бодрит!

рые в корне меняют их жизнь.

– Съемки, смею предположить, проходили весело?

– И весело, и забавно, и ответственно. Команда была замечательная, слаженная, нацеленная на единый результат. Жаль, у меня было мало рабочих смен, небольшая роль. Из пяти новелл я снялся в одной – «Стеклоном потолке», и моими партнерами были

Юля Топольницкая и Николай Коляда. Это было клево и незабываемо. Играю некоего персонажа Диму, который считает, что весь мир держится только на мужских плечах, а место женщины, простите, на кухне.

Пять счастливых городов

– Где снимали фильм, где искать узнаваемые места?

– Все истории разворачиваются одновременно в пяти городах России – Калининграде, Санкт-Петербурге, Новороссийске, Екатеринбурге и Красноярске. Наша история снималась в Екатеринбурге.

– Вы лично 8 Марта стараетесь как-то особенно поздравить жену?

Можете вспомнить самое необычное поздравление...

– Разочарую вас, но к этому празднику отношусь спокойно, не выделяю его среди прочих. Для меня действительно торжество – это Новый год и дни рождения жены и детей. В эти даты я стараюсь устроить им полноценный праздник. А вот на всеобщий женский день я акцента не делаю. Могу подарить жене цветы в любое время года или устроить сюрприз. Это все по настроению и по обстоятельствам. И мой совет всем мужчинам – не ограничиваться покупкой цветов раз в году, а делать это гораздо чаще. Ваша прекрасная половина это оценит.

– Собираетесь смотреть премьерный выход картины «Тюльпаны» или не смотрите фильмы со своим участием?

– Почему – смотрю. В данном случае буду присутствовать с женой на премьере в кинотеатре «Октябрь» 4 марта. Посмотрим, что получилось.

О «Ледниковом периоде» и ответственности

– Последний раз мы общались с вами пять лет назад, когда вы участвовали в шоу «Ледниковый период». Тогда важными для себя картинами вы назвали «Измены», «Молодую гвардию», «Город», «Эти глаза напротив»... За эти годы ваша

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Если продолжать тему нашей премьерной картины «Тюльпаны», желаю всем мужчинам дарить цветы своим любимым не только 8 Марта, а круглогодично.



фильмография заметно расширилась. Какие новые проекты для вас такими же важными?

– Наверное, «Игры» про Олимпиаду-80 и исторический фильм «Константинополь». У меня там очень интересные роли.

– Возвращаясь к «Ледниковому периоду», хочу спросить вот о чём. На Первом канале стартовал новый сезон этого проекта. Не предлагали вам в третий раз принять в нём участие, как Фёдору Федотову и Ивану Скобрину?

– Предлагали, но слишком маленький был отпущен срок на подготовку. Я уже забыл, как правильно кататься. Просто встать на коньки и поехать – это одно, выступать с профессионалами – совершенно другое. Поскольку у тебя в руках партнерша – уровень ответственности возрастает в разы. Если бы дали возможность потренироваться полгода или хотя бы четыре месяца, согласился бы, а когда нет и двух месяцев, к сожалению, нет, хотя очень люблю «Ледниковый период» и мне хотелось бы вновь поработать с Ильёй Авербухом и его командой. Но если все-таки входить в эту реку снова, к этому надо быть подготовленным, а не с бухты-барахты, потому что это может привести к травмам.

Мария СУХАНОВА





«Холоп» переехал в Турцию

Продолжаются съёмки комедии «Холоп-3». Герои фильма, семейная пара мажоров Лена и Борис Вяземские (Кристина Асмус и Павел Прилучный), оказываются на перевоспитании сначала в эпохе Петра I (в исполнении Гриши, он же Милош Бикович), а затем отправляются в Османскую империю XVI-XVII веков, где попадают в рабство при дворе султана. Турецкий блок станет одной из ключевых частей картины – именно здесь сосредоточен масштабный экшен, морские сцены, погони, побеги и трюки.

Над производством фильма работают студия Yellow, Black and White, онлайн-кинотеатр START, телеканал «Россия», кинокомпания «Централ Партнершип» (входит в «Газпром-Медиа Холдинг»), MEM Cinema Production, при поддержке Фонда кино. Генеральный партнер – СБЕР.

– Для меня было принципиально важно, чтобы в фильме были настоящие локации: натурные съемки, крепости, фрегат, реальные трюки, – рассказывает режиссер и соавтор сценария Клим Шипенко. – Сегодня многое можно сделать с помощью компьютерной графики, но мне хотелось, чтобы в «Холопе» ощущалась правда. Мы изначально создаем искусственную реальность, в которую попадают герои, и именно поэтому так важна правдивость обстоятельств.

Фото телеканала «Россия»

Мушкетёры из «Разбойного отдела»

Телеканал НТВ продолжает работу над остросюжетным многосерийным детективом «Разбойный отдел» (производство компании «Киноплан»). В ролях в сериале сыграли Антон Батырев, Алексей Матюшин, Вахтанг Беридзе, Гавриил Федотов, Мария Лисовая и другие артисты. Режиссер-постановщик – Сергей Краснов.

В отделе по раскрытию разбойных нападений работает оперативный «эскадрон», созданный начальством из лучших сотрудников отдела: Ираклия Николадзе (Вахтанг Беридзе), Сергея Туманова (Алексей Матюшин), Константина Майбера (Антон Батырев) и Геннадия Фёдорова (Гавриил Федотов). Все они знакомы давно, со времен учебы в школе милиции. Живут друзья в одном районе и дружат семьями – они всегда рядом и готовы помогать друг другу. За это их прозвали мушкетерами. Расследуя одно из дел, мушкетеры выходят на след таинственной банды, которая нападает на перевозчиков черного нала. Выясняется, что за ворами охотится не только полиция, но и весь бандитский мир. Главные герои еще не подозревают, что погоня за неуловимыми преступниками обернется для них конфликтом интересов и расколом их дружного коллектива...

Фото PR НТВ



«Горнолыжка» попала в любовный треугольник

Телеканал ТНТ, онлайн-кинотеатр Premier и кинокомпания 1-2-3 Production при поддержке Института развития интернета (АНО «ИРИ») начали съёмки нового оригинального комедийного сериала «Горнолыжка». Режиссер-постановщик – Александр Назаров.

В центре сюжета – Михаил (Николай Наумов). Он работает крановщиком в порту. Однажды, заступившись за коллег, Михаил остается без работы. И тогда волею судьбы он чудом устраивается работать на элитный горнолыжный курорт, управляет которым требовательная Катя (Полина Максимова). У Михаила к ней постепенно появляются чувства. Вот только Катя находится в серьезных отношениях с Денисом (Давид Манукян), владельцем того самого порта, где работал Миша. И теперь каждый день на курорте превращается в череду форс-мажоров, где герои борются не только за личное счастье, но и стремятся обеспечить хорошую работу всей горнолыжки.

Фото PR 1-2-3 Production

ТВЦ приглашает встретить весну в «Приюте счастья»

Весна на ТВЦ начнется с премьеры: 4 и 5 марта зрители увидят новые серии уже популярнейшей многим детективной мелодрамы «Приют счастья», проекта о жизни сотрудников и обитателей одноименного приюта-конюшни. В главных ролях по-прежнему: Инга Оболдина, Александр Половцев, Сергей Баталов, Рината Тимербаева, Владимир Фисенко и другие.

На этот раз городок Коромыслов обеспокоен пропажей пятнадцатилетней Лизы. Да и в «Приюте счастья» что ни день – то нападение на сотрудника. Есть ли тут связь? Жене Хомской (Рината Тимербаева) приходится вести несколько дел одновременно, параллельно решая проблемы с мужем, который тоже внезапно исчез.

– Благодаря проекту я не только научилась ездить верхом, но и отчасти осуществила свою мечту, – рассказала Рината Тимербаева. – В детстве я сама хотела быть ветеринаром... Понимаю, что в реальной жизни я им уже никогда не стану, но благодаря своей профессии я могу его сыграть.

Фото телеканала ТВЦ



Фото предоставлено пресс-службой фильма (фотограф Геннадий Филимонов)

1941 год. Партизанский отряд Батки Миная (Алексей Кравченко) ведет борьбу с захватчиками на территории Белоруссии. Он становится для фашистов врагом номер один, и они берут в заложники его детей...

– Минай Шмырев – это легенда партизанского движения в СССР, – рассказал Игорь Угольников. – Меня потрясло, что этот человек все время был перед выбором: как поступить, когда его детей взяли в заложники, как не сломаться перед лицом предательства, отстаивать свою Родину?

Фото предоставлено пресс-службой фильма (фотограф Геннадий Филимонов)

«И солнца нити золотые...»

Тема весны, как правило, обязательно присутствует в творчестве поэтов. Авторы поэтических строк воспевают пробуждение природы, описывают настроение, которое создаёт приход весны, делятся своими эмоциями.

1 Николай Михайлович Карамзин в стихотворении «Весеннее чувство» (1793 г.) описал приход весны такими строками:

*Пришла весна – цветёт земля,
Древа шумят в венцах зелёных,
Лучами солнца позлащённых,
Красуются луга, поля,
Стада вокруг холмов играют,
На ветвях птички воспевают
Приятность тёплых, ясных дней,
Блаженство участи своей!*

При этом Карамзин рассказывает о том, как звери реагируют на приход весны. Какое животное из нижеперечисленных автор не упоминает в стихотворении «Весеннее чувство»?

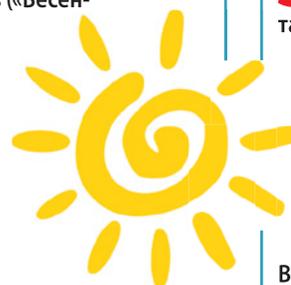
а) Лев. б) Тигр. в) Ягуар.

2 Весной часто случаются грозы. Это явление не обошёл в своём творчестве Фёдор Иванович Тютчев («Весенняя гроза», 1828 г.):

*Люблю грозу в начале мая,
Когда весенний, первый гром,
Как бы резвяся и играя,
Грохочет в небе голубом.
Гремят раскаты молодые,
Вот дождик брызнул, пыль летит,
Повисли перлы дождевые,
И солнце нити золотит...*

Что означает упомянутое в стихотворении Тютчева словосочетание «перлы дождевые»?

а) Самые первые капли дождя. б) Капли, похожие на жемчуг. в) Неприятные, как холодные бечевки, струи воды.



3 В стихотворении «О, весна без конца и без краю» (1907 г.) Александр Блок так приветствует приход весны:

*О, весна без конца
и без краю –
Без конца и без краю мечта!
Узнаю тебя, жизнь!
Принимаю!
И приветствую звоном
щита!*

Вспомните отчество прославленного поэта, подарившего нам эти замечательные строки.

а) Юрьевич. б) Николаевич. в) Александрович.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Вторая молодость: подработка на пенсии

Сегодня рынок труда для людей серебряного возраста стал гораздо разнообразнее. Если раньше пенсионеру предлагали только вакансии вахтёра или лифтера, то сейчас выбор куда шире.



Почему пенсионеры работают?

Для кого-то это финансовая необходимость: инфляция съедает прибавку, а цены на лекарства и коммуналку растут. Другие идут в профессию за общением: домашняя изоляция тяжела, а работа помогает оставаться в социуме. Третьи просто не мыслят жизни без любимого дела, будь то вождение, преподавание или рукоделие.

Актуальные направления

Самый очевидный путь – остаться в своей профессии на неполный день. Бухгалтеры могут вести несколько фирм удаленно, учителя – заниматься репетиторством, а врачи – работать на полставки в поликлиниках. Для тех, кто любит работать руками, всегда есть спрос на рукоделие, выпечку тортов на заказ или мелкий ремонт одежды.

Новые горизонты

Сегодня многие пенсионеры осваивают интернет. Написание отзывов, модерация сайтов, ведение групп в соцсетях или продажа собственных вязаных изделий на онлайн-площадках – все это приносит доход, не требуя физических усилий.

Главное в подработке на пенсии – выбирать занятия с гибким графиком и посильной нагрузкой. Это не гонка за длинным рублем, а возможность продлить активное долголетие. Ведь когда у человека есть цель и обязанности, он реже болеет и дольше живет.

Каждую весну или в преддверии очередного дня рождения мы сталкиваемся с одной и той же задачей: как поздравить женщину так, чтобы это запомнилось надолго?

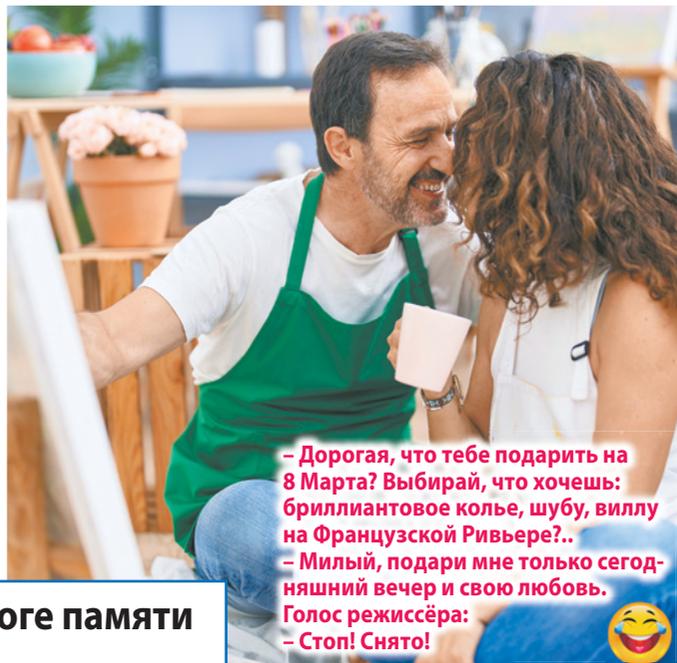
Стандартный набор «цветы-духи-конфеты» давно стал ритуалом, который, безусловно, приятен, но редко вызывает те самые искренние слезы радости и восторг. Иногда лучший способ сказать «ты у меня одна» – это превратить поздравление в маленькое приключение. Мы подобрали для вас три уникальных сценария, которые превратят обычный праздник в незабываемое событие.

Квест по дороге памяти

Идея праздничного квеста не нова, но в умелых руках она становится мощнейшим инструментом для создания эмоций. Такой способ включает сразу несколько уровней восприятия. Во-первых, это авантюра и игра, что будоражит кровь. Во-вторых, это не просто поздравление, это путешествие по волнам вашей общей памяти.

Как организовать. Нужно заранее подготовить несколько небольших записок-подсказок (или маленьких сувениров) и разложить их в знаковых местах. Отправной точкой может быть квартира. Первая записка, вложенная в зеркало в ванной, может гласить: «Помнишь наше первое свидание? Там, где мы впервые говорили всю ночь напролет, ждет следующая подсказка». Это отсылка к кафе, где вы познакомились. В кафе вы заранее договариваетесь с администратором оставить конверт. Вторая записка может вести в парк, где был ваш первый поцелуй, третья – к скамейке, где вы сделали предложение, а финальная точка – туда, где спрятан главный подарок.

Как удивить ЛЮБИМУЮ не словами, а поступками



– Дорогая, что тебе подарить на 8 Марта? Выбирай, что хочешь: бриллиантовое кольцо, шубу, виллу на Французской Ривьере?..
– Милый, подарь мне только сегодняшний вечер и свою любовь.
Голос режиссёра:
– Стоп! Снято!

Арт-терапия для двоих

Третий способ – для интровертов и ценителей уюта. Он требует меньше всего организационных усилий, но дарит максимум душевного тепла. Вы вместе творите, смеетесь над неудачами. В такие моменты рождается настоящая близость.

Как организовать. Предложите любимой совместный творческий мастер-класс на дому. Забудьте про скучные курсы – создайте свой собственный. Если она любит сладкое, устройте вечер украшения капкейков или шоколадных конфет. Если обожает цветы – купите охапку зелени и флористическую губку и попробуйте вместе собрать букет. Более креативный вариант – совместное рисование. Приготовьте большой холст, краски, застелите пол и включите приятную музыку. Неважно, кто как умеет рисовать. Важен процесс. В итоге вы получите не просто вечер, а артефакт – картину, которая будет висеть дома и напоминать вам обоим об этом дне.

Седьмое небо

Второй способ – для тех, кто готов удивить масштабом. Современный ритм мегаполиса, работа, быт – все это давит на психику. Подарите своей женщине... тишину и высоту. Такой подарок – это инвестиция в ее «копилку счастья», о нем она будет рассказывать подругам с горящими глазами.
Как организовать. Это может быть полет на воздушном шаре или прогулка на вертолете над городом. Когда вы поднимаетесь над землей, все проблемы внизу кажутся мельче, а чувства острее. В такие моменты слова любви, сказанные на ухо, когда вокруг только облака и ветер, запоминаются на всю жизнь. Если с небом сложно (по погоде или бюджету), существует не менее эффектный «наземный» вариант – прогулка по оранжерее или ботаническому саду. Представьте: за окнами еще серый март, а вы вдвоем бродите среди буйной зелени, цветущих тюльпанов и орхидей.

На заметку

Россыпь идей для поздравления

- **Портрет маслом.** закажите ее портрет в образе любимой героини фильма или литературного персонажа.
- **Гравировка на украшении.** Подарите любимой украшение с нанесенной на него тайной гравировкой – координатами места вашего первого поцелуя.
- **Фотокнига желаний.** Создайте фотокнигу не из прошлых снимков, а из ваших общих «хотелок» – мест, домов, вещей, которые вы мечтаете разделить в будущем.
- **Рассвет вдвоём.** Устройте пикник на крыше или на даче, встречая рассвет с шампанским и ее любимой музыкой в наушниках.
- **Отель с историей.** Снимите номер в самом старом или самом необычном отеле города (бывшая типография, дом с привидениями) с легендой о вечной любви.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Музыка и шахматы

Именно эти занятия доставляли выдающемуся русскому композитору Сергею Прокофьеву настоящее наслаждение. И если в музыке его гениальность неоспорима (он начал сочинять еще в 5 лет, к 10 годам был автором двух опер, а в 13 поступил в консерваторию, не говоря уже о его всемирно известных произведениях), то про любовь к шахматам знают не все. Однако именно Сергей Сергеевич придумал играть на доске с полем 24x24 клетки. Для этого требовалось использовать девять комплектов обычных шахмат.



Хлеб по-африкански

Итальянская фокачча, русский бородинский хлеб или азиатские рисовые лепешки давно перестали быть достоянием только тех мест, в которых они стали популярными. А вот про африканский хлеб вы что-нибудь слышали? Если нет, то мы расскажем. Инджера – это пористые лепешки на специальной закваске, которые используются и как еда, и как тарелки. Чапати – хлеб из цельнозерновой муки, популярный и в будни, и в праздники. Агеге – пышный мягкий белый хлеб из пшеничной муки сладковатого вкуса в форме кирпичика. А вы бы какой из них хотели попробовать?

Почему совы вертят шей?

Удивительную способность сов поворачивать голову на 270 градусов отмечают как главную их особенность. Для чего природа наделила этих пернатых таким механизмом? Оказывается, это компенсация за то, что глаза сов практически неподвижны. Подобно очень чувствительному объективу фотоаппарата, они собирают информацию о добыче даже в полной темноте. Вот шея и выполняет роль подвижного «штатива».



Сказки едут в гости

Многие советские фильмы-сказки, которые мы любим с детства, были переозвучены на других языках и показаны иностранным зрителям. При этом названия чаще всего менялись. Например, фильм «Старик Хоттабыч» 1956 года выходил под названиями «Волшебный ковер» или «Маг Багдада». Сказку «Морозко» (1964 год) зрители увидели как «Приключения в волшебном лесу», а «Марию Искусницу» как «Ткачиху-волшебницу».

Светлана СИДОРЧУК

ВАЖНО

В далёком прошлом не было пенсий. И медицины тоже не было. Поэтому у древних славян был жестокий обычай.

Чтобы избавиться от лишнего рта, стариков увозили в лес. Там пожилой родитель либо погибал от голода, либо становился добычей диких зверей. Страшная смерть. Сейчас никто не отвозит своих родителей в лес. Существуют другие места — дома престарелых. И чаще всего там оказываются люди, которые уже не могут себя обслужить. Они немощны и больны, у некоторых даже нет сил держать ложку в руках. А родственники не могут (или не хотят) обеспечить должный уход. И, как говорят эксперты, спрос на дома престарелых большой. И, к сожалению, он только будет расти. Ведь, чего уж греха таить, мы сами часто наплеватьски относимся к своему здоровью. Поболит и пройдет, у меня уже возраст, а некоторые и вовсе просто не желают бороться с болезнями... Но ответьте себе на вопрос: готовы ли Вы закончить свои дни в казённых стенах?

ТУДА, ОТКУДА НЕ ВОЗВРАЩАЮТСЯ... КОГО УЖЕ ЧЕРЕЗ 5 ЛЕТ МОЖЕТ ЖДАТЬ ДОМ ПРЕСТАРЕЛЫХ?



ВЫСОКИЕ ТЕХНОЛОГИИ: ФИЗИКА ПРИХОДИТ НА ПОМОЩЬ МЕДИЦИНЕ

«Надежда» может по праву считаться медицинским аппаратом третьего тысячелетия. Она действует бережно, почти ювелирно, на клеточном уровне! Как ищущая на берёт след, находит больные клетки и устраняет повреждения. Искусственные импульсы, созданные аппаратом, организм воспринимает как естественные. Поэтому идеально подстраиваются под особенности конкретно Вашего организма.

Всё это стало возможно благодаря высокочастотной (НТор «хай-топ») терапии. Мощнейшее средство для борьбы с целым рядом заболеваний. Впервые эта терапия была использована в Германии. Вот только немецкие аппараты «хай-топ» терапии громоздки.

И лечиться ими можно только в условиях стационара.

Русская версия аппарата «Надежда» компактная и сделана для нас — простых людей. Ведь, несмотря на сложное устройство, пользоваться аппаратом просто: нажал кнопку — и лечение пошло. Очень удобно! А главное, прямо не выходя из дома.

Аппарат одобрен и предназначен для лечения более 60-и заболеваний!

В это просто невозможно поверить! Но клинические исследования полностью подтвердили это! Так 8 из 10 человек отмечают исчезновение боли после первой процедуры. А после курса из 7–10 процедур результат становится устойчивым!

ДЕСЯТИЛЕТИЕ ЗДОРОВОГО СТАРЕНИЯ

Мы все не молодеем. И надо признать этот факт. Для этого достаточно просто взглянуть на свои руки. Морщинистые, в мелкую складку, сухая кожа и пигментные пятна — это лишь то, что мы можем увидеть. А теперь представьте, что наши внутренние органы выглядят точно так же. Они стареют, изнашиваются... Появляется одышка, лишний вес, боли в спине и суставах, давление скачет, темнота и мушки перед глазами — часто это может быть началом конца. Но бывает и по-другому!

Учёные уверены, резервы нашего организма практически безграничны. И человек спокойно может дожить до 100 лет и чувствовать себя великолепно.

Поэтому Генеральная Ассамблея Организации Объединённых Наций (ООН) провозгласила период 2021–2030 гг. «Десятилетием здорового старения». И поручила ВОЗ руководить его проведением.

Так, в результате глобального сотрудничества технических специалистов самого высокого уровня

и медицинского сообщества, на свет появился суперсовременный аппарат высокочастотной терапии «Надежда».

Это событие стало знаковым в медицинском мире. И в прямом смысле стало надеждой для многих на долгие и счастливые годы. Без уколов, капельниц и больниц.

Ведь, как известно, жизнь на пенсии только начинается.

Аппарат «Надежда» уже стал лауреатом конкурса «100 лучших товаров России» и награждён двумя платиновыми знаками качества «Всероссийская марка. Знак качества XXI века».

Можно сказать, что «Надежда» — практически панацея, если не от всех болезней, то от многих. Думаем, Вам интересно, как такое возможно? И у нас есть ответ на этот вопрос.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

«Надежда» успешно применяется для лечения широкого спектра заболеваний, в том числе и для омоложения. Вы только посмотрите на методические рекомендации применения «Надежды»:

- Гипертоническая болезнь (эссенциальная артериальная гипертензия) I–II стадии;
- Ишемическая болезнь сердца (ИБС), стабильная стенокардия напряжения, постинфарктный кардиосклероз;
- Сосудистая деменция;
- Заболевания сосудов нижних конечностей;
- Остеoarтроз коленных, голеностопных и тазобедренных суставов (I–II стадии);
- Дорсопатии на почве распространённого остеохондроза позвоночника с неврологическими проявлениями;
- Ишиас, ишиалгия — дорсопатия с выраженными симптомами поражения поясничного отдела позвоночника и седалищного нерва;
- Переломы костей рёбер, нижних и верхних конечностей;
- Хронический бактериальный простатит, цистит;
- Запор спастический и атонический;
- Хронический ларингит, ринит, гайморит, отит;

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И ПОЛУЧИТЕ ГАРАНТИРОВАННЫЙ ПОДАРОК! 0+
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ 18 МАРТА
 Магазины «ДЕАЛМЕД», Мучной переулок, д. 3 9.00–15.00

ПРИГЛАШАЕМ ВАС ПОСЕТИТЬ НАШИ ФИРМЕННЫЕ МАГАЗИНЫ МЕДИЦИНСКОЙ ТЕХНИКИ:

г. Санкт-Петербург
 • аллея Поликарпова, д. 2А

!(ВОХОД СО СТОРОНЫ МЕД. АНАЛИЗОВ КДЛ)

КАЖДОМУ ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ ДАННОГО КУПОНА СКИДКА 10% ПО ПРОМОКОДУ: ТЕЛЕК

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 04.03.2026 г. по 04.04.2026 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Зрители телеканала «Россия» всю следят за развитием событий в премьерной мелодраме «Я буду помнить».

Главные роли в картине исполняют Ольга Павловец, Татьяна Бабенкова, Александр Константинов, Владимир Стержаков, Олег Алмазов и другие. Режиссер – Роман Просвирнин. И, конечно, одного из центральных персонажей исполняет наш сегодняшний гость Андрей Фролов. Мы поговорили с актером о проекте, а заодно узнали о его творческих и личных планах и взглядах на профессию.

Ждём перемен

– Андрей, рассказывая о своем герое Матвее Калугине, вы сказали, что «в целом он сильно отличается от меня, от этого ещё интереснее было разобрать его, изучить особенности характера». А какой он – ваш герой? Чего от него ждать?

– Когда я такое говорил, я находился в самом начале этого пути и до конца не понимал Матвея. Как оказалось, он ровно такой же, как и я. Мы с ним оба по сути одиночки. Но я такой сам по себе, а Матвей стал таким отшельником в силу обстоятельств, разочаровавшись в людях. Ему наедине с собой спокойнее. А ждать от него стоит перемен, потому что в его жизни появится Рита, и это подарит ему смысл жизни. Естественно, он влюбится – как не влюбиться в такую женщину? А останутся ли они вместе, зрители увидят в финале сериала.

На море и в горах

– Насколько хорошо вам была знакома съёмочная команда – режиссёр, актёры? Одно знаю, с Владимиром Стержаковым вы снялись вместе чуть ли не в десятке картин...

– Да, мы очень много пересекались с Владимиром Стержаковым и рады друг друга видеть в жизни и в кадре. Со многими актёрами также встречались на

Андрей ФРОЛОВ:

Кино – это некая химия

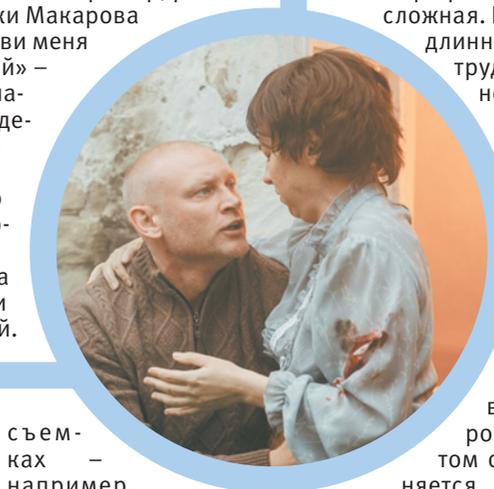


КСТАТИ

Вопреки внешности

– Вам чаще всего предлагают играть честных, положительных героев, в то время как артисты больше любят играть отрицательных. А как с этим делом у вас?

– У меня с этим делом хорошо (смеется). Да, моя визуальная данность открытая, положительная. И я очень долго ломал эти стереотипы, доказывая продюсерам и режиссерам, что способен на большее. Отрицательных персонажей у меня не так много, как хотелось бы, но они есть. Например, роль Васьки Макарова в «Зови меня мамой» – мое наслаждение, я очень люблю эту картину. Она была сложной и интересной.



съём-

ках – например, с Олегом Алмазовым. А вот с исполнительницей главной роли Ольгой Павловец были знакомы, но никогда не работали вместе. Мне кажется, у нас получился достойный актерский дуэт. Мы постоянно что-то придумывали, добавляли, вместе с режиссером корректировали сцены, и это творческое трио оказалось очень хорошим. Огромное спасибо всей операторской команде, потому что мне с ними было очень комфортно. Да и вся команда была замечательная!

– Где снимали картину «Я буду помнить»? Читала, что локации были интересные...

– Жили мы на берегу моря, в Туапсе. А дом моего героя находился высоко в горах, село называется Большое Псеушко. Там нет связи. Представляете, мы туда с утра приезжали – и ни у кого в руках нет гаджетов, поэтому мы могли наслаждаться работой и

общением. А вечером возвращались в Туапсе. На море сниматься хорошо! Всегда бы так!

С душой и честно

– Известно, что фильмы снимают не в хронологической последовательности. Трудно начинать играть где-то с середины развития сюжета, а то и с его окончания?

– Да! И вот попробуйте потом сказать, что актерская профессия не очень сложная. Когда проект длинный, очень трудно правильно выстроить свою роль. Поэтому у артистов есть такое понятие, как партия роли. Актер расписывает себе: в первой серии герой такой, потом он так-то меняется, к финалу он приходит таким-то. Это помогает не запутаться.

– Скажите, почему нужно смотреть этот фильм?

– Потому что мы старались, снимали его для нашего любимого зрителя, делали его с душой и честно. Ну и конечно же, там великолепный актерский состав (не говорю о себе, но в целом это действительно так).

Актёр проверяется театром

– Какие новые ваши проекты на подходе, чем бы хотелось поделиться?

– Мы сняли второй сезон «Страха над Невой», он уже ждет своего выхода на платформах. Не так давно вышел проект «Свои». На подходе два фильма мистических – «Зов русалки» и «Сигма». Осталось снять восемь серий моего любимого «Изгоя», как я его на-

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Друзья, читайте, смотрите хорошее кино и делайте то, что вам нравится. Думайте только о хорошем и берегите себя!

зывают, «питерский Джон Уик». И «Обратная сторона медали» – посчастливилось поработать с Олегом Фоминным.

– На театральные подмостки выходите? На какие?

– Конечно! Я считаю, что актер без театра – это допустимо, но именно на сцене все мастерство и проверяется. Что касается спектаклей, у меня сейчас два названия: «Ladies' Night. Только для женщин. Версия 2018». Есть еще «Версия 2002» – нашумевшая история, там играют Куценко, Юшкевич, Разбегаев, Ерёменко. Они по сей день играют, и до сих пор аншлаги. В 2018 году режиссер Виктор Шамиров поставил новую версию этого спектакля. И второе мое название в театре – «Мы летим, или Боинг-Боинг». Там замечательный состав: Оля Арнтгольц, Анна Михайловская, Жена Лоза, Лена Валюшкина. Приходите, смотрите. Оба спектакля очень хорошие, смешные и веселые!

Друзья на долгие годы

– У вас в качестве хобби настоящее мужское занятие – хоккей. Расскажите об этой страничке вашей жизни.

– Я никогда в детстве и юности не занимался этим видом спорта, больше легкой атлетикой. А когда стал артистом, появилась команда «КомАр» (собственно, «Команда Артистов»), и ее руководитель Александр Морозов пригласил меня поучаствовать. Я начал практически с нуля, а сейчас уверенно стою на коньках и даже могу попасть клюшкой по шайбе и забить гол.

– Друзья юности следят за вашими успехами? Читала, что вы поддерживаете отношения с одноклассниками...

– Да. Более того, я закончил школу в 96-м году, грядет 30-летие выпуска, и в конце марта у нас будет сбор класса. Я с очень многими общаюсь, это мои настоящие друзья.

Наталья АНОХИНА

«Минное поле на коже»:

специалист рассказал, почему папилломы возвращаются после удаления и как с ЭТИМ наконец покончить

С папилломами люди редко идут к специалисту, считая их обычным косметическим дефектом. Но всё ли так просто? Мы поговорили со специалистом по здоровью кожи Владимиром Петровичем.

— Владимир Петрович, когда вы начинали работать в этом направлении, как относились к папилломам?

— Честно? Как к безобидному наросту. Удалил лазером или азотом – и все. Я считал это косметической проблемой, пока не столк-

нулся с тяжелыми случаями. Женщина с папилломой на веке боялась шрама после удаления. Мужчина с наростом в носу задыхался, и причину долго не могли установить. У молодой девушки папилломы появлялись снова и снова – кожа уже была вся в рубцах.

— Но вы, как специалист знали, что это вирус? Что нужно лечить причину, а не следствие.

— Конечно, знал. И здесь нельзя не вспомнить профессора Ольгу Николаевну Подвысоцкую. Это была выдающаяся ученая, работавшая в блокадном Ленинграде, спасавшая людей от кожного туберкулеза и изучавшая грибковые инфекции. В середине XX века она совершила прорыв: доказала, что кожная болезнь – это сигнал всего организма.

Ее школа внедрила первые противовирусные мази и показала, что можно подавлять вирус прямо в коже. Так появил-

ся принцип – воздействовать на причину, а не на следствие.

— Почему этого оказалось недостаточно?

— Потому что воздействие было местным. Я работал по схеме: увидел – удалил. Чувствовал себя сапером, который обезвреживает мину за миной. Нужен был способ «очистить все поле». Это уже противоречило официальным схемам.

— И вы решились от них отойти?

— Меня подтолкнула поездка на Всероссийский съезд по здоровью кожи. Там, в кулуарах, я услышал разговор коллег. Они обсуждали сироп «Чистолетин» – средство не для наружного, а для внутреннего применения.

— И вы сразу начали его применять?

— Изучив состав, я понял, это безопасный и натуральный продукт. Решил начать с самого близкого «пациента» – своего отца.



Ольга Николаевна Подвысоцкая

У него были возрастные папилломы на спине и груди. Я надеялся хотя бы остановить появление новых.

И результат удивил. Сначала новые «зернышки» перестали появляться. Затем старые папилломы постепенно высохли, темнели и через несколько недель просто отпадали.

Подвысоцкая мечтала о победе над вирусом, а не о временных мерах. Сегодня, в память о ее вкладе в науку, создатели сиропа «Чистолетин» объявили о специальной акции. Средство способствует возвращению чи-

стой кожи, помогает устранять папилломы и борется с вирусом папилломы человека.

Для тех, кто годами устал удалять папилломы и боится, что они появятся снова, с 4 марта по 1 апреля 2026 г. открыт реестр на льготное получение «Чистолетина». Записаться можно по телефону 8-800-303-05-55, назвав оператору код 3926*. Количество мест ограничено.

Задача современной науки – сделать так, чтобы проблема не вернулась завтра. На это и нацелен комплексный подход «Чистолетина».



Владимир Петрович

СТАЛИ ХУЖЕ ВИДЕТЬ?

ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНЫЕ НАНОКАПЛИ МОГУТ ПОМОЧЬ УЛУЧШИТЬ ЗРЕНИЕ! ОНИ СЛОВНО ПРИРОДНАЯ ЛАЗЕРНАЯ ШЛИФОВКА ГЛАЗ!

Известный специалист в области глазных заболеваний недавно приехал из Израиля, и наш корреспондент встретился с ним, чтобы узнать о современных нехирургических способах борьбы с расстройствами зрения, которые практикуются в этой стране.

— Какие современные методы борьбы с глазными заболеваниями предлагают израильские ученые?

— Людям, страдающим глазными заболеваниями, они рекомендуют специальные нанок капли. Они работают по схожему принципу, что и лазерная шлифовка глаз. Подобные капли уже давно с успехом применяют в Израиле. И только недавно в нашей стране появилось похожее средство.

— При каких заболеваниях могут помочь нанок капли?

— Они прекрасно себя показали при катаракте, глаукоме, дистрофии сетчатки, возрастном снижении зрения, дальнозоркости, близорукости

и других расстройствах зрения. Преимущество этих капель в том, что они полностью безопасны! Если например при лазерном воздействии можно случайно допустить неосторожное движение, которое способно привести к неприятным и даже опасным последствиям, то при использовании нанок капли такая ситуация исключена. Они содержат только натуральные компоненты, которые безопасны для глаз и могут помочь улучшить зрение.

— Как именно они могут помочь это сделать?

— При попадании на роговицу содержащиеся в каплях наночастицы распределяются по ней, образуя тонкий слой, который способствует очищению хрусталика, расчищению каналов для оттока внутриглазной жидкости и восстановлению поврежденных структур глаза. Такое комплексное действие содействует восстановлению правильной работы всех отделов органов зрения.

— Что за частицы содержатся в нанок каплях?

— Это частицы экстрактов жимолости тибетской, базилика священного, арники, ареспола, серебра коллоидного, витамина B12 и таурина. Совместное их действие способствует нормализации слезоотделения, устранению застоя внутриглазной жидкости, стимуляции работы глазных нервов, оказанию антибактериального эффекта.

— Как называются эти нанок капли?

— Это нанок капли «Светлодар». Они полностью натуральные и способствуют возвращению четкого зрения. Чистый хрусталик, здоровая сетчатка, нужный отток внутриглазной жидкости, нормальное внутриглазное давление, правильная фокусировка зрения – возможны. Все это позволяет видеть хорошо, как вблизи, так и вдаль, без хлопот, связанных с очками, контактными линзами или операцией.



ВСЕГО
7 руб.
за 1 уп.

ПРОГРАММА В ГОСУДАРСТВЕННЫХ МАСШТАБАХ*

«Каждому пенсионеру – хорошее зрение»

Страдаете от плохого зрения или глазных заболеваний? Тогда вы имеете право на программу по приобретению капель для глаз «Светлодар».

Скидка действует только с 4 марта до 1 апреля 2026 г.

Чтобы воспользоваться скидкой:

1. Позвоните по телефону **8-800-302-30-30**

2. Продиктуйте код **1979** получите капли «Светлодар» ВСЕГО ЗА 7 РУБЛЕЙ!

Звонок и доставка бесплатные.

Внимание! Программа действует только для граждан, рождённых в СССР (до 1960 года).

При получении необходимо предъявить паспорт!

Скумбрия – очень вкусная и полезная рыба, которую любят на всех континентах. Эту рыбу варят, жарят, запекают, коптят, солят, маринуют, консервируют.

Скумбрия сочетается со многими продуктами, поэтому может стать прекрасной основой салатов, первых и горячих блюд.

Королева стола – СКУМБРИЯ



Суп из скумбрии

Европейская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 36 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 крупная скумбрия
- 3-4 картофелины
- 1 луковица ■ 1 морковь
- 2 ст. л. риса ■ растительное масло
- 5-6 горошин душистого перца
- 1 лавровый лист
- молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Скумбрию вымыть, выпотрошить, удалить жабры, разрезать на 2-3 части, залить водой (3 л), довести до кипения, снять пену, добавить душистый перец, варить на небольшом огне 40 минут; готовый бульон процедить.
- 2** Лук нарезать мелкими кубиками, картофель – небольшими кубиками, морковь натереть на крупной терке.
- 3** Лук и морковь пассеровать в небольшом количестве масла.
- 4** Рыбный бульон довести до кипения, всыпать хорошо промытый рис, варить на среднем огне 10 минут.
- 5** Добавить в бульон картофель и лавровый лист, посолить, поперчить, варить до готовности (10-15 минут).
- 6** Скумбрию разобрать на кусочки, разложить по тарелкам, налить в каждую суп.

ВАЖНО!

Замороженную скумбрию необходимо размораживать медленно, на нижней полке холодильника, иначе при термообработке рыба будет разваливаться.

ПОЛЬЗА

Скумбрия – достаточно жирная рыба, и в этом ее основная ценность, так как это очень хорошие, полезные жиры омега-3. Также в этой рыбе содержится витамин D. Кроме того, скумбрия богата и другими витаминами и минералами, среди которых медь, селен, йод.

Скумбрия маринованная

Греческая кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 142 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 скумбрия ■ 1 луковица
- по 4-5 горошин черного и душистого перца
- 2-3 бутона гвоздики
- молотый кориандр
- 1,5 ст. л. яблочного уксуса
- 0,5 ст. л. растительного масла ■ 1 ч. л. соли
- 1/4 ч. л. сахара



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Перец растолочь в ступке. Сделать маринад: в небольшой ковшик налить 130 мл холодной воды, добавить весь перец, гвоздику, кориандр, сахар, соль и растительное масло, довести до кипения, через 1 минуту влить уксус, перемешать и снять с огня; дать полностью остыть.
- 2** Скумбрию выпотрошить, удалить жабры, отрезать голову, хвост и плавники, тщательно вымыть, нарезать крупными ломтиками.
- 3** Лук нарезать тонкими полукольцами.
- 4** Ломтики скумбрии и лук выложить в емкость, перемешать, залить маринадом.
- 5** Емкость со скумбрией плотно закрыть крышкой, убрать в холодильник на 24 часа.

Салат из копченой скумбрии

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 129 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г филе копченой скумбрии ■ 1 свекла
- 1 дайкон ■ 1 лимон
- 1 красная луковица
- 4 ст. л. растительного масла
- 2 ст. л. яблочного уксуса
- 1 ст. л. горчицы
- 3-4 веточки петрушки
- молотый черный перец ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Свеклу сварить до готовности, очистить, нарезать небольшими кубиками.
- 2** Скумбрию нарезать небольшими брусочками, сбрызнуть лимонным соком.
- 3** Дайкон натереть на крупной терке, лук нарезать полукольцами, петрушку (только листики) измельчить.
- 4** Сделать заправку: соединить горчицу, уксус и масло, взбить до однородности.
- 5** Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, перемешать, заправить; при подаче посыпать петрушкой.



Скумбрия фаршированная

Европейская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 197 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 скумбрии ■ 1 стакан красной смородины
- 4-6 листьев хрена
- 2 веточки базилика
- растительное масло
- 1 ч. л. молотой смеси перцев ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Рыбу выпотрошить, вымыть, обсушить, натереть солью и смесью перцев.
- 2** Листья хрена опустить на 30 секунд в кипяток, жесткие жилки разбить молотком.
- 3** В смородину добавить базилик, поперчить, перемешать, нафаршировать рыбу, завернуть ее в листья хрена, выложить в форму для запекания.
- 4** Запекать в разогретой до 180 °С духовке 30 минут.

Скумбрия, тушённая в сметане

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 139 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 крупная скумбрия
- 1 луковица ■ 1 морковь
- 3 ст. л. сметаны
- 20 г сливочного масла
- растительное масло
- 2 ст. л. муки
- 1 ч. л. копченой паприки
- 1 лавровый лист ■ соль
- молотый черный перец



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1** Скумбрию выпотрошить, удалить жабры, отрезать голову, хвост и плавники, тщательно вымыть, снять филе.
- 2** Филе нарезать, посолить, поперчить.
- 3** Лук нарезать перьями, морковь натереть на терке.
- 4** Муку смешать с солью, перцем и паприкой, обвалять в этой смеси кусочки филе, обжарить на смеси масла по 2 минуты с каждой стороны, переложить на тарелку.
- 5** В сковороду, на которой жарилось филе, положить лук, обжарить до легкой золотистости, добавить морковь, жарить, помешивая, до перемены цвета (3-5 минут).
- 6** Добавить в сковороду сметану и 150 мл горячей воды, перемешать, довести до кипения, выложить кусочки филе и лавровый лист; тушить под крышкой 10 минут.

Зима в этом году выдалась очень снежная, сугробов такой величины не было давненько.

Как снег на голову

Я засмотрелась на играющих в снежки мальчишек.

Наклонилась, зачерпнула ладонью горсть снега и осторожно лизнула искрящиеся кристаллики. Ни с чем не сравнимый вкус детства.

«Думала, что я люблю Демида, а я люблю снег!» – всплыли в голове слова из далекого беззаботного детства, над которыми так смеялась мама.

Мираж из прошлого

Согревшись в воспоминаниях, я продолжила свой путь на работу. Шла, шла и на подходе к офису растянулась у ступенек.

– Как же так? Надеюсь, вы не сильно ушиблись? – участливо подоспевший мужчина ловко поставил меня на ноги.

Я взглянула на своего спасителя и обомлела. Не может быть! В голове крутилась единственная мысль: сейчас закрою глаза и мираж исчезнет. Но чуда не произошло – вполне осязаемый призрак из прошлого находился рядом. Может, я ошиблась? Все-таки столько времени прошло...

– Ника?! Неужели это действительно ты? Меня узнаешь?

– Демид? – я старалась говорить спокойно, будто мне эта встреча абсолютно безразлична. – Как неожиданно. Благодарю. Мне пора.

Я повернулась и почти бегом бросилась к двери офиса.

– Подожди! Может, по чашечке кофе?

– В другой раз, не могу, опаздываю.

– Тогда буду ждать тебя здесь вечером, в котором часу ты заканчиваешь?



«Любовь – это как ветер, ты не можешь увидеть его, но можешь почувствовать.»
Эмиль Золя

– У меня ненормированный рабочий день, не трать время.

– Для тебя найдется, – улыбнулся он. – Не беспокойся, мужу верну тебя в целости и сохранности.

Я вспыхнула. И хорошо, что он уже не видел моего лица.

Обманутые надежды

Когда наши родители встретились, мне было восемь лет, Демиду десять. Отлично помню тот день, когда мама привела меня в небольшой уютный ресторан в центре города. Она была в красивом платье, ее волосы сверкали на свету, как золотые нити, я любовалась и

вместе. Мы весело играли, шутили, смеялись. Казалось, так будет всегда. Но...

Моя мама и папа Демида оказались слишком разными. Мама обожала театры, концерты, выставки, свободно говорила по-французски... Дядя Володя предпочитал рыбалку и футбол. Когда разговор заходил о планах на выходные, происходил примерно один и тот же диалог.

– В театре новый спектакль, премьера была ошеломительной. Пойдем? – предлагала мама.

– Зачем тратить время на скучные разговоры в душном помещении, когда можно провести выходные на природе? – недоумевал дядя Володя. – Есть отличное место для рыбалки.

– Но это же культурное мероприятие. Для меня

это важно и интересно. Ты никогда не интересуешься тем, что нравится мне.

– А ты не понимаешь, что иногда нужно делать то, что нравится другим...

Когда разногласия между взрослыми достигли критической точки, случился взрыв, который и стал концом всех отношений.

Первая любовь

Шло время. Несмотря на разрыв наших родителей, мы с Демидом продолжали общаться. Он стал для меня первой любовью – той самой чистой и беззаботной, которая оставляет след в сердце на всю жизнь. Потом маму пригласили на работу в другой город. Это было

для меня настоящим ударом. Когда о предстоящем переезде я рассказала Демиду, он помрачнел. Казалось, что мир рухнул вокруг нас. Мы поклялись не забывать друг друга и всегда быть на связи несмотря на расстояние. Но жизнь распорядилась иначе.

Мы расстались по глупости из-за юношеского максимализма и ревности. Он думал, что у меня начались серьезные отношения с другим и я собираюсь замуж. А мне подружки нашептали, что у Демида другая девушка. Я была слишком упрямой и обиженной, чтобы слушать объяснения. Решение выбрала в соответствии с настроением – разорвала все связи и ушла в себя.

Два одиночества

Закрыв дверь, я попыталась восстановить дыхание. С одной стороны, было страшно вновь погружаться в прошлое, а с другой – это могло стать шансом разобраться в своих чувствах и переживаниях.

Остаток рабочего времени я провела в нервном ожидании. То и дело смотрела на часы и задавалась вопросами: придет или нет? Что делать мне? Хочу ли я этой встречи? Выходила из офиса на ватных ногах.

Демид стоял в паре метров от двери и сразу по-

дал мне руку. Несколько секунд я колебалась, и все-таки протянула свою в ответ.

Мы сидели в уютном кафе и разговаривали, разговаривали, разговаривали...

– Знаешь, я все время думал о том, как мы расстались. Это было очень глупо с моей стороны. Я должен был бороться за тебя, а я обиделся.

– И я не должна была слушать подруг. Я должна была поговорить с тобой...

– Когда сегодня увидел тебя в банке, сердце чуть не остановилось. Честно говоря, не знал, как реагировать.

– Я тоже была в шоке. Не ожидала увидеть тебя здесь, – улыбнулась я.

– А еще... – он качнул головой. – Думал, что ты вышла замуж.

– Нет-нет! Это все слухи. У меня не было серьезных отношений.

– То есть... ты все это время была одна?

– Да. А ты? – Все эти годы я думал о тебе, – Демид сжал мою ладонь. – Помнишь, о чем мы мечтали? Давай начнем все сначала!

Когда мы вышли на улицу, тихо падал снег. Я подняла голову, подставляя лицо снежинкам. Вспомнились те самые слова из детства: «Думала, что я люблю Демида, а я люблю снег». Я рассмеялась и повернулась к Демиду: – Думала, что люблю снег, а оказалось...

Мы были счастливы.
ВЕРНИКА

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

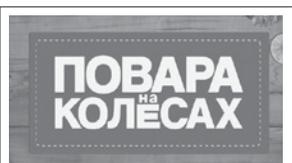
2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

ПЕРВЫЙ

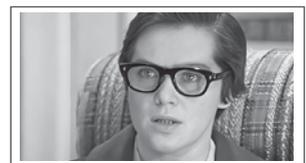


ПОВАРА НА КОЛЕСАХ

11.10 «Повара на колёсах». (12+)

- 06.00 Новости
- 06.10 «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА». (0+)
- 08.45 «Союзмультфильм» (0+)
- 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «И не надо зря портить нервы». (12+)
- 11.10 «Повара на колёсах». (12+)
- 12.15 «Видели видео?» (0+)
- 13.25 «Эхо любви» Роберта Рождественского. (12+)
- 15.20 «Горячий лёд». (0+)
- 17.00 «Антон Хабаров. Под маской Казановы». (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «Сегодня вечером». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «КАЗАНОВА: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 23.00 «Лайза Миннелли: Невероятная, но правдивая история». (18+)
- 00.55 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН

11.50 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)

- 04.10 «ДЕВОЧКИ НЕ ПЛАЧУТ». (16+)
Аня и Катя - сёстры. Катя замужем за Олегом, а Аня легко влюбляется и также легко разочаровывается в мужчинах...
- 07.35 Большой праздничный концерт «О чём поют 8 Марта»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.50 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
- 14.45 «Измайловский парк». Большой юмористический концерт. (16+)
- 17.00 Вести
- 17.50 «Песни от всей души». (12+)
- 20.00 Вести
- 20.50 Вести. Местное время
- 21.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
- 23.45 Большой концерт к 50-летию Юрия Шатунова
- 01.45 «ЛЮБИМЫЕ ЖЕНЩИНЫ КАЗАНОВЫ». (12+)

НТВ



СЕГОДНЯ

08.00 «Сегодня»

- 04.45 «РАСКАЛЕННЫЙ ПЕРИМЕТР». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 Основано на реальных событиях. (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 Основано на реальных событиях. (16+)
- 12.50 «ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.35 «ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 20.30 «РОДНИНА». (12+)
Впервые встав на лёд, Ира понимает, что нашла своё призвание. Спустя годы талантливая спортсменка идёт к заветной золотой медали, но судьба преподносит ей настоящие испытания.
- 23.20 «Все звёзды для любимой». (12+)
- 01.35 «ПОЕЗД НА СЕВЕР». (16+)
Иван Громов, немолодой, но крепкий мужик, живёт с большой семьёй на ферме в средней полосе России.

СТС



ВОЛКИ И ОВЦЫ: ХОД СВИНЬЕЙ

07.40 «Волки и овцы: Ход свиньей». (6+)

- 06.00 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
- 06.15 «Волки и овцы: бе-е-зумное превращение». (6+)
- 07.40 «Волки и овцы: Ход свиньей». (6+)
- 09.05 «Мармадюк». (6+)
- 10.55 «НЕПОСЛУШНИК-2». (12+)
- 13.10 «ХОЛОП-2». (12+)
- 15.40 «КАМБЭК». (16+)
- 23.00 «ВАСИЛИЙ». (16+)
Скромный Вася работает учителем в российском посёлке и ведёт тихую жизнь. Однажды он отправляется в Мексику, где живёт его брат-близнец Коля, которого усыновили в детстве и увезли за океан. Ситуация выходит из-под контроля, когда Васю принимают за Колю местные бандиты и ревнивая девушка Бонита.
- 01.10 «ЛЁД-2». (12+)
- 03.15 «СТРАСТИ ПО МАТВЕЮ». (16+)
- 05.05 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
- 05.40 «100 мест, где поесть». (16+)

ТНТ



САШАТАНЯ

07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 08.55 «Выжить в Стамбуле». (16+)
- 11.20 «ДОМОВЁНОК КУЗЯ». (6+)
- 13.00 «СОКРОВИЩА ГНОМОВ». (6+)
- 14.50 «ЦАРЕВНА-ЛЯГУШКА». (6+)
- 16.35 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (12+)
В далёком царстве-государстве царь решает выдать свою дочь Забаву за наследника богача Полкана - надменного красавца Поля.
- 18.20 «СЕМЕЙНЫЙ ПРИЗРАК». (6+)
- 20.00 «МОТАЙ». (16+)
- 21.00 «Наша Russia. 8 марта». (16+)
- 22.55 «ТЕЩА». (16+)
- 00.50 «Агент под прикрытием». (16+)
- 02.20 «Однажды в России». (16+)
- 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
- 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 «Новости». (16+)
- 09.00 13.00 «СМЕРШ». (16+)
- 13.25 17.00 «СМЕРШ 3: ОБЪЕКТ-196». (16+)
- 16.30 «Новости». (16+)
- 18.30 «СМЕРШ 3: СЕКРЕТНЫЙ ИСТРЕБИТЕЛЬ». (16+)
- 22.45 «ДОРОГОЙ ВИЛЛИ». (16+)
1960-е, мир на пороге ядерной войны. Разведке СССР становится известно о том, что США готовится нанести удар с военных баз, расположенных в ФРГ. Понимая, что ответный ультиматум положит начало катастрофе, генсек СССР Леонид Брежнев решает заключить тайный договор с канцлером ФРГ Вилли Брандтом.
- 02.15 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
05.00 Секреты на кухне. (16+)	06.20 Улетные животные. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+)
06.00 Пятница News. (16+)	08.00 «ГОСТЬЯ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)	09.00 16.00 «Календарь». (12+)
06.30 Гастротур. (16+)	14.00 Улётное видео. (16+)	09.30 Всё по-взрослому. (12+)
07.00 «Унесенные призраками». (16+)	17.30 «СНАЙПЕР: ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)	11.25 12.05 «ЗНАХАРЬ». (16+)
08.30 Русская мечта с Дэнни-американской. (16+)	В 1942 году под Сталинградом группа старшего лейтенанта Яшина сталкивается с хитрым противником - немецким капитаном Карлом Кляйстом.	15.05 «Преодоление». (12+)
09.30 Как люди живут. (16+)	21.00 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)	17.00 «Здоровая среда». (12+)
13.00 Экспедиция с Алексеем Столяровым. (16+)	00.30 Большой кэш. (16+)	18.00 «Губернские новости». (12+)
15.00 Погонали! (16+)	01.15 «+100500». (18+)	19.15 «Клуб главных редакторов». (16+)
23.00 Выживали. Миссия Алфа. (16+)	02.20 «+100500». (16+)	20.15 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)
01.00 Пятница News. (16+)		22.00 «ДЕВУШКИ ИЗ РОШФОРА». (16+)
01.30 На ножах. (16+)		01.35 «БЛИЖНИЙ КРУГ». (16+)
03.30 Секреты на кухне. (16+)		
04.30 Пятница News. (16+)		
Ю	МИР	ПОБЕДА
05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)	05.00 «САДКО». (12+)	05.40 «ЛЕДОКОЛ». (16+)
07.15 «Супермама». (16+)	06.25 Мультфильмы. (12+)	07.40 «ЭКИПАЖ». (16+)
09.15 «Беременная в 45». (16+)	08.55 «ЗАЙЧИК». (16+)	10.00 «ЧЁРНЫЙ ПЁС». (16+)
Вся наша жизнь - это борьба со стереотипами. Когда замуж? Когда станешь мамой? Когда за вторым? 45 лет - не поздно? Преодоление, разочарование, слезы, смех, радость и счастье - весь этот спектр человеческих эмоций увидят зрители канала «Ю» в новом реалити о женщинах, которые решили стать мамами после 45.	08.40, 10.10, 13.15, 18.15 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+) Мессинг родился в последний год 19 века, чтобы стать одной из главных и загадочных личностей века двадцатого. Мальчик из бедной семьи был вынужден рано начать самостоятельную жизнь. Он отправился в Германию, где брался за самую черную работу.	11.55 «ЧЁРНЫЙ ПЁС. УПРЕЖДАЮЩИЙ УДАР». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)	10.00, 13.00, 18.00 Вместе каждый день	13.55 «ЧЁРНЫЙ ПЁС. ВЫСТРЕЛ В ПРОШЛОЕ». (16+)
00.00 «Измени». (18+)	01.25 Наше кино. История большой любви. (16+)	16.05 «ЧЁРНЫЙ ПЁС. ИМПЛАНТ». (16+)
01.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)	01.50 «ТИМУР И ЕГО КОМАНДА». (16+)	18.10 «БРАТ». (16+)
	03.00 Понять. Простить (16+)	20.00 «БРАТ-2». (16+)
		22.20 «БУМЕР. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+) Костян Кот чудом остался жить после тяжёлого ранения. Он вышел из тюрьмы, и теперь ему нужно привыкнуть к новой жизни на свободе.
		00.25 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
		02.30 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Барбоскины». (0+)	06.00 «Геройчики». (0+) Мальчик Рома очень любит играть, поэтому в его комнате полным-полно разных игрушек. Кого здесь только нет: и загадочный пушистый инопланетянин Бублик, и отважный петух-танучка Ко-Ко, и благородная ящерца-самурай О-Раш, и милая куколка Пинки, и воинственный плюшевый заяц Генерал Де-Кроль со своими роботами, и, конечно, отважные супергерои Флай и Глория.
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)	16.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) Приключения неутомимых озорников: бурокожего медвежонка Кеши, белого - по имени Тучка, и их подружки Лисички. Иннокентий любит гаджеты и технику, Тучка - дитя природы, а Лисичка обожает печь пироги и угощать ими своих многочисленных друзей. Из каждой серии дети узнают что-то новое: как заботиться об окружающей среде, что значит «уметь дружить» и что делать, если сломалась техника.
07.30 «Команда Флоры. Экотурель». (0+)	20.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
09.15 «Принцесса и дракон». (6+)	03.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
Про принцессу Варвару, оказавшуюся в настоящей сказке.	
10.20 «Маша и Медведь». (0+)	
12.00 «Студия красоты». (0+)	
12.15 «Маша и Медведь». (0+)	
14.00 «У меня лапки». (0+)	
Программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.	
14.25 «Мультипелки. Шоу». (0+)	
Цикл весёлых музыкальных клипов на популярные детские песни.	
14.45 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)	
Отважные Смешарики отправляются в самое сердце диких джунглей, где их ждут опасные приключения, свирепые туземцы, до зубов вооружённые гаджетами, расхитители гробниц и невероятные испытания. Задача проста - всего-навсего спасти мир!	
16.00 «Это супер!» (0+)	
16.20 «Чик-Чирикино». (0+)	
18.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)	
21.15 «Три кота». (0+)	
23.30 «Приключения Пети и Волка». (12+)	
01.00 «Смешарики». (0+)	
02.45 «ДиноСити». (0+)	

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	ИСТОРИЯ
00.00 Кровавое правление Стюартов. (16+)	06.00 Великая война. (16+)	06.00, 06.45, 15.15, 16.05, 00.50, 01.40 Настоящая война престолов. (12+)
00.50, 08.55, 12.55 Пётр I Великий. (12+)	07.00 Легенды Европы: Бретань. (12+)	07.35, 07.50, 02.25, 02.35 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (16+)
01.45 Финский фашизм. Забытый геноцид. (16+)	08.00 Легенды Европы: Богемия. (12+)	08.05, 02.50 Джейн Мансфилд: звезда фабрики грёз. (16+)
02.40, 06.55 Русь изначальная. (12+)	08.55 Миф Мэрилин Монро. (16+)	09.05, 03.45 Мисс ТВ СССР и шесть всеильных мужчин. (12+)
03.10, 07.25, 11.20 Восточный фронт. (12+)	09.50, 10.40 Фараоны: величественнее пирамид. (16+)	09.50 Её звали Грейс Келли. (16+)
04.00 Россия научная. Великие имена. (12+)	11.35 «Титаник»: новый взгляд. (16+)	10.50 Андрей Миронов. Держась за облака. (12+)
04.20 Это подкаст. История. (12+)	12.35 Чаплин против ФБР. (16+)	11.45 Пятьдесят оттенков шоколада. (12+)
05.20 Хлеб, «Север» и кобальт. (12+)	13.30 Мадонна: рождение легенды. (16+)	12.40 Роман с сериалом. (12+)
06.25 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)	15.25 Её звали Грейс Келли. (16+)	13.30 Леди Сапиенс. (12+)
08.10, 12.10 Освобождение: решающие битвы. (12+)	16.25 Легенды Европы: Прованс. (12+)	14.25 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. (12+)
09.50, 13.50 Уроки Нюрнберга. (12+)	17.20 Легенды Европы: Испания. (12+)	16.55 Мастера Рима. Микеланджело, Рафаэль и Леонардо да Винчи. (12+)
10.20, 14.15 Историограф. (12+)	18.20 Загадки Древнего Египта: Создание сверхдержавы. (16+)	17.50 Михаил Горбачёв. Сегодня и тогда. (12+)
11.05 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)	19.10 Загадки Древнего Египта: Смерть и посмертие. (16+)	19.15 Елисейский дворец: тайное и явное. (16+)
15.00 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+)	20.00 Тайны Парижа: Алан Кардек и рождение спиритизма. (16+)	20.20, 05.15 Владимир Крючков. Последний председатель. (12+)
16.00, 16.45 Нобелевские лауреаты. (16+)	20.55 Тайна Золотых городов. (16+)	21.10 Динозавры. Как они исчезли. (12+)
17.30 Карим Брлюлов. (12+)	21.55 Битва титанов: Дуэль в Тихом океане. (16+)	22.05 Мой первый Жванецкий. (12+)
18.15 Хронотоп. (12+)	22.55 Битва титанов: Цусимское сражение. (16+)	23.00 Дети Шоа. (12+)
18.45 Тайное становится явным. (12+)	23.50 Мадонна: рождение легенды. (16+)	00.00 Великие комбинаторы. (12+)
19.00 Имена нелегальной разведки. (12+)	01.35 Её звали Грейс Келли. (16+)	04.30 СССР. Империя наоборот. Молдавия. (16+)
20.00 Карл Брлюлов. Не сгораха. (12+)	02.30, 03.20 Фараоны: величественнее пирамид. (16+)	
21.00 Земля: Крушение империи. (12+)	04.05 «Титаник»: новый взгляд. (16+)	
22.00 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)	05.05 Битва титанов. (16+)	
22.15 Ледоколы войны: «Иосиф Сталин». Мировой рекорд. (12+)		
23.00 Вторая Мировая. Великая Отечественная. Охота на вождей. (16+)		

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

ПЕРВЫЙ



05.00 Телеканал «Доброе утро»

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

РОССИЯ 1



18.00 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
 09.00 Вести
 09.30 Местное время
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.30 Вести. Местное время
 12.00 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.45 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)
 16.15 Вести
 17.00 «Малахов». (16+)
 18.00 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.10 Вести. Местное время
 21.30 «Век Зацепина». Большой юбилейный вечер к столетию Александра Зацепина. Прямая трансляция из Большого театра
 23.50 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)
 01.20 «СВАДЬБЫ НЕ БУДЕТ». (12+)

НТВ



13.25 «Чрезвычайное происшествие»

- 04.45 «ПЁС». (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «ПЁС». (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 «ПЁС». (16+)
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 «Сегодня»
 16.45 «За гранью». (16+)
 17.50 «ДНК». (16+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «НОВАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
 Тютюник получает информацию о том, что в город прибывает киллер с заданием от СБУ. Вероятно, речь идёт о покушении на некое высокопоставленное лицо...
 22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА». (16+)
 00.20 «Сегодня»
 00.40 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
 01.15 «ПОРТ». (16+)

СТС



12.00 Тайный миллионер. (16+)

- 06.00 «100 мест, где поесть». (16+)
 09.20 «ЛЁД-2». (12+)
 12.00 Тайный миллионер. (16+)
 14.30 «МАМА БУДЕТ ПРОТИВ». (16+)
 21.00 «ХОЛОП-2». (12+)
 23.25 «ЛЮБОВЬ СО ВТОРОГО ВЗГЛЯДА». (12+)
 Данила и Олеся вместе уже десять лет. У них подрастает дочка Настя. После многих лет совместной жизни накопились взаимные претензии и обиды. В тайне друг от друга, супруги регистрируются на сайте знакомств, указав фальшивые имена с чужими фотографиями... Впервые на СТС.
 01.25 «НЕПОСЛУШНИК-2». (12+)
 03.10 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛЯ». (16+)
 04.30 «Огненный лис». (6+)
 05.50 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)

ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 19.00 «МОТАЙ». (16+)
 21.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
 23.00 «ЛЮБОВЬ ЗЛА». (16+)
 Обычно грабители - суровые люди, которых тяжело вывести на эмоции. Все, но не этот. Вор Максим во время очередного ограбления становится свидетелем драмы - хозяйка квартиры, которую Максим намерен ограбить, сжигает вещи своего бывшего у себя дома.
 00.40 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (18+)
 Весельчак и любитель экстремальных видов спорта Чжао Фэн как-то раз случайно влетает на парашюте на балкон одной из гонконгских высоток, где была намечена сделка по продаже мощного биологического оружия.
 02.25 «Однажды в России». (16+)
 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



06.00 «С бодрим утром!» (16+)

- 05.00 18.00 00.20 04.30 «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» с Игорем Прокопенко. (16+)
 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
 15.00 «100 вопросов обо всем». (16+)
 17.00 01.05 «Тайны Чапман». (16+)
 20.00 «ОПЕРАЦИЯ «НАПОЛЕОН». (16+)
 22.10 23.25 «ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
 06.00 Пятница News. (16+)
 06.30 Гастротур. (16+)
 07.00 Битва шефов. (16+)
 09.00 Молодые ножи. (16+)
 10.00 Адский шеф. (16+)
 13.00 Черный список. На кухне. (16+)
 19.00 Что я наделала?! (16+)
 20.00 Черный список. На кухне. (16+)
 23.00 Что я наделала?! (16+)
 00.00 Вундеркинды. (16+)
 01.00 Пятница News. (16+)
 01.30 На ножах. (16+)
 03.30 Секреты на кухне. (16+)
 04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 06.50 «Званый ужин». (16+)
 08.35 «Муж напрокат». (16+)
 09.30 «Доктор-Ревизор». (16+)
 09.55 «Муж напрокат». (16+)
 10.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 12.35 «Супермама». (16+)
 14.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)
 16.35 «Чудо из ада. Предки». (16+)
 19.30 «Чудо из ада». (12+)
 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
 00.00 «Измены». (18+)
 01.45 «Неотложка». (16+)
 03.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
 14.00 «СОЛДАТЫ-4». (16+)
 Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни: о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.
 18.00 Дорожные войны. (16+)
 19.30 Улётное видео. (16+)
 21.00 Охотники. (16+)
 23.00 Опасные связи. (18+)
 23.50 Заступницы. (16+)
 02.10 Опасные связи. (18+)
 03.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)

МИР

- 05.00, 02.00 Понять. Простить. (16+)
 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
 06.15 «ЗАЙЧИК». (16+)
 07.50 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (16+)
 09.50, 10.10 «ТАНЦУЙ, ТАНЦУЙ». (16+)
 13.15 Мировое соглашение. (16+)
 14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.35 Дела судебные. (16+)
 20.25 Миллион за 5 минут. Дети. (6+)
 21.10 Миллион за 5 минут. (16+)
 21.50, 22.35, 23.20 Игра в кино. (16+)
 00.05 Наше кино. История большой любви. (16+)
 01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10
 11.00 22.35 «Хранитель». (16+)
 15.15 03.25 «Экспозиция войны». (16+)
 16.05 «Моя история». (16+)
 17.00 «Такие разные». (12+)
 18.00 «Губернские новости». (12+)
 18.15 «Вечер вместе». (12+)
 20.45 «УРГА: ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ». (16+)
 23.35 «КИНО. КОРОТКИЙ МЕТР». (16+)
 00.05 «Свет и тени». (16+)
 01.55 ОТРАЖЕНИЕ. Итоги. (12+)

ПОБЕДА

- 04.50 «Путь к Победе». (16+)
 05.50 «ЧЕМПИОН МИРА». (16+)
 Фильм о самом драматичном поединке в истории шахмат.
 08.10 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
 10.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
 15.00 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)
 19.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
 22.50 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)
 00.30 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
 Современная экранизация одноимённой повести Бориса Васильева.
 02.30 «ПОРТНОЙ ИЗ БРУКЛИНА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Маша и Медведь». (0+)
 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 07.15 «Маша и Медведь». (0+)
 07.30 «Оранжевая корова». (0+)
 09.00 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
 09.15 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
 09.30 «Беби Борн». (0+)
 09.40 «Геройчики». (0+)
 10.45 «Парк Турум-Бурум». (0+)
 11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
 11.15 «Диностер». (6+)
 11.30 «Барбоскины». (0+)
 13.05 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
 13.35 «Инфинити Надо». (6+)
 14.00 «Карбот». (6+)
 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
 14.40 «Фиксики». (0+)
 16.40 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
 16.45 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
 19.00 «Кот Басик». (0+)
 19.10 «Мастер Витя и Мотор». (0+)
 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 21.15 «Горошек и компания». (6+)
 22.10 «Фьюжн Макс. Новая эра». (6+)
 22.25 «Армор Рейнджеры». (6+)
 22.40 «Дикие скричеры!» (6+)
 23.05 «Метал Кард Бот». (6+)
 23.30 «Приключения Пети и Волка». (12+)
 01.00 «Смешарики». (0+)
 02.45 «ДиноСити». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (6+)
 07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
 07.15 «Маша и Медведь». (0+)
 08.05 «Бумажки». (0+)
 08.20 «Барбоскины». (0+)
 09.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
 09.30 «Фиксики». (0+)
 10.55 «Сказочный патруль». (0+)
 12.00 Время малышей. (0+)
 13.00 «Геройчики». (0+)
 14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
 14.15 «Простоквашино». (0+)
 15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
 15.30 Время малышей. (0+)
 17.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
 17.25 «Лео и Тиг». (0+)
 18.25 «Лунтики». (0+)
 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
 20.40 «Бумажки». (0+)
 21.00 «Барбоскины». (0+)
 21.25 «Буба». (6+)
 22.00 «Армор Рейнджеры». (6+)
 22.15 «Фиксики». (0+)
 23.35 «Сказочный патруль». (0+)
 00.30 «Смешарики». (0+)
 01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 02.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
 03.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)
 04.00 «Фиксики». (0+)
 05.30 «Барбоскины». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365

- 00.00 Это подкаст. История. (12+)
 00.55 Хлеб, «Север» и кобальт. (12+)
 02.00 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)
 02.35 Русь изначальная. (12+)
 03.05, 07.25 Восточный фронт. (12+)
 03.50 Россия научная. Великие имена. (12+)
 04.10, 08.10 Освобождение: решающие битвы. (12+)
 04.55, 08.55, 20.50 Пётр I Великий. (12+)
 05.50, 09.50 Уроки Нюрнберга. (12+)
 06.20, 10.15 Историограф. (12+)
 07.05 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)
 11.00 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+)
 12.00, 12.45 Нобелевские лауреаты. (16+)
 13.30 Карим Хакимов. (12+)
 14.15 Хронотоп. (12+)
 14.45 Тайное становится явным. (12+)
 15.00 Имена нелегальной разведки: Виктор Лягин. (12+)
 16.00 Карл Брюллов. Не сгораю. (12+)
 17.00 Земля: Крушение империи. (12+)
 18.00 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
 18.15, 22.15 Ледоколы войны. (12+)
 19.00, 23.00 Вторая Мировая. Великая Отечественная. (16+)
 20.00 Версаль - цена величия. (16+)
 22.05 Семь дней истории. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Битва титанов. (16+)
 06.55, 03.15 Легенды Европы: Прованс. (12+)
 07.55 Легенды Европы: Испания. (12+)
 08.50 Мир Джона Уика. (16+)
 11.05 Загадки Древнего Египта: Создание сверхдержавы. (16+)
 11.55 Загадки Древнего Египта: Смерть и посмертие. (16+)
 12.45 Тайны Парижа: Алан Кардек и рождение спиритизма. (16+)
 13.10 Тайны Парижа: Проклятые призраки. (16+)
 13.40 Тайна Золотых городов. (16+)
 14.40, 15.35 «Титаник» в цвете. (16+)
 16.25 Легенды Европы: Венеция. (12+)
 17.25 Легенды Европы: Альпы. (12+)
 18.20 Загадки Древнего Египта: Преступление и наказание. (16+)
 19.10 Загадки Древнего Египта: Элита Египта. (16+)
 20.05 Тайны Парижа: Алхимик. (16+)
 20.30 Тайны Парижа: Тамплиеры. (16+)
 21.00 Человек из Толлунда. (16+)
 22.00 Битва титанов: Гиганты морей. (16+)
 22.55 Битва титанов: Удивительная судьба линкора Техас. (16+)
 23.50, 00.45 «Титаник» в цвете. (16+)
 01.35, 02.20 Загадки Древнего Египта. (16+)
 03.05, 03.30 Тайны Парижа. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 02.20 Её звали Грейс Келли. (16+)
 06.55, 03.15 Андрей Миронов. Держась за облака. (12+)
 07.45, 04.00 Пятьдесят оттенков шоколада. (12+)
 08.40, 04.50 Роман с сериалом. (12+)
 09.30 Леди Сапиенс. (12+)
 10.25 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. (12+)
 11.15, 12.05, 21.40, 22.30 Настоящая война престолов. (12+)
 12.55 Мастера Рима. Микеланджело, Рафаэль и Леонардо да Винчи. (12+)
 13.55 Михаил Горбачёв. Сегодня и тогда. (12+)
 15.20 Спасённые шедевры России. Керамика. (12+)
 16.10 Елисейский дворец: тайное и явное. (16+)
 17.10 Владимир Крючков. Последний председатель. (12+)
 17.55 Динозавры. Как они исчезли. (12+)
 18.55 Мой первый Жванецкий. (12+)
 19.50 Дети Шоа. (12+)
 20.50 Великие комбинаторы. (12+)
 23.20, 23.30, 05.35, 05.45 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (12+)
 23.50 СССР. Империя наоборот. (16+)
 00.40 Джейн Мэнсфилд: звезда фабрики грёз. (16+)
 01.35 Мисс ТВ СССР и шесть вселильных мужчин. (12+)

РОССИЯ К
Культура



16.10 «Забывтое ремесло»

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.15 Кристальные истории
- 07.35 «Сокровища Московского Кремля»
- 08.30 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 00.00 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15 01.50 «XX век»
- 12.45 Новости. Подробно. Книги
- 13.00 «Сокровища Московского Кремля»
- 13.55 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ»
- 16.10 «Забывтое ремесло»
- 16.30 Эрмитаж
- 17.15 Исторические концерты
- 18.35 Линия жизни
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Линия жизни
- 21.15 Белая студия
- 21.55 «Сокровища Московского Кремля»
- 22.50 «ОТВЕРЖЕННЫЕ»
- 00.15 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



15.05 «ОРЛИНСКАЯ: СТРЕЛЫ НЕПТУНА». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: МЁРТВЫЕ ДУШИ». (16+)
- 10.35 04.20 «Евгений Леонов. Зигзаги удачи». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 02.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ОРЛИНСКАЯ: СТРЕЛЫ НЕПТУНА». (16+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Папины дочки». (16+)
- 18.10 «ЗАГАДКА МОНТИ ХОЛЛА». (16+)
- 20.00 «ЗАГАДКА ФЕРМА». (16+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Изнанка идеального брака». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Русские тайны». (16+)
- 01.30 Хроники московского быта. (16+)

ТВ-3



20.00 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 09.00 15.30 «Слепая». (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 18.00 «ЛИСА». (16+)
- Во время поездки инкассатор Грачев грабит собственных коллег, в условленном месте передает неизвестным сумку с деньгами. Выясняется, что на преступление он пошел по требованию преступников, которые похитили его дочь.
- 20.00 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- Глухарев убежден: Шошин причастен к убийствам. Шошин же, в свою очередь, не оставляет попыток добраться до документов, но его люди ничего не находят и в загородном доме Тарасовых.
- 23.00 «ТЕМНЫЙ МИР». (18+)
- 01.15 Места Силы. (16+)
- 03.15 «Вокруг Света. Места Силы». (16+)

ДОМАШНИЙ



07.45 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 «ПРИЕЗЖАЯ». (16+)
- 06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.45 Давай разведёмся! (16+)
- 08.45 Тест на отцовство. (16+)
- 11.00 «Понять. Простить». (16+)
- 12.10 «Порча». (16+)
- 13.15 «Знахарка». (16+)
- 13.50 «Верну любимого». (16+)
- 14.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 15.00 «ПОРТРЕТ ЛЮБИМОГО». (16+)
- 19.00 «ЦВЕТОК ГРАНАТА». (16+)
- 22.55 «Понять. Простить». (16+)
- 00.00 «Порча». (16+)
- 00.55 «Знахарка». (16+)
- 01.20 «Верну любимого». (16+)
- 01.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.15 Тест на отцовство. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
- 05.25 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)
- 05.55 Они потрясли мир. (16+)
- 08.05 Страна советов. (16+)
- 08.40 Знание - сила. (12+)
- 09.30 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 17.30 02.05 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 01.15 «СВОИ-7». (16+)
- 23.05 00.30 «СВОИ-5». (16+)
- 00.00 Известия. (16+)
- 04.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 02.35 «Москва - фронт». (16+)
- 11.25 «Щит и меч». (16+)
- 12.15 13.25 «СВЕРСТНИЦЫ». (12+)
- 14.25 15.05 17.15 04.00 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «И ЭТО ВСЕ О НЕМ». (12+)
- 02.00 «Подпольщики». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 03.00 «Такие разные». (12+)
- 11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 12.00 «Полицейский вестник». (12+)
- 12.15 00.30 «Точка.ру». (12+)
- 12.45 «Безопасная дорога». (12+)
- 13.00 «МАГОМАЕВ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ОХОТНИКИ ЗА ИКОНАМИ». (16+)
- 15.45 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)
- 16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Спецрепортаж». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 01.30 «Документальное кино». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.00 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 04.00 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 14.55 «Непобедимый». (12+)
- 06.30 Лыжная страна. (12+)
- 07.00 09.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 11.30 15.30 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 «Вопреки всему». (12+)
- 10.30 16.45 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 01.35 География спорта. (12+)
- 17.45 Профессиональный бокс. (16+)
- 19.15 Хоккей. «Ак Барс» (Казань) - «Спартак» (Москва). Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 22.00 Бильярд. VetBoom. Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
- 00.35 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура. (6+)
- 02.05 Бадминтон. Мировой тур. (6+)
- 06.00 13.15 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 15.05 Лица Страны. (12+)
- 08.05 15.20 Небесная грация. (6+)
- 08.25 Громко. (12+)
- 09.25 18.10 «Человек из футбола». (12+)
- 10.35 02.00 Лыжная страна. (12+)
- 11.00 13.10 16.20 18.50 Новости. (0+)
- 11.05 16.00 22.20 03.40 04.05 Спецрепортаж. (12+)
- 11.35 Художественная гимнастика. Чемпионат России. (6+)
- 12.30 «Страна спортивная». (12+)
- 15.35 21.55 «бхб». (12+)
- 16.25 Футзал. Суперлига. (6+)
- 18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 21.25 География спорта. (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000
- 06.00 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)
- 07.40 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
- 09.35, 11.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 13.05 «КРАСОТКИ». (16+)
- 14.45 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 18.20 «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ». (16+)
- Великобритания, США
- 20.25 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (16+)
- США, Китай, 2023 г.
- 22.30, 23.25, 00.20, 01.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.55 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 03.05 «ДРЕВО ЖИЗНИ». (16+)
- 05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 08.30 «Одна». (16+)
- 10.20, 11.10 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
- 12.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
- 14.10 «ДОМОВЕНОК КУЗЯ». (6+)
- 15.45 «Карлик Нос». (6+)
- 17.15, 18.05 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)
- 19.00 «БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
- 20.55 «ЗА ПАЛЬЧА!» (16+)
- 22.35, 23.30 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
- 00.25 «ЖЕНИХ». (16+)
- 02.00 «ВЫКРУТАСЬ!». (16+)
- 03.35 «Барбоскины Team». Мультфильм. (6+)
- 05.00 «Сказка о рыбаке и рыбке». Мультфильм. (6+)
- 05.10 «УДАЧА ЛОГАНА». (16+)
- 07.00 «СЛАВНЫЕ ПАРНИ». (16+)
- 09.00 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (16+)
- 10.35 «БЕГЛЕЦ». (16+)
- 12.30 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+)
- 14.25 «ПЛАН ПОБЕГА-2». (16+)
- 16.05 «ПЛАН ПОБЕГА-3». (16+)
- 17.40 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
- Боевик, США, 1982 г.
- 19.15 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)
- 20.55 «РЭМБО IV». (16+)
- 22.25 «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
- 00.00 «ВОССТАНИЕ». (16+)
- 01.25, 02.50 «ГАЛАКТИЧЕСКАЯ ВОЙНА». (16+)
- 04.20 «ЭРА ВЫЖИВАНИЯ». (16+)
- 05.15 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.05 «Пинокио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)
- 07.40 «Смешарики. ПинКод». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 10.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 15.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 22.30 Вечер вместе. «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)
- СССР, 1966 г.
- 00.20 Вечер вместе. «КУДА ОН ДЕНЕТСЯ!» (12+)
- 01.50 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 03.30 «ЯГА. КОШМАР ТЁМНОГО ЛЕСА». (16+)
- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
- 07.00 «Приключения Паддингтона». Мультсериал. (6+)
- 08.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 10.05 «РАНЕТКИ». (16+)
- Папа Леры и следователь разрабатывают план ареста банды Тамары, но в квартире, где по словам Миши скрывались преступники, уже никого нет. Учителя готовятся к выборам директора.
- 15.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ» (16+)
- 17.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 21.25 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ» (16+)
- 02.10 «МАРГОША». (16+)
- 03.45 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 Встреча. (12+)
- 06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Святые родители. 1 серия. (0+)
- 12.10 День Патриарха. (0+)
- 12.20, 12.50 Монастырская кухня. (0+)
- 13.15 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 14.15 «ДРУЖОК». (0+)
- 15.35 «4:0 В ПОЛЬЗУ ТАНЕЧКИ». (0+)
- 17.25 «ОЙ, МА-МОЧ-КИ!» 5 серия. (12+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с субтитрами). (0+)
- 19.30 «Бесогоно». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 20.35 Прямая линия. Ответ священника (с субтитрами). (12+)
- 21.35 Романовы. Судьба русского Крыма. 1 серия. (0+)
- 22.30 Поле битвы. (16+)
- 23.20 День Патриарха. (0+)
- 23.30 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.25 Святые христианского мира: Крест святой Нины. (0+)
- 00.50 Восхождение в Иерусалим. (6+)
- 01.35 Святые родители. 1 серия. (0+)
- 02.35 Поле битвы. (16+)
- 03.15 Русский мир. (12+)
- 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с субтитрами). (12+)

Православный календарь

10 марта
Седмица 3-я Великого поста. Глас 6.
Свт. Тарасия,
патриарха Константинопольского.



Щмч. Сильвестра, архиеп. Омского.
Щмч. Александра пресвитера, прмц.
Мстиславы. Щмч. Николая пресвитера.

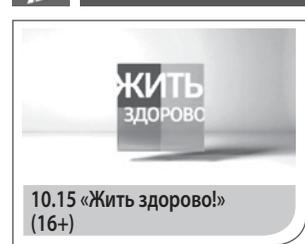
Постный день.

«Воробей воробья заманивает в западню: и грешник подобного себе вовлекает в глубину зол».
Прп. Ефрем Сирин

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.10 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 07.00 Звезды на утро. (16+)
- 08.00 Хиты по-русски. (16+)
- 09.00 Top-15 Like FM. (16+)
- 10.00 #НАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.30 10 самых! (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Моя волна. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.35 За гусли - да. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 Короли чартов. (16+)
- 23.00 Лихие хиты. (16+)
- 00.00 Наше. (16+)
- 01.00 Хиты по-русски. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПЕРВЫЙ



10.15 «Жить здорово!» (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»

09.00 Новости (с субтитрами)

09.25 «Модный приговор». (0+)

10.15 «Жить здорово!» (16+)

11.00 «Время покажет». (16+)

12.00 Новости (с субтитрами)

12.15 «Время покажет». (16+)

14.00 «Большая игра». (16+)

15.00 Новости (с субтитрами)

15.15 «Давай поженимся!» (16+)

16.05 «Мужское / Женское». (16+)

17.00 «Большая игра». (16+)

18.00 Вечерние новости (с субтитрами)

18.30 «Время покажет». (16+)

19.50 «Пусть говорят». (16+)

21.00 «Время»

22.00 «КАЗАНОВА: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)

23.00 «Большая игра». (16+)

00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

03.00 Новости

РОССИЯ 1



17.00 «Малахов». (16+)

05.00 Утро России

09.00 Вести

09.30 Местное время

09.55 О самом главном. (12+)

11.00 Вести

11.30 Вести. Местное время

12.00 «60 минут». (12+)

14.00 Вести

14.30 «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ». (16+)

Домой к Анне приходит Валентина, жена бизнесмена Грекова и мать Карины. Теперь терапия у Анны проходит вся семья Грековых. У Валентины много лет были проблемы с алкоголем.

16.30 Вести

17.00 «Малахов». (16+)

18.00 «60 минут». (12+)

20.00 Вести

21.10 Вести. Местное время

21.30 «МАМОНТЫ». (16+)

23.55 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

02.45 «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ». (16+)

03.00 Вести

03.30 «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ». (16+)

НТВ



14.00 «Место встречи»

04.35 «ПЁС». (16+)

06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

08.00 «Сегодня»

08.25 «ПЁС». (16+)

10.00 «Сегодня»

10.35 «ПЁС». (16+)

13.00 «Сегодня»

13.25 «Чрезвычайное происшествие»

14.00 «Место встречи»

16.00 «Сегодня»

16.45 «За гранью». (16+)

17.50 «ДНК». (16+)

19.00 «Сегодня»

20.00 «НОВАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

После ранения, полученного при аресте киллера, Забелин выходит из больницы. В отделе пополнение: один оперативник уже прибыл, второй ожидается.

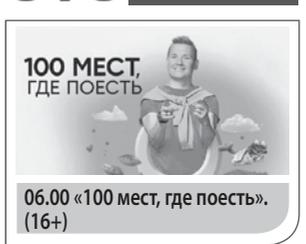
22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА». (16+)

00.20 «Сегодня»

00.40 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)

01.45 «ПОРТ». (16+)

СТС



06.00 «100 мест, где поест». (16+)

09.45 «ХОЛОП». (12+)

12.00 «НЕ В СВОЕЙ ТАРЕЛКЕ». (16+)

Тракторист Игорь буквально сталкивается со спасательной капсулой трёх пришельцев, которые приземлились в деревне и обрели человеческий облик. Только он знает правду про инопланетных гостей.

21.00 «КЛИНЕР». (16+)

22.55 «22 МИЛИ». (16+)

00.45 «ОПАСНЫЙ КВАРТАЛ». (16+)

02.20 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)

03.05 «ДО ВСТРЕЧИ НА ВЕНЕРЕ». (16+)

Чтобы разыскать свою биологическую мать, 18-летняя девушка-сирота хочет отправиться в Европу, но для этого ей необходим попутчик.

04.35 «С - СЧАСТЬЕ». (12+)

ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

19.00 «МОТАЙ». (16+)

21.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)

22.50 «СЕМЕЙНЫЙ ПРИЗРАК». (6+)

Василий Кирсанов - бывший банковский клерк, а теперь иллюзионист-неудачник. Для того, чтобы сделать шоу «почти как у Копперфилда», он уговаривает жену Светлану продать их комфортную квартиру и купить маленькую однокомнатную.

00.30 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)

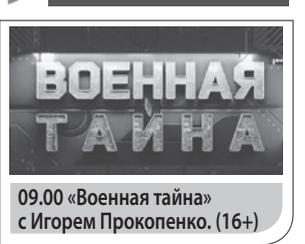
Две недели, полные счастья первой любви и познания запретных плодов, провели старшесексница Саванна и солдат Джон Тайри, приехавший домой на побывку. Но время летит быстро - юный любовник вынужден вернуться на службу в Европу.

02.15 «Однажды в России». (16+)

05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)

05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

РЕН



09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)

05.00 18.00 00.50 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

06.00 «С бодрым утром!» (16+)

08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)

09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)

10.00 «СОВБЕЗ». (16+)

11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)

12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)

13.00 «Загадки человечества». (16+)

14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

15.00 «Момент в истории». (16+)

17.00 01.40 «Тайны Чапман». (16+)

20.00 «ПЫЛАЮЩЕЕ МОРЕ». (16+)

22.00 23.25 «ДЕЛО ХРАБРЫХ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Секреты на кухне. (16+)

06.00 Пятница News. (16+)

06.30 Гастротур. (16+)

07.00 Битва шефов. (16+)

09.00 Молодые ножи. (16+)

10.00 Адский шеф. (16+)

13.00 Молодые ножи. (16+)

19.00 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)

21.00 Последний шеф. (16+)

23.00 Секретный артист. (16+)

00.00 Вундеркинды. (12+)

01.00 Пятница News. (16+)

01.30 На ножах. (16+)

03.30 Секреты на кухне. (16+)

04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)

06.55 «Званый ужин». (16+)

08.40 «Муж напрокат». (16+)

10.30 «Моя свекровь - монстр». (16+)

12.20 «Супермама». (16+)

14.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)

16.20 «Мама в 16». (16+)

18.00 «Мама в 16». (16+)

21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)

00.00 «Измены». (18+)

01.50 «Неотложка». (16+)

Чудовишние травмы, редкие диагнозы и врачи, которые борются за каждую жизнь - добро пожаловать в настоящее отделение скорой помощи.

03.30 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ

06.00 Улётное видео. (16+)

14.00 «СОЛДАТЫ-4». (16+)

17.00 «СОЛДАТЫ-5». (16+)

18.00 Дорожные войны. (16+)

Программа «Дорожные войны» - это своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными.

19.45 Улётное видео. (16+)

21.00 Охотники. (16+)

23.00 Опасные связи. (18+)

03.00 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)

04.30 Дорожные драмы. (16+)

МИР

05.00, 06.15, 10.10, 04.55 «ВОЛФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)

06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день

13.15 Мировое соглашение. (16+)

14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.35 Дела судебные. (16+)

20.25, 21.10 Миллион за 5 минут. (16+)

21.50, 22.35, 23.20 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)

00.05 Наше кино. История большой любви. К 100-летию Г. Юматова. (16+)

01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

01.55 Понять. Простить. (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)

09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение

11.00 22.50 «Секреты египетских иероглифов». (16+)

15.15 04.20 «В ДЕНЬ ПРАЗДНИКА». (16+)

16.35 «Один день из жизни врача». (12+)

17.00 «Открытая наука». (12+)

18.00 «Губернские новости». (12+)

20.45 «АБОРИГЕН». (16+)

23.45 «КИНО. КОРОТКИЙ МЕТР». (18+)

00.10 «Очень личное». (12+)

00.45 03.50 «Конструкторы будущего». (12+)

03.50 «Путь к Победе». (16+)

04.50 «ЧЕМПИОНЫ». (16+)

06.25 «СТРЕЛЬЦОВ». (16+)

08.10 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)

10.10 «БАЛАБОЛ». (16+)

15.00, 19.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)

22.55 «СМОТРИ НА МЕНЯ!» (16+)

Нина Левицкая, бывшая оперная певица и мама четверых детей, ничего не знает о судьбе своего мужа, пропавшего из виду почти год назад. По слухам, отец семейства, ответственный работник Александр должен находиться где-то в Москве.

01.00 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)

02.45 «ДиноСити». (0+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Три котика». (0+)

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)

07.30 «Оранжевая корова». (0+)

09.00 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)

09.15 «Робокар Поли и его друзья». (0+)

09.30 «Геройчики». (0+)

10.45 «Всё, что вы хотели знать!» (6+)

11.10 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)

11.25 «Династер». (6+)

11.35 «Барбоскины». (0+)

13.05 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)

13.35 «Инфинити Надо». (6+)

14.00 «Карбот». (6+)

14.30 «Навигатор. Новости». (0+)

14.40 «Фиксики». (0+)

16.40 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)

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

19.00 «Кот Басик». (0+)

19.10 «Мастер Витя и Мотор». (0+)

21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

21.15 «Горошек и компания». (6+)

22.10 «Фьюжн Макс. Новая эра». (6+)

22.25 «Армор Рейнджеры». (6+)

22.40 «Дикие скричеры!» (6+)

23.05 «Метал Кард Бот». (6+)

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

01.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)

02.45 «ДиноСити». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00, 04.15 Освобождение: решающие битвы. (12+)

00.40, 05.00, 16.55, 20.50 Пётр I Великий. (12+)

01.35, 06.00 Уроки Нюрнберга. (12+)

02.05, 06.25 Историограф. (12+)

02.50 Русское наследие. Южные рубежи. (12+)

03.10 Восточный фронт. (12+)

03.55 Россия научная. Великие имена. (12+)

07.10 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+)

08.05, 08.50 Нобелевские лауреаты. (16+)

09.40 Карим Хакимов. (12+)

10.20 Хронопот. (12+)

10.50 Тайное становится явным. (12+)

11.10 Имена неlegalной разведки. (12+)

12.05 Карл Брюллов. Не сгораха. (12+)

13.10 Земля: Крушение империи. (12+)

14.10 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)

14.25 Ледоколы войны: «Иосиф Сталин». Мировой рекорд. (12+)

15.10, 19.00, 23.00 Вторая Мировая. Великая Отечественная. (16+)

16.05 Версаль - цена величия. (16+)

18.15 Ледоколы войны: «Анастас Микоян». Огненный рейс. (12+)

20.00 Кровавое правление Стюартов: Карл II 1661-1685. (16+)

22.05 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)

22.25 Русь изначальная: Русский путь. (12+)

ИСТОРИЯ

06.00, 02.10 Леди Сапиенс. (12+)

06.50, 03.00 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. (12+)

07.45, 08.30, 18.50, 19.40, 03.45, 04.30 Настоящая война престолов. (12+)

09.20 Спасённые шедевры России. Керамика. (12+)

10.10 Мастера Рима. Микеланджело, Рафаэль и Леонардо да Винчи. (12+)

11.05 Михаил Горбачёв. Сегодня и тогда. (12+)

12.35 Елисейский дворец: тайное и явное. (16+)

13.30 Владимир Крючков. Последний председатель. (12+)

14.20 Динозавры. Как они исчезли. (12+)

15.15 Мой первый Жванецкий. (12+)

16.10 Дети Шоа. (12+)

17.10 Демоны Рейха. Йозеф Геббельс. (12+)

18.00 Великие комбинаторы. (12+)

20.25, 20.40 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (12+)

20.55 Джейн Мэнсфилд: звезда фабрики грёз. (16+)

21.55 Мисс ТВ СССР и шесть веселых мужчин. (12+)

22.45 Её звали Грейс Келли. (16+)

23.45 Андрей Миронов. Держась за облака. (12+)

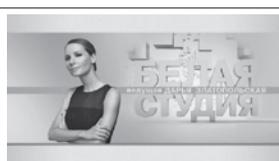
00.35 Пятьдесят оттенков шоколада. (12+)

01.25 Роман с сериалом. (12+)

05.15 СССР. Империя наоборо- (12+)

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

РОССИЯ К
Культура



15.35 Белая студия

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.20 Легенды мирового кино
- 07.45 13.00 21.55 «Сокровища Московского Кремля»
- 08.50 22.50 «ОТВЕРЖЕННЫЕ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 00.00 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.15 «XX век»
- 12.00 18.15 02.30 «Роман в камне»
- 12.45 Новости. Подробно. Кино
- 13.55 00.15 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
- 15.35 Белая студия
- 16.30 Библейский сюжет
- 17.15 Исторические концерты
- 18.45 «Острова»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Правила жизни
- 20.35 Абсолютный слух
- 21.15 Власть факта
- 01.45 «XX век»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



15.05 «ОРЛИНСКАЯ: ТАЙНА ВЕНЕРЫ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: МЁРТВЫЕ ДУШИ». (16+)
- 10.35 04.25 «Сергей Филиппов. Есть ли жизнь на Марсе...» (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 02.55 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ОРЛИНСКАЯ: ТАЙНА ВЕНЕРЫ». (16+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Ваше благородие». (16+)
- 18.10 «ЗАГАДКА ЭЙЛЕРА». (16+)
- 20.00 «ЗАГАДКА САНГАКУ». (16+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Тайная комната» (16+)
- 01.30 «Знак качества». (16+)
- 02.10 «Хозяйки Белого дома». (18+)

ТВ-3



09.00 «Слепая». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 09.00 «Слепая». (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 15.30 «Слепая». (16+)
- 18.00 «ЛИСА». (16+)
- В собственной квартире найдем мертвым заслуженный артист и любимец публики Вячеслав Становой. Отравился солидной дозой никотина, который был подмешан в консервы.
- 20.00 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- В канун Нового года Сергей с Денисом пытаются раздобыть денег. Они фотографируют задержанного мошенника в милицейской форме и выдают его за погибшего следователя.
- 22.00 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 23.00 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (18+)
- 01.00 «Вокруг Света. Места Силы». (16+)

ДОМАШНИЙ



11.15 «Порча». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.10 23.00 «Понять. Простить». (16+)
- 11.15 00.10 «Порча». (16+)
- 12.25 «Знахарка». (16+)
- 13.00 «Верну любимого». (16+)
- 13.35 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.10 Красивая и счастливая 45+. (16+)
- 14.25 «ПТИЦА СЧАСТЬЯ». (16+)
- 19.00 «ЦВЕТОК ГРАНАТА». (16+)
- 01.00 «Знахарка». (16+)
- 01.25 «Верну любимого». (16+)
- 01.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.20 Тест на отцовство. (16+)
- 04.00 «Предсказания: 2026». (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 Известия. (16+)

05.25 09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)

09.45 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)

17.00 Известия. (16+)

17.30 «СЛЕД». (16+)

22.20 01.15 «СВОИ-7». (16+)

23.05 00.30 «СВОИ-5». (16+)

00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)

02.05 «СЛЕД». (16+)

04.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)

11.40 «Щит и меч». (16+)

12.20 13.25 «БАРМЕН ИЗ ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

14.25 15.05 17.15 04.00 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «И ЭТО ВСЕ О НЕМ». (12+)

01.40 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (12+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)

11.40 «Щит и меч». (16+)

12.20 13.25 «БАРМЕН ИЗ ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

14.25 15.05 17.15 04.00 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «И ЭТО ВСЕ О НЕМ». (12+)

01.40 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (12+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)

11.40 «Щит и меч». (16+)

12.20 13.25 «БАРМЕН ИЗ ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

14.25 15.05 17.15 04.00 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «И ЭТО ВСЕ О НЕМ». (12+)

01.40 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (12+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)

11.40 «Щит и меч». (16+)

12.20 13.25 «БАРМЕН ИЗ ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

14.25 15.05 17.15 04.00 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «И ЭТО ВСЕ О НЕМ». (12+)

01.40 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (12+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)

11.40 «Щит и меч». (16+)

12.20 13.25 «БАРМЕН ИЗ ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

14.25 15.05 17.15 04.00 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «И ЭТО ВСЕ О НЕМ». (12+)

01.40 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (12+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)

11.40 «Щит и меч». (16+)

12.20 13.25 «БАРМЕН ИЗ ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

14.25 15.05 17.15 04.00 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «И ЭТО ВСЕ О НЕМ». (12+)

01.40 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (12+)

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)

11.40 «Щит и меч». (16+)

12.20 13.25 «БАРМЕН ИЗ ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

14.25 15.05 17.15 04.00 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

23.15 «И ЭТО ВСЕ О НЕМ». (12+)

01.40 «ГОСТЬ С КУБАНИ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 «Такие разные». (12+)

11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)

12.00 04.00 «От 7 до 17». (12+)

12.30 03.00 «Футбол губернии». (12+)

13.00 «МАГОМАЕВ». (16+)

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

14.30 «День вместе». (12+)

15.00 «ОХОТНИКИ ЗА ИКОНАМИ». (16+)

15.45 00.30 «Полицейский вестник». (12+)

16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)

17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)

18.00 «Документальное кино». (12+)

18.30 «Азбука Православия». (12+)

18.45 00.45 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)

19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)

20.00 22.00 01.30 «Формула здоровья». (12+)

20.30 «Территория успеха». (12+)

22.30 03.30 «Точка.ру». (12+)

23.00 «КАК ВЛЮБИТЬСЯ ЗА 12 ДНЕЙ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 14.55 «Непобедимый». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 09.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 11.30 15.30 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 09.25 «Вопреки всему». (12+)
- 10.30 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура. (6+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 01.35 «Вид сверху». (12+)
- 16.45, 19.15 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 22.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
- 00.35 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура. (6+)
- 02.05 Лыжный спорт. Международный турнир. Двоеборье. Трансляция из Нижнего Тагила. (6+)
- 03.55 Новости. (0+)
- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 03.20 Лица Страны. (12+)
- 08.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 09.55 Прывики на лыжах с трамплина. Международный турнир. (6+)
- 11.00 13.10 22.20 18.50 Новости. (0+)
- 11.05 18.25 04.00 «6x6». (12+)
- 11.35 Художественная гимнастика. Чемпионат России. (6+)
- 12.30 По домам. (12+)
- 12.45 География спорта. (12+)
- 13.15 04.25 Бильярд. Лига чемпионов. (6+)
- 14.50 16.00 22.20 03.40 Спецрепортаж. (12+)
- 15.15 18.10 21.35 «Страна спортивная». (12+)
- 16.25 Футзал. Суперлига. (6+)
- 18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Баскетбол. Winline Basket Cup. (6+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.10 У-Дачный чарт. (16+)
- 07.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 08.10 Тееп чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
- 10.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00 Топ-30. (16+)
- 13.00 Лихие хиты. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Народный микрофон. (16+)
- 17.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.45 Артист - не настоящий! Нейрорети победители! (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 Топ-30. (16+)
- 00.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 01.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «АНЖЕЛИКА, МАРКИЗА АНГЕЛОВ». (16+)
- 07.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ АНЖЕЛИКА». (16+)
- 09.35, 11.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 13.05 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
- 14.55 «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ». (16+)
- 17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 18.25 «ВАСАБИ». (16+)
- 20.00 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (16+)
- 21.45, 22.40, 23.35, 00.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.15 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 02.25, 03.50, 05.15 «ЗАКОЛДОВАННОЕ КОРОЛЕВСТВО». (16+)
- 03.40 «МАМЫ». (12+)
- 05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Три кота», «Смешарики». (6+)
- 08.45 «ТУР С ИВАНУШКАМИ». (16+)
- 10.45, 11.40 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
- 12.35 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 14.05 «ТЁЩА». (16+)
- 15.55 «Кошеч. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
- 17.15, 18.05 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 19.00 «ЦАРЕВНА-ЛЯГУШКА». (6+)
- 20.40 «ВОДИТЕЛЬ-ОЛИГАРХ». (16+)
- 22.15, 23.10 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
- 00.05 «Я БУДУ ЖИТЬ». (16+)
- 02.00 «С 8 МАРТА, МУЖЧИНЫ!» (16+)
- 03.40 «МАМЫ». (12+)
- 06.00 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (16+)
- 07.20 «ТЮРЯГА». (16+)
- 09.15 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
- 10.50 «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)
- 12.25 «РЭМБО IV». (16+)
- 14.00 «РЭМБО: ПОСЛЕДНЯЯ КРОВЬ». (16+)
- 15.35 «ХОРОШИЙ, ПЛОХОЙ, КОП». (16+)
- 17.20 «ПОЛНОЧЬ НА ЗЛАКОВОМ ПОЛЕ». (16+)
- 19.00 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)
- 21.00 «ГИПНОТИК». (16+)
- 22.30 «ЯЧЕЙКА 234». (16+)
- 00.00 «ПРИЗРАКИ В КОННЕКТИКУТЕ». (16+)
- 01.35 «БЕЛЫЙ ШУМ». (16+)
- 03.05 «БЕЛЫЙ ШУМ-2: СИЯНИЕ». (16+)
- 05.05 «Принцесса и дракон». Мультфильм. (6+)
- 06.10 «Большое путешествие». Мультфильм. (6+)
- 07.30 «Смешарики. ПинКод». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 10.05 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 15.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 22.30 Вечер вместе. «КЛАССИК». (16+)
- В ролях: Сергей Никоненко, Алексей Гуськов
- 00.30 Вечер вместе. «ОРЕЛ И РЕШКА». (16+)
- 02.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 03.35 «ЛЁГКО НА ПОМИНЕ». (16+)
- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
- 07.00, 07.30 «Приключения Паддингтона». (6+)
- 08.55 «Три кота». (0+)
- 10.05 «РАНЕТКИ». (16+)
- 15.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Даёшь нужно срочно лечь в клинику. Перед ней стоит непростой выбор - обычная больница с чудачковатым врачом или частное лечебное заведение? А главное, как ей убедить Венюка потратить все семейные средства на платную клинику?
- 17.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 21.25 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ» (16+)
- 02.10 «МАРГОША». (16+)
- 03.40 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 Встреча. (12+)
- 06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Святые родители. 2 серия. (0+)
- 12.10 День Патриарха. (0+)
- 12.20, 12.50 Монастырская кухня. (0+)
- 13.15 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 14.15 «ЗИМНЕЕ УТРО». (0+)
- 16.10 «НОЧНОЙ ЗВОНОК». (6+)
- 17.25 «ОЙ, МА-МОЧ-КИ!» 7 серия. (12+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 «Бесогоно». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 20.35 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 21.35 Романовы. Судьба русского Крыма. 2 серия. (0+)
- 22.30 Поле битвы. (16+)
- 23.20 День Патриарха. (0+)
- 23.30 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.25 Святыни христианского мира: Неопалимая купина. (0+)
- 00.50 Когда Бог на первом месте. (0+)
- 01.35 Святые родители. 2 серия. (0+)
- 02.35 Поле битвы. (16+)
- 03.20 Простые чудеса. (12+)
- 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

Православный календарь

11 марта
Седмица 3-я Великого поста. Глас 6.
Свт. Порфирия, архиеп. Газского.



Мч. Севастиана и Христодула. Прп. Севастиана Пошехонского. Сщмч. Михаила пресвитера. Сщмч. Петра пресвитера. Сщмч. Сергия пресвитера. Прмц. Анны. Сщмчч. Иоанна, еп. Рыльского, и Иоанна пресвитера.

Постный день.
« Не ищите и не ожидайте любви от людей; всеми силами ищите и требуйте от себя любви и сострадания к людям».
Свт. Игнатий Брянчанинов

7 ПЕРВЫЙ



16.05 «Мужское / Женское». (16+)

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

РОССИЯ 1 РОССИЯ



23.55 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ». (16+)
Анне снова приходится вернуться в Петербург - у её отца инсульт. К Анне за помощью обращается Таисия, сотрудница ЗАГСа. Она жалуется на беспричинные приступы страха.
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «МАМОНТЫ». (16+)
- 23.55 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.35 «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ». (16+)

НТВ



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

- 04.55 «ПЁС». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «НОВАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
В Бердянске похищают врача скорой. Пока оперативники пытаются что-то выяснить, происходит похищение ризлтора. Забелин просит Пеликана по своим каналам выяснить, как погибла мать Ивана Вера.
- 22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА». (16+)
- 00.20 «Сегодня»
- 00.40 «Поздняков». (16+)
- 00.55 «ПОРТ». (16+)

СТС СТС



05.20 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 «С - СЧАСТЬЕ». (12+)
- 06.05 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
- 06.15 «100 мест, где поесть». (16+)
- 10.05 «ВАСИЛИЙ». (16+)
- 12.20 «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА». (16+)
Новый учебный год в вечерней школе начинают взрослые ученики: сотрудник ППС, водитель автобуса, продавец, бывшая участница конкурсов красоты, экс-заключённый, пенсионерка, мигрант и пара подростков.
- 21.00 «ШАЛЬНАЯ ПУЛЯ». (16+)
- 22.55 «НЕУДЕРЖИМЫЙ». (16+)
- 00.50 «ИСКУССТВО ОГРАБЛЕНИЯ». (18+)
- 02.20 «ИП МАН: НАЧАЛО». (16+)
- 03.35 «НЕПОТОПЛЯЕМЫЕ». (16+)
- 05.20 Уральские пельмени. (16+)

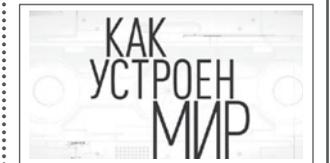
ТНТ ТНТ



07.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 19.00 «МОТАЙ». (16+)
- 21.30 «ПРАЗДНИКИ». (16+)
- 23.25 «БРАТЬЯ». (16+)
Два брата... Они так не похожи друг на друга. Старший, Сэм - браваый офицер, любящий муж и отец. А младший, Томми, мечется по жизни, словно ходит по лезвию бритвы. Уезжая добровольцем на войну в Афганистан, Сэм просит Томми позаботиться о детях и жене Грейс.
- 01.25 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
Новый тип оружия сделал даже крупнейшие сверхдержавы беспомощными перед вторжением войск противника. Американский морской пехотинец Джек Эккерт возвращается свой родной город Спокан, где живут его отец, сержант полиции Том Эккерт, и брат Мэтт.
- 02.55 «Однажды в России». (16+)
- 05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
- 05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

REN



09.00 «Как устроен мир». (16+)

- 05.00 18.00 00.40 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 01.25 «Тайны Чапмана». (16+)
- 20.00 «ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ». (16+)
- 22.45 23.25 «ЛИНИЯ ГОРИЗОНТА». (16+)
Тропический остров. Свадьба друзей. Частный самолет... Все складывалось как нельзя лучше для Сары и Джексона, пока у пилота не случился сердечный приступ прямо в небе.
- 23.00 «Новости». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 06.00 Пятница News. (16+)
- 06.30 Гастротур. (16+)
- 07.00 Битва шефов. (16+)
- 09.00 Молодые ножи. (16+)
- 10.00 Адский шеф. (16+)
- 13.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)
- 19.00 Новые пацанки. (16+)
- 23.00 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
- 01.00 Пятница News. (16+)
- 01.30 На ножах. (16+)
- 03.30 Секреты на кухне. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 06.55 «Званый ужин». (16+)
- 08.40 «Муж напрокат». (16+)
- 10.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 12.20 «Супермама». (16+)
- 14.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 16.20 «Ждули». (16+)
Первое в мире реалисти «Ждули» о девушках, которые состоят в отношениях по переписке с мужчинами, находящимися в местах лишения свободы.
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Измены». (18+)
- 01.50 «Неотложка». (16+)
- 03.30 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ

- 06.10 Улётное видео. (16+)
- 14.00 «СОЛДАТЫ-5». (16+)
- 18.00 Дорожные войны. (16+)
- 19.30 Улётное видео. (16+)
Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя.
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.00 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
- 05.00 Дорожные драмы. (16+)

МИР

- 05.00, 06.15, 10.10 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
- 13.15 Мировое соглашение. (16+)
- 14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.35 Дела судебные. (16+)
- 20.25 Миллион за 5 минут. Дети. (6+)
- 21.10 Миллион за 5 минут. (16+)
- 21.50 Игра в кино. Битва блогеров. (16+)
- 22.35 Игра в кино. (16+)
- 23.20 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)
- 00.05 Наше кино. История большой любви. (16+)
- 01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
- 11.00 23.10 «Дети пещеры Кроманьон». (16+)
- 15.20 04.20 «ОРЁЛ И РЕШКА». (16+)
- 17.00 «Формула здоровья». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 20.45 «ЗА НАС С ВАМИ». (16+)
- 00.05 «Очевидно. Вероятно». (12+)
- 01.00 «На приёме у главного врача». (16+)
- 01.55 Отражение. Итоги. (12+)

ПОБЕДА

- 04.00 «Путь к Победе». (16+)
- 05.00 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
- 06.25 «ЕДИНИЧКА». (16+)
- 08.10 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
- 10.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 15.00, 19.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 22.55 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)
Фильм основан на реальной истории боевого пути Ади Шарипова, казахского ученого, писателя и общественного деятеля - от первого боя, до трагического ранения.
- 00.55 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
- 02.35 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Простоквашино». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Оранжевая корова». (0+)
- 09.00 «Супер Крылья. Суперкоманда». (0+)
- 09.15 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.30 «Геройчики». (0+)
- 10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Корона Снежной Королевы». (0+)
- 11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
- 11.15 «Барбоскины». (0+)
- 13.05 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 13.35 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.00 «Карбот». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.40 «Фиксики». (0+)
- 16.40 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
- 16.45 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
Маленькие истории о больших делах.
- 19.00 «Кот Басик». (0+)
- 19.10 «Лунтик». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.15 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
- 22.10 «Фьюжн Макс. Новая эра». (6+)
- 22.25 «Армор Рейнджеры». (6+)
- 22.40 «Дикие скричеры!» (6+)
- 23.05 «Метал Кард Бот». (6+)
- 23.30 «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 01.00 «Смешарики. Пин-код». (6+)
- 02.45 «ДиноСити». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (6+)
- 07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 07.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.05 «Бумажки». (0+)
- 08.20 «Барбоскины». (0+)
- 09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.30 «Фиксики». (0+)
- 10.55 «Сказочный патруль». (0+)
- 12.00 Время малышей. (0+)
- 13.00 «Геройчики». (0+)
- 14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
- 14.15 «Простоквашино». (0+)
- 15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 15.30 Время малышей. (0+)
- 17.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
- 17.25 «Лео и Тиг». (0+)
- 18.25 «Лунтик». (0+)
- 19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.45 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.45 «Бумажки». (0+)
- 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.25 «Буба». (6+)
- 22.00 «Армор Рейнджеры». (6+)
- 22.15 «Фиксики. Большой секрет». (6+)
- 23.35 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)
- 00.35 «Смешарики». (0+)
- 01.25 «Мини-Мишки». (0+)
- 02.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 03.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)
- 04.00 «Фиксики». (0+)
- 05.30 «Барбоскины». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Освобождение: решающие битвы. (12+)
- 00.40, 13.00, 16.50 Пётр I Великий. (12+)
- 01.40 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 02.05 Историограф. (12+)
- 02.50 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+)
- 03.45 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 04.10, 04.55 Нобелевские лауреаты. (16+)
- 05.40 Карим Хакимов. (12+)
- 06.25 Хронотоп. (12+)
- 06.55 Тайное становится явным. (12+)
- 07.10 Имена нелегальной разведки. (12+)
- 08.10 Карл Брюллов. Не гора раша. (12+)
- 09.10 Земля: Крушение империи. (12+)
- 10.10 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 10.25, 14.15 Ледоколы войны. (12+)
- 11.10, 15.00, 19.00, 23.00 Вторая Мировая. Великая Отечественная. (16+)
- 12.10 Версаль - цена величия. (16+)
- 16.00 Кровавое правление Стюартов. (16+)
- 18.05 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 18.25, 22.25 Русь изначальная. (12+)
- 20.00 Это подкаст. История: Строители фараонов: трудовое население Древнего Египта. (12+)
- 20.55 Лаборатории смерти. Как работал японский «Отряд 731». (16+)
- 21.55 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Туннели под Аррасом. (16+)
- 06.55 Легенды Европы: Бургундия. (12+)
- 07.55 Легенды Европы: Север. (12+)
- 08.50, 09.40 «Титаник» в цвете. (16+)
- 10.35, 11.25 Загадки Древнего Египта. (16+)
- 12.10 Тайны Парижа: Отравители. (16+)
- 12.40 Тайны Парижа: Парижские катакомбы. (16+)
- 13.10 Последняя тайна Мэрилин. (12+)
- 14.10 Мир Джона Уика. (16+)
- 16.25 Легенды Европы: Париж. (12+)
- 17.20 Легенды Европы: Шотландия. (12+)
- 18.20 Загадки Древнего Египта: Злодейство и порок. (16+)
- 19.10 Загадки Древнего Египта: Древние символы современной эпохи. (16+)
- 20.00 Карты убийств: В тени Джека. (16+)
- 20.50 Карты убийств: Ужас в Бермондси. (16+)
- 21.40 Битва титанов: Конвой в ад. (16+)
- 22.35 Битва титанов: Потопить «Бисмарк». (16+)
- 23.30 Мир Джона Уика. (16+)
- 01.45 Загадки Древнего Египта: Вера и суеверия. (16+)
- 02.30 Загадки Древнего Египта: Египетский гений. (16+)
- 03.15, 03.40 Тайны Парижа. (16+)
- 04.10 Последняя тайна Мэрилин. (12+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 02.20 Спасённые шедевры России. Керамика. (12+)
- 06.45, 03.05 Мастера Рима. Микеланджело, Рафаэль и Леонардо да Винчи. (12+)
- 07.45, 04.00 Михаил Горбачёв. Сегодня и тогда. (12+)
- 09.10 Елисейский дворец: тайное и явное. (16+)
- 10.10, 05.15 Владимир Крючков. Последний председатель. (12+)
- 10.55 Динозавры. Как они исчезли. (12+)
- 11.55 Мой первый Жванецкий. (12+)
- 12.50 Дети Шоа. (12+)
- 13.50 Великие комбинаторы. (12+)
- 14.45, 15.30, 00.50, 01.35 Настоящая война престолов. (12+)
- 16.20, 16.35 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (12+)
- 16.50 СССР. Империя наоборот. Молдавия. (16+)
- 17.40 Джейн Мэнсфилд: звезда фабрики грёз. (16+)
- 18.40 Мисс ТВ СССР и шесть всесильных мужчин. (12+)
- 19.30 Её звали Грейс Келли. (16+)
- 20.30 Андрей Миронов. Держась за облака. (12+)
- 21.20 Пятьдесят оттенков шоколада. (12+)
- 22.15 Роман с сериалом. (12+)
- 23.05 Леди Сапиенс. (12+)
- 00.05 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. (12+)

РОССИЯ К
Культура



20.05 Открытая книга

- 06.30 Диалоги о животных
07.20 Легенды мирового кино
07.45 13.00 21.55 «Сокровища Московского Кремля»
08.50 22.50 «ОТВЕРЖЕННЫЕ»
10.00 12.30 17.00 19.30 00.00 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.15 01.45 «XX век»
12.45 Новости. Подробно.
Театр
13.55 00.15 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
15.20 18.15 «Роман в камне»
15.50 Сати. Нескучная классика...
16.30 Моя любовь - Россия!
17.15 Исторические концерты
18.45 «Острова»
19.45 Главная роль
20.05 Открытая книга
20.30 «Роман о влюблённых». Никто не виноват!
21.15 Энигма

ТВЦ



15.05 «ОРЛИНСКАЯ: КОЗНИ АМУРА». (16+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: КУКУШКА». (16+)
10.35 04.20 «Надежда Румянцева. Неподдающаяся». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 02.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «ОРЛИНСКАЯ: КОЗНИ АМУРА». (16+)
16.55 «Актёрские драмы. Сильная женщина». (16+)
18.10 «ЗАГАДКА БРЮСА БЕДЛАМА». (16+)
20.00 «ЗАГАДКА ФУДЗИТЫ». (16+)
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Актёрские драмы. Без комплексов». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.35 «Петровка, 38». (16+)
00.50 «Следствие ведёт КГБ». (16+)
01.30 «Чужой муж». (16+)

ТВ-3



20.00 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.30 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
09.00 «Слепая». (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
15.30 «Слепая». (16+)
18.00 «ЛИСА». (16+)
Собирать грибы вышли четверо, а вернулись только трое. Валу находят тем же вечером. В ее спине торчит нож. Вскоре точно так же убивают лучшую подружку Вали.
20.00 «ГЛУХАРЬ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
К Антошину с необычной просьбой обратилась Вера. Она - заочница, т. е. женщина, ведущая любовную переписку с заключенными. Один из ее эпистолярных романов закончился совсем не так, как она планировала: некто Чигарев был амнистирован и переехал к ней жить.
23.00 «ДОМОВОЙ». (18+)
01.00 «Вокруг Света. Места Силы». (16+)

ДОМАШНИЙ



12.55 «Знахарка». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.30 Давай разведёмся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 00.00 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «ДВОЙНАЯ ПЕТЛЯ». (16+)
19.00 «МАРАФОН СЕРДЦА». (16+)
22.55 «Понять. Простить». (16+)
00.55 «Знахарка». (16+)
01.20 «Верну любимого». (16+)
01.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.15 Тест на отцовство. (16+)
03.55 «Предсказания: 2026». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
05.25 09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
08.25 Ваше здоровье! (12+)
09.40 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «СВОИ-7». (16+)
23.05 00.55 «СВОИ-5». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 День ангела. (6+)
01.40 «СВОИ-7». (16+)
02.30 «СЛЕД». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
11.40 «Щит и меч». (16+)
12.25 13.25 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
14.25 15.05 17.15 05.10 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
23.15 «И ЭТО ВСЕ О НЕМ». (12+)
01.40 «БАРМЕН ИЗ «ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 18.00 04.00 «Формула здоровья». (12+)
11.30 «От 7 до 17». (12+)
11.55 17.25 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
12.30 03.30 «Документальное кино». (12+)
13.00 «МАГОМАЕВ». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ОХОТНИКИ ЗА ИКОНАМИ». (16+)
15.45 «Азбука Православия». (12+)
16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
18.30 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)
18.45 00.45 «Специальный репортаж. Безопасность». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 01.30 «Современники». (12+)
20.20 22.20 «Общее дело». (12+)
20.30 22.30 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
23.00 «ЗЕМЛЯ ОБЕТОВАННАЯ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** МАТЧ! ТВ
06.00 14.55 «Непобедимый». (12+)
06.30 «Вид сверху». (12+)
07.00 09.00 12.55 15.25 Новости
07.05 11.30 15.30 23.35 Все на Матч! Прямая трансляция
09.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
09.25 «Вопреки всему». (12+)
10.30 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура. (6+)
13.00 Есть тема! Прямая трансляция
14.25 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
16.45 «Финт Боброва». (12+)
19.25 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
20.25 Смешанные единоборства. (16+)
22.00 Бильярд. BetBoom. Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
00.35 Евротур. (12+)
01.35 Матч! Парад. (16+)
02.05 Пр прыжки на лыжах с трамплина. Международный турнир. Трансляция из Нижнего Тагила. (6+)
- МАТЧ! СТРАНА** МАТЧ! СТРАНА
06.00 16.55 23.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
07.50 01.45 Лица Страны. (12+)
08.05 20.00 Баскетбол. Winline Basket Cup. (6+)
09.55 Пр прыжки на лыжах с трамплина. Международный турнир. (6+)
11.00 13.10 16.20 19.25 Новости. (0+)
11.05 19.30 04.00 «Вид сверху». (12+)
11.35 Художественная гимнастика. Чемпионат России. (6+)
13.15 04.25 Бильярд. Лига чемпионов. (6+)
14.50 «Леонид Тягачёв». (6+)
15.35 География спорта. (12+)
16.00 21.55 22.20 03.40 Спецрепортаж. (12+)
16.25 «бхб». (12+)
18.45 Небесная грация. (6+)
19.05 «Страна спортивная». (12+)
22.40 Есть тема! (16+)
02.00 Дзюдо. Мировой тур. Гран-при. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ** МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.10 Яндекс.Музыка. (16+)
07.00, 07.30 10 самых! (16+)
08.00 Хиты по-русски. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)
10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
11.00 Плейлист | Весна. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Ждите ответа. (16+)
14.00 Плейлист | Весна. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
16.00 Love Radio чат. (16+)
17.00 Короли чартов. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Хит-Сториз. (16+)
18.55 Плейлист | Весна. (16+)
19.45 Кто следующий? (16+)
20.40 Плачу на техно. (16+)
21.40 PRO-новости. (16+)
22.00 Прогноз по году. (16+)
23.00 Лихие хиты. (16+)
00.00 Плейлист | Весна. (16+)
01.00 Хиты по-русски. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VJU TV1000 RUSSKOE** **VJU TV1000 RUSSKOE**
06.40 «АНЖЕЛИКА И КОРОЛЬ». (16+)
08.35 «НЕУКРОТИМАЯ АНЖЕЛИКА». (16+)
10.10, 11.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
13.40 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)
15.05 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)
17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
18.15 «ОСТРОВ ГОЛОВОРЕЗОВ». (16+)
20.35 «БАНДИТКИ». (16+)
22.10, 23.00, 23.55, 00.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
01.35 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
02.40 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
04.05 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- VJU TV1000 RUSSKOE** **VJU TV1000 RUSSKOE**
05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.45 «МАРАФОН ЖЕЛАНИЙ». (16+)
10.25, 11.20, 22.15, 23.10 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
12.15 «ВОДИТЕЛЬ-ОЛИГАРХ». (16+)
13.50 «ЦАРЕВНА-ЛЯГУШКА». (6+)
15.30 «Ганзел, Гретель и Агентство Магии». (6+)
17.20, 18.05 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
19.00 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
20.35 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
00.10 «ОДНА». (16+)
01.55 «ЧУЖАЯ». (16+)
03.30 «НА ОЩУПЬ». (16+)
- VJU TV1000 ACTION** **VJU TV1000 ACTION**
06.05 «ДИТЯ ОСИРИСА». (16+)
07.35 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
09.55 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
12.05 «БОРДЕРЛЕНДС». (16+)
13.40 «МАКС СТИЛ». (16+)
15.15 «МИССИЯ «НЛО»». (16+)
17.10 «БАГРОВЫЕ РЕКИ». (16+)
19.00 «БАГРОВЫЕ РЕКИ-2: АНГЕЛЫ АПОКАЛИПСИСА». (16+)
20.35 «МИСТЕРИУМ. ОХОТНИКИ НА ФАЗАНОВ». (18+)
22.40 «ИМПЕРИЯ ВОЛКОВ». (16+)
Детективный триллер, Франция, Италия, Турция, 2005 г.
00.50 «ХОРОШИЙ, ПЛОХОЙ, КОП». (16+)
02.30 «ПАТРУЛЬ». (16+)
04.05 «АРЕС». (16+)
- СУББОТА!** **СУББОТА!**
05.00, 16.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
15.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
17.00, 18.00, 19.00, 20.00 «ПРОСПЕКТ БРАЗИЛИИ». (16+)
21.00, 22.00 Богиня шопинга. (16+)
23.10 «КЛОН». (16+)
00.00 Суббота News 2026. (16+)
00.10, 01.20 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
Сериал. Драма, мелодрама, Турция, 2019 г.
02.10, 02.50 «Ты - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
03.35 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
04.10 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ** **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ** **ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**
00.45 «ИТАЛЬЯНСКИЕ КАНИКУЛЫ». (16+)
02.40 «НОВОГОДНИЙ ОЛ ИМ-КЛЮЗИВ». (12+)
04.10 «ГОРОДСКОЙ ОХОТНИК». (18+)
05.50 «КОЛЯ, ДОМОЙ!» (16+)
07.30 «КОНЕЦ СЛАВЫ». (16+)
09.15 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ СРУБЛЕНКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)
11.05 «СВИНГЕРЬ». (18+)
12.50 «ЖДУН». (6+)
14.40 «ТАКСИ». (16+)
16.15 «НОВОГОДНИЙ ШЕФ». (12+)
17.50 «ТАКСИ 3». (16+)
19.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
21.15 «ВОЛШЕБНИК ИЗ УМРУДНОГО ГОРОДА. ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО КИРПИЧА». (6+)
- 06.40 Мультфильмы. (16+, 0+)
08.25 «ПРИЕЗЖАЯ». (16+)
10.15 «СТАНЦИОННЫЙ СМОТРИТЕЛЬ». (16+)
11.25 «ОСТАНОВИЛСЯ ПОЕЗД». (16+)
13.15 «НЕЖДАНО-НЕГАДАННО». (16+)
14.45 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО». (16+)
16.25 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (16+)
17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-6». (16+)
19.40 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (16+)
21.40 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
00.20 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (16+)
- 04.55 «Лунтик. Возвращение домой». Мультфильм. (6+)
06.05 «Большое путешествие. Специальная доставка». Мультфильм. (6+)
07.45 «Смешарики. ПинКод». Мультсериал. (6+)
08.30 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
10.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
15.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
22.30 Вечер вместе. «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
В ролях: Евгений Качук, Алиса Фрейндлих
23.55 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
01.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
03.10 «ЛЕДОКОЛ». (16+)
- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
07.00 «Приключения Паддингтона». Мультсериал. (6+)
08.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.05 «РАНЕТКИ». (16+)
15.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
17.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
Лёша хочет отметить день рождения в доме богатых Ивановых. Антон категорически против...
21.25 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
02.10 «МАРГОША». (16+)
После ссоры с Аней Марго лишается помощи с подбор гардероба...
03.30 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** **СПАС**
05.00 Встреча. (12+)
06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Когда есть Добрый дом. (0+)
11.15 Восхождение в Иерусалим. (6+)
12.10 День Патриарха. (0+)
12.20, 12.50 Монастырская кухня. (0+)
13.15 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
14.15 «4:0 В ПОЛЬЗУ ТАНЕЧКИ». (0+)
16.00 «НА ПРИВЯЗИ У ВЗЛЕТНОЙ ПОЛОСЫ». (0+)
17.25 «ОЙ, МА-МОЧ-КИ!» 8 серия. (12+)
18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдотолкованием). (0+)
- 19.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.35, 04.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдотолкованием). (12+)
21.35 Романовы. Судьба русского Крыма. 3 серия. (0+)
22.30 Поле битвы. (16+)
23.20 День Патриарха. (0+)
23.30 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
00.25 Святые христианского мира: Святые Сионской гонимцы. (0+)
00.50 Тайна Ноева Ковчега. (0+)
01.35 Молодая гвардия 2.0. (16+)
02.35 Поле битвы. (16+)
03.20 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

12 марта
Седмица 3-я Великого поста. Глас 6.
Прп. Прокопия Декаполита, исп.



Прп. Фалалея Сирийского. Прп. Тита, пресвитера Печерского. Прп. Тита Печерского, бывшего воина. Сщмч. Сергия пресвитера. Мч. Михаила.

Постный день.

«Злой человек, когда сам себе враг, что может сделать и другим, как не зло же? Лучше со зверями жить, нежели с злыми людьми».
Свт. Иоанн Златоуст

ПЕРВЫЙ



19.45 «Поле чудес». (16+)

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

РОССИЯ 1



05.00 Утро России

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «ПОТЕРЯННЫЙ КЛЮЧ». (16+)
С Анной встречается её бывшая клиентка Вера. У её соседки Гали проблемы с мужчинами. Галина всю жизнь ищет «принца на белом коне». Первый муж, за которого Галина вышла замуж в молодости, обещал ей «золотые горы», однако оказался алкоголиком.
16.30 Вести
17.00 Прямой эфир. (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «МАМОНТЫ». (16+)
00.05 «Истории Большой Страны». (12+)
01.55 «РАДИ ТВОЕГО СЧАСТЬЯ». (12+)

НТВ



17.55 «Жди меня». (12+)

- 04.40 «ПЁС». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
09.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «НОВАЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
Ивана отпускают под подписку о невыезде, Забелин забирает его к себе и просит не выходить из дома.
22.15 «КАНЦЕЛЯРСКАЯ КРЫСА». (16+)
00.20 «Своя правда». (16+)
02.10 «Квартирный вопрос». (0+)
03.00 «ПОСЛЕДНИЙ ВАГОН: ВЕСНА». (18+)

СТС



10.20 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 Уральские пельмени. (16+)
Смешные и смелые, забавные и непредсказуемые, всегда разные! Творческий тандем Андрея Рожкова, Дмитрия Брекоткина, Дмитрия Соколова, Сергея Нетиевского, Вячеслава Мясникова, Максима Ярицы, Сергея Исаева, Сергея Ершова и Юлии Михалковой не оставит равнодушным даже самого строгого критика. Они не актеры, они - мастера перевоплощения. В их богатом арсенале - убийные шутки, искрометные шаржи и уморительные песни.
10.20 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
19.30 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)
21.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
05.55 Уральские пельмени. (16+)

ТНТ



23.00 «Stand up». (18+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
20.00 «Комеди Клуб». (16+)
Это не просто шоу - это культурный маркер. Смелые шутки, точные попадания в актуальные темы и разнозвезд без пощады. Не важно, кто ты - артист, блогер или политик - если ты стал героем Comedy Club, тебя точно заметили.
22.00 «Комеди Клуб. Летние дайджесты-2024». (16+)
23.00 «Stand up». (18+)
Новый сезон культового шоу, в котором комики делятся своими мыслями, и делают это невероятно смешно. Зрителей ждёт куча сюрпризов: новые лица со свежими шутками и возвращение культовых героев жанра, которых многие зрители ждали уже давно.
00.00 «Женский стендап». (18+)
03.30 «Однажды в России». (16+)

РЕН



18.00 «Главные тайны мира». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 Документальный спецпроект. (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 17.00 03.45 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Главные тайны мира». (16+)
19.00 Информационная программа 112. (16+)
20.00 «АНТИТЕЛА». (16+)
21.40 «НАЁМНИК». (16+)
23.45 «СПУСК В БЕЗДНУ». (18+)
01.20 «ХРОНИКИ ХУАДУ: ЛЕЗВИЕ РОЗЫ». (18+)
03.00 «Главные тайны мира». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
06.30 Гастротур. (16+)
07.30 Битва шефов. (16+)
09.30 Молодые ножи. (16+)
11.30 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
14.00 Новые пацанки. (16+)
19.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
00.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (16+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.30 На ножах. (16+)
03.30 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
07.05 «Муж напрокат». (16+)
Вы устали от собственного мужа, а он от вас? Вам надоели ежедневные скандалы? Тогда попробуйте расстаться и провести несколько дней с партнерами, которые вам кажутся идеальными!
08.55 «Моя свекровь - монстр». (16+)
14.35 «Мама в 16». (16+)
17.45 «Селянка-горожанка». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.00 «Измены». (18+)
01.45 «Неотложка». (16+)
03.30 «Моя-твоя еда». (0+)
04.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.10 Дорожные драмы. (16+)
08.10 Улетное видео. (16+)
12.30 Улетные животные. (16+)
16.00 «СНАЙПЕР: ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
19.50 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)
1943 год. Небольшой советской диверсионной группе предстоит выполнить сложное и ответственное задание.
23.30 Опасные связи. (18+)
02.00 «+100500». (18+)
03.00 «+100500». (16+)
05.50 Улетные животные. (16+)

МИР

- 05.00 Понять. Простить. (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 Вместе каждый день
06.15 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (16+)
08.00 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (16+)
14.10, 15.05, 16.15, 18.20, 18.35 Дела судебные. (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
16.15 Обману. Нет. (16+)
19.30 «ПРИСТУПИТЬ К ЛИКВИДАЦИИ». (16+)
Детектив
22.20 «СТРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
00.10 «МИМИНО». (16+)
01.45 Наше кино. История большой любви. (16+)
02.10 «ТАХИР И ЗУХРА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10
11.25 «Почитаем!» (16+)
11.45 «Неслучайное дело». (12+)
15.15 «ПЕРВЫЙ ТРОЛЛЕЙ-БУС». (16+)
17.00 «Азбука Православия». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «ПОБЕГ». (16+)
22.40 «ЛАБИРИНТЫ ПРОШЛОГО». (16+)
00.45 «ДОРОГА НА ВЭЛ-ВИЛЛ». (18+)
02.50 «НЕ СТРЕЛЯЙТЕ В БЕЛЫХ ЛЕБЕДЕЙ». (16+)

ПОБЕДА

- 04.10 «Путь к Победе». (16+)
05.10 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». (16+)
История одной боевой операции времен Второй мировой войны.
06.30 «РУБЕЖ». (16+)
08.10 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
10.10 «БАЛАБОЛ». (16+)
15.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (16+)
19.00 «БАТАЛЬОН». (16+)
23.00 «ТАНКИ». (16+)
00.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
Военная драма по рассказу забайкальской писательницы Елены Чубенко.
02.00 «КУКУШКА». (16+)
03.45 «СУДЬБА ДИВЕРСАНТА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Три кота». (0+)
10.45 «Студия Каляки-Маяки». (0+)
11.10 «Барбоскины». (0+)
13.05 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
13.35 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Карбот». (6+)
14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
Чемпион Всероссийских соревнований по ушу! Победитель Первенства России по ушу в своей возрастной категории! Обладатель золотой медали Международного чемпионата «Moscow Wushu Stars!» в гостях у Саши и Маши - Матвей Халиуллин!
14.40 «Фиксики». (0+)
16.40 «Ум и Хрум». (0+)
20.45 «Кот Басик». (0+)
У самого обычного молодого программиста живет совершенно необычный кот по имени Басик. Он наделен сверхъестественным интеллектом. Впрочем, это никого не удивляет. В современном мире не принято удивляться. И очень зря! Ведь Басик действительно удивительный кот. Он умный, сдержанный, заботливый и, к тому же, настоящий джентльмен.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
23.00 «Четверо в кубе». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (6+)
07.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
07.15 «Маша и Медведь». (0+)
08.05 «Бумажки». (0+)
08.20 «Барбоскины». (0+)
09.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
09.30 «Фиксики». (0+)
10.55 «Сказочный патруль». (0+)
12.00 Время малышей. (0+)
13.00 «Геройчики». (0+)
14.00 «Джи-Джи Бонд: супергонщик». (6+)
14.15 «Простоквашино». (0+)
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
15.30 Время малышей. (0+)
17.00 «Супер Крылья. Суперкоманда и мир Динозавров». (0+)
17.25 «Лео и Тиг». (0+)
18.25 «Лунтик». (0+)
19.00 «Кошечки-собачки». (0+)
19.45 «Маша и Медведь». (0+)
20.40 «Бумажки». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.25 «Буба». (6+)
22.00 «Армор Рейнджеры». (6+)
22.15 Фиксики против крабов. (6+)
23.40 «Сказочный патруль. Дорога домой». (0+)
00.35 «Смешарики». (0+)
01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
02.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
03.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)
04.00 «Фиксики». (0+)
05.30 «Барбоскины». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00, 00.45 Нобелевские лауреаты. (16+)
01.30 Карим Хакимов. (12+)
02.15 Хронопол. (12+)
02.45 Тайное становится явным. (12+)
03.00 Имена нелегальной разведки. (12+)
04.00 Обыкновенная История. (6+)
04.10 Карл Брюллов. Не сгораша. (12+)
05.10 Земля: Крушение империи. (12+)
06.10 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
06.25, 10.15 Ледоколы войны. (12+)
07.10, 11.00, 15.00, 19.00, 23.00 Вторая Мировая. Великая Отечественная. (16+)
08.10 Версаль - цена величия. (16+)
09.00, 12.50, 20.40 Пётр I Великий. (12+)
12.00 Кровавое правление Стюартов. (16+)
14.05 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
14.25, 18.25 Русь изначальная. (12+)
16.00 Это подкаст. История: Строители фараонов: трудовое население Древнего Египта. (12+)
16.55 Лаборатории смерти. Как работал японский «Отряд 731». (16+)
17.55 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)
20.00 Освобождение: решающие битвы: Жуков против Моделя. Тернопольский котел. (12+)
21.45 Уроки Нюрнберга: Концлагеря. (12+)
22.10 Историограф. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Битва титанов: Потопить «Бисмарк». (16+)
07.05 Охрид и окрестности, Северная Македония. (12+)
07.35, 08.35 Легенды Европы. (12+)
09.30 Её звали Грейс Келли. (16+)
10.30 Аль Капоне: криминальная империя. (16+)
11.40, 12.30 Загадки Древнего Египта. (16+)
13.15, 14.05 Карты убийств. (16+)
15.00 Свадьба века. (16+)
16.25 Легенды Европы: Греция. (12+)
17.20 Легенды Европы: Норвегия. (12+)
18.15 Загадки Древнего Египта: Здоровье и богатство. (16+)
19.10 Загадки Древнего Египта: Упадок и падение. (16+)
20.00 Карты убийств: В поисках доктора Криппена. (16+)
20.50 Карты убийств: Невесты убийцы в ванне. (16+)
21.40 Битва титанов: Тревога! Подводные лодки. (16+)
22.35 Битва титанов: Мерсэль Кебир. (16+)
23.35 Свадьба века. (16+)
01.00 Аль Капоне: криминальная империя. (16+)
02.00, 02.45 Загадки Древнего Египта. (16+)
03.30, 04.15 Карты убийств. (16+)
05.10 Битва титанов. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 12.40 СССР. Империя наоборот. (16+)
06.45, 03.15 Динозавры. Как они исчезли. (12+)
07.45, 04.10 Мой первый Жванецкий. (12+)
08.40, 05.00 Дети Шоа. (12+)
09.40 Великие комбинаторы. (12+)
10.30, 11.20, 20.40, 21.25 Настоящая война престолов. (12+)
12.10, 12.20 По следам советской Атлантиды с Юрием Емельяновым. (12+)
13.30 Джейн Мэнсфилд: звезда фабрики грёз. (16+)
14.25 Мисс ТВ СССР и шесть всеильных мужчин. (12+)
15.15 Её звали Грейс Келли. (16+)
16.15 Андрей Миронов. Держась за облака. (12+)
17.10 Пятьдесят оттенков шоколада. (12+)
18.00 Роман с сериалом. (12+)
18.50 Леди Сиенс. (12+)
19.50 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. (12+)
22.20 Мастера Рима. Микеланджело, Рафаэль и Леонардо да Винчи. (12+)
23.15 Спасённые шедевры России. (12+)
00.10 Михаил Горбачёв. Сегодня и тогда. (12+)
01.30 Елисейский дворец: тайное и явное. (16+)
02.25 Владимир Крючков. Последний председатель. (12+)

РОССИЯ К
Культура



18.00 «Роман в камне»

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.20 Легенды мирового кино
- 07.45 13.00 22.05 «Сокровища Московского Кремля»
- 08.50 «ОТВЕРЖЕННЫЕ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 00.05 Новости культуры
- 10.20 Спектакль театра «Ленком» «Карманный театр». Режиссер П. Штейн
- 12.00 Открытая книга
- 12.45 «Первые в мире»
- 13.55 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
- 15.30 Энигма
- 16.15 «Забывтое ремесло»
- 16.30 Письма из провинции
- 17.15 Царская ложа
- 18.00 «Роман в камне»
- 18.35 Линия жизни
- 19.45 01.55 «Искатели»
- 20.35 «ОСЕНЬ». К 85-ЛЕТИЮ АНДРЕЯ СМИРНОВА
- 23.00 «2 Верник 2»
- 00.20 «ДОРОГА НА БАЛИ»
- 02.40 «Пиф-паф, ой-ой-ой!»

ТВЦ ТВЦ



15.05 «ОРЛИНСКАЯ: КОЗНИ АМУРА. (16)

- 06.00 «Настроение»
- 08.05 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 08.40 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: КУКУШКА». (16+)
- 10.35 «Алексей Баталов. Человек без недостатков». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.50 03.00 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ОРЛИНСКАЯ: КОЗНИ АМУРА». (16+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Короли эпизода». (16+)
- 18.10 «ЗАГАДКА ЛЕЙБНИЦА». (16+)
- 20.05 «ЗАГАДКА ПЬЕТРО БОНГО». (16+)
- 22.00 «В центре событий»
- 23.05 «90-е. Жёны миллионеров». (16+)
- 00.00 «Русские тайны». (16+)
- 00.40 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
- 02.15 «Петровка, 38». (16+)

3 ТВ-3



08.00 Новый день. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Новый день. (16+)
- 09.30 «Порча». (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 19.30 «БИТВЫ МОНСТРОВ». (16+)
- Девушка Е Цинь работает над научным экспериментом в секретной лаборатории и готовится к свадьбе с Цинь Янь. Но неожиданно в результате встречи с неизвестным зверем-монстром невеста трагически погибает.
- 21.15 «ВИКИНГИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ». (16+)
- 23.45 «ОБОРОТНИ ВНУТРИ». (18+)
- Новый реинджер Финн Уиллер назначен в тихое захолустье - в Северный городок Биверфилд. Сам он парень мягкий и доверчивый. А вот местные жители оказываются один чуднее другого.
- 01.30 Места Силы. (16+)
- 02.15 «Вокруг Света. Места Силы». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 11.50 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (16+)
- 19.00 «ЗВОНОК ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 23.00 Уютное утро. (16+)
- 23.35 Красивая и счастливая 45+. (16+)
- 23.50 «Понять. Простить». (16+)
- 00.50 «Порча». (16+)
- 01.40 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.35 «Голоса ушедших душ». (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 Известия. (16+)
- 05.45 09.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7». (16+)
- 08.30 Ваше здоровье! (12+)
- 09.40 13.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 14.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 Светская хроника. (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (16+)
- 01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.40 «ОПЕРАТИВНЫЙ ПСЕВДОНИМ». (16+)
- 10.25 «Щит и меч». (16+)
- 11.15 13.25 «ЗЕЛЕНый ФУРГОН». (12+)
- 14.35 15.05 «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... НА СВАДЬБЕ». (16+)
- 16.40 17.15 «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... ОТЕЦ НЕВЕСТЫ». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 23.30 «Музыка+». (12+)
- 00.50 «ВОСКРЕСНЫЙ ПАПА». (12+)
- 02.10 «МОРСКОЙ ОХОТНИК». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 01.30 «Такие разные». (12+)
- 11.55 17.25 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 12.00 «Специальный репортаж. Безопасность». (12+)
- 12.15 17.45 «Современники». (12+)
- 12.45 17.30 «Общее дело». (12+)
- 13.00 «Формула здоровья». (12+)
- 13.30 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 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 «Футбол губернии». (12+)
- 16.30 «КРАСНАЯ ЗОНА». (16+)
- 18.15 «Содружество «Донбасс». (12+)
- 18.30 «Новости Культуры». (12+)
- 18.45 «Спецрепортаж». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.00 «Живет Россия». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «ПАРИЖ ПОДОЖДЕТ». (16+)
- 03.30 «ПРОГУЛКА». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 14.55 «Непобедимый». (12+)
- 06.30 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 07.00 09.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 11.30 22.00 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 «Небесная грация». (6+)
- 09.25 «Вопреки всему». (12+)
- 10.30 Евротур. (12+)
- 12.35 Лица страны. (12+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 «Дело №». (16+)
- 15.30 04.00 Смешанные единоборства. ONE FC. Прямая трансляция из Таиланда
- 19.25 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 22.35 Футбол. «Торино» - «Парма». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 02.05 Фехтование. Международный турнир «Московская сабля». Женщины. Трансляция из Москвы. (6+)
- 03.55 Новости. (0+)
- 06.00 Гандбол. Гала-матч Олимпийских чемпионов. (6+)
- 07.20 «Вид сверху». (12+)
- 07.50 Лица Страны. (12+)
- 08.05 «6х6». (12+)
- 08.35 Самбо. Чемпионат России. (12+)
- 10.15 Спецрепортаж. (12+)
- 10.30 География спорта. (12+)
- 11.00 13.10 16.20 18.50 Новости. (0+)
- 11.05 01.40 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 13.15 Бильярд. Лига чемпионов. (6+)
- 14.50 05.35 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (12+)
- 16.00 Небесная грация. (6+)
- 16.25 Баскетбол. Winline Basket Cup. (6+)
- 18.15 «Дело №». (16+)
- 18.55 03.30 Боулинг. Про-тур. Кубок КЛБ. (6+)
- 21.00 Фехтование. Международный турнир. «Московская сабля». (6+)
- 22.40 Есть тема! (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000
- VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
- VIJU TV1000 ACTION VIJU TV1000 ACTION
- суббота! СУББОТА!
- 05.40 «АНЖЕЛИКА И СУЛТАН». (16+)
- 07.25 «ЖАННА ДЮБАРИ». (16+)
- 09.30, 10.30, 11.25, 12.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 13.20 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
- 15.05 «ЯГУАР». (16+)
- 17.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 18.20 «ХИЖИНА». (16+)
- 20.40 «ЖИЗНЬ ЧАКА». (16+)
- 22.40, 23.30, 00.25, 01.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 02.00 «МИНИСТЕРСТВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 03.15 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)
- 05.15 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)
- 04.40 Мультфильмы. (6+)
- 05.30 «Царевны», «Простоквашино», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 08.10 «Я БУДУ ЖИТЬ». (16+)
- 10.15, 11.10, 22.20, 23.15 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
- 12.10 «ЗА ПАЛЫЧА!». (16+)
- 13.50 «БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
- 15.45 «Щелкунчик и волшебная флейта». (6+)
- 17.20, 18.05 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 19.00 «ОДИН ХОРОШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 20.30 «БУЛКИ». (16+)
- 00.10 «ТУР С ИВАНУШКАМИ». (16+)
- 02.00 «О ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (16+)
- 03.25 «ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ». (16+)
- 04.40 Мультфильмы. (6+)
- 05.10 «БЕГЛЕЦ». (16+)
- 06.55 «ОХОТА НА ВОРОВ». (16+)
- 09.20 «ИМПЕРИЯ ВОЛКОВ». (16+)
- 11.30 «МИСТЕРИУМ. ОХОТНИКИ НА ФАЗАНОВ». (18+)
- 13.35 «БАГРОВЫЕ РЕКИ». (16+)
- 15.20 «БАГРОВЫЕ РЕКИ-2: АНГЕЛЫ АПОКАЛИПСИСА». (16+)
- 17.00 «АННА». (18+)
- 19.00 «ДОСЬЕ «ЧЕРНАЯ КАНАРЕЙКА». (16+)
- 20.40 «СТРЕЛА ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)
- 22.10 «ДЕВИЧНИК: УБОЙНАЯ НОЧЬ». (16+)
- 23.45 «УЦЕЛЕВШАЯ». (16+)
- 01.25 «УСКОРЕНИЕ». (16+)
- 02.55 «КУРЬЕР». (16+)
- 04.30 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ». (16+)
- 05.05 «Три кота и море приключений». Мультфильм. (6+)
- 06.10 «Большое путешествие. Вокруг света». Мультфильм. (6+)
- 07.45 «Смешарики. ПинКод». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ. ДЕСЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
- 10.10 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 15.20 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 22.30 Вечер вместе. «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 01.00 «ВОЛШЕБНИКИ». (12+)
- 02.30 «НЕРЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 03.50 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)
- 06.00 Даёшь молодёжь! (16+)
- 07.00 «Приключения Паддингтона». Мультсериал. (6+)
- 08.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 10.05 «РАНЕТКИ». (16+)
- 15.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 17.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 21.25 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
- У сотрудников лаборатории появляется новый подопытный. Теперь бесчеловечные эксперименты будут проводиться над ним. У ребят появляется новый план действий.
- 02.10 «МАРГОША». (16+)
- 03.40 Даёшь молодёжь! (16+)
- 05.05 Следы империи. (12+)
- 22.35 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.45, 00.30, 01.15 Поле битвы. (16+)
- 01.55, 02.40, 03.25 Романовы. Судьба русского Крыма. 1-3 серии. (0+)
- В центре исследования - история Крыма после его бескровного и добровольного присоединения к России во время правления Екатерины Великой. Личности и дела представителей династии Романовых - вехи, связывающие отдельные части сериала.
- 04.10 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 Встреча. (12+)
- 06.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Паломница. (12+)
- 12.10 День Патриарха. (0+)
- 12.20, 12.50 Монастырская кухня. (12+)
- 13.15, 14.55 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». 1-2 серии. (12+)
- СССР, 1977 г.
- 16.45 «ЗИМНЕЕ УТРО». (0+)
- СССР, 1966 г.
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с субтитрами). (0+)
- 19.30 Крест над Россией. (0+)
- Это фильм о главном событии нашей истории - Крещении Руси.
- 20.55 Следы империи. (12+)
- 22.35 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.45, 00.30, 01.15 Поле битвы. (16+)
- 01.55, 02.40, 03.25 Романовы. Судьба русского Крыма. 1-3 серии. (0+)
- В центре исследования - история Крыма после его бескровного и добровольного присоединения к России во время правления Екатерины Великой. Личности и дела представителей династии Романовых - вехи, связывающие отдельные части сериала.
- 04.10 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

Православный календарь

13 марта
Седмица 3-я Великого поста. Глас 6.
Прп. Иоанна Кассиана Римлянина.



Прп. Василия исп. Сщмч. Арсения, митр. Ростовского. Сщмч. Нестора, еп. Магиддийского. Прпп. жен Марины и Киры. Сщмч. Протерия, патриарха Александрийского. Прп. Иоанна, нареченного Варсонофием, еп. Дамасского, отшельника Нитрийского. Прмч. Феокириста, игумена Пеликитского. Блж. Николая Саллоса, Христа ради юродивого, Псковского. Девпетерувской иконы Божией Матери.

Постный день.
«Ленивая и праздная жизнь – то же, что праздная и невозделанная нива, на которой не растет ничего, кроме трав негодных».
Свт. Филарет, архиеп. Черниговский

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.10 Русский чарт. (16+)
- 07.00 #НАМУЗТВ. (16+)
- 08.10 Тееп чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Love Radio чат. (16+)
- 10.00 Народный микрофон. (16+)
- 11.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.30 Без кутюр. (16+)
- 12.00 Top-15 Like FM. (16+)
- 13.00 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Самый лучший день. (16+)
- 17.00 Новое Радио. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Жара Music Awards-2024. (16+)
- 19.30 Top-30. (16+)
- 22.00 Народное диско. (16+)
- 23.00 Dance чарт. (16+)
- 00.00 Танцпол. (16+)
- 02.00 Карaoke хит. (16+)

7 ПЕРВЫЙ



21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». (16+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.00 «Умницы и умники». (12+)
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 Премьера. «Хочется праздника. «Время тихой радости». (12+)
- 11.10 «Вспомнить всё». (12+)
- 12.15 Поехали! (12+)
- 13.15 «Самая-самая». (12+)
- 14.20 «С ЛЮБИМЫМИ НЕ РАССТАВАЙТЕСЬ». (12+)
- 15.50 «Наше всё. Сделано в России». (12+)
- 16.45 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Премьера. «Ледниковый период». (12+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «КВН». (16+)
- 23.55 «ЖИЛА-БЫЛА ОДНА БАБА». (18+)
- 02.30 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



09.00 «Формула еды». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
- 08.00 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 «Формула еды». (12+)
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
- 12.00 «Доктор Мясников». (12+)
- 13.00 Большие перемены
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.50 «Парад юмора». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 20.50 Вести. Местное время
- 21.00 «Я БУДУ ЖИТЬ У ПАПЫ». (16+)
Счастье Ларисы, хозяйки ателье, внезапно рушится, когда она узнаёт, что у её мужа Игоря есть дочь от другой женщины.
- 00.55 «НЕНАВИЖУ». (16+)

НТВ



01.10 Квартирник НТВ. (16+)

- 04.40 «МОЙ ГРЕХ». (16+)
- 06.20 «Жди меня». (12+)
- 07.20 «Смотр». (0+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «Неограниченные возможности». (16+)
- 09.20 «Едим дома». (0+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
- 13.00 «Сатья». (16+)
- 14.00 «Поедем, поедим!» (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
- 17.00 «Следствие вели...» (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение»
- 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
- 21.20 «Суперстар!» (16+)
- 01.10 Квартирник НТВ. (16+)
- 02.30 «Дачный ответ». (0+)
- 03.25 «АНТИКИЛЛЕР ДК». (16+)

СТС СТС



08.50 ПроСТО кухня. (12+)

- 06.00 Уральские пельмени. (16+)
- 06.50 «ЛЮБОВЬ СО ВТОРОГО ВЗГЛЯДА». (12+)
- 08.50 ПроСТО кухня. (12+)
- 09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 «100 мест, где поесть». (16+)
- 12.05 «НЕЙРОБАТЯ». (16+)
- 13.55 «КАМБЭК». (16+)
Он не помнит своего имени, кто он и откуда, просто однажды очнулся в больнице с многочисленными травмами и без памяти. Теперь он вынужден скитаться по городу, спать где придётся, есть что дадут добрые люди, но при этом он не растерял человеческий вид и достоинство.
- 21.10 «ДЖОН УИК-4». (16+)
- 00.40 «БЕЗМОЛВНОЕ БРАТСТВО». (18+)
- 02.35 «НЕУДЕРЖИМЫЙ». (16+)
- 03.55 «ШАЛЬНАЯ ПУЛЯ». (16+)
- 05.25 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)

ТНТ ТНТ



07.00 «Однажды в России». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.00 «Время завтрака». (16+)
Утреннее кулинарное шоу на ТНТ - это больше, чем просто готовка. Антон и Камилла Дмитриевы вместе с приглашённой звездой делятся любимыми рецептами, историями и секретами идеального утра. Первый на ТВ гастрономический журнал, посвящённый самому вкусному времени дня - завтраку.
- 09.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
- 16.00 «Новая битва экстрасенсов». (16+)
Продолжение главного мистического проекта страны.
- 21.00 «Конфетка». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
- 00.00 «Конфетка». (16+)
- 02.20 «Женский стендап». (18+)
- 03.55 «Однажды в России». (16+)

РЕН



10.00 Самая полезная программа. (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 16.00 Информационная программа 112. (16+)
- 16.55 Документальный спецпроект. (16+)
- 18.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 19.00 «Добровозфире». (16+)
- 19.30 «Новости». (16+)
- 19.55 «БРАТСТВО ВОЛКА». (16+)
- 22.30 «ХАГЕН: В ДОЛИНЕ НИБЕЛУНГОВ». (16+)
- 01.00 «ПРОКЛЯТИЕ «ЗОВ МОГИЛЫ». (18+)
- 03.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 06.00 Пятница News. (16+)
- 06.30 «Тайны Красного моря 4К». (6+)
- 07.20 «Крокодил Гена». (16+)
- 07.50 «Чебурашка». (0+)
- 08.30 Мамы Пятницы. (16+)
- 09.00 Прекрасное далёко. (16+)
- 10.00 Как люди живут. (16+)
- 16.00 Погнали! (16+)
- 00.00 Последний шеф. (16+)
- 02.00 Погнали. Дос. (16+)
- 03.00 Пятница News. (16+)
- 03.30 Секреты на кухне. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.15 Улетные животные. (16+)
- 10.00 «СОЛДАТЫ-4». (16+)
- 11.00 «СОЛДАТЫ-5». (16+)
- 19.00 «+100500». (16+)
- 21.00 «Женский 100500». (16+)
- 21.30 «+100500». (16+)
- 23.00 Офисные фениксы. (16+)
Макс из отдела продаж вляпался по полной - теперь или всеофисная слава, или позорное увольнение!
- 23.05 «+100500». (18+)
- 00.25 Большой кэш. (16+)
- 02.00 Утилизатор. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 15.50 «Календарь». (12+)
- 09.30 Всё по-взрослому
- 10.30 12.05 «ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!» (16+)
- 12.20 «ПО УЛИЦАМ КОМОД ВОДИЛИ!» (16+)
- 15.35 «Отчий дом». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Точка.ру». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 20.00 «Вспомнить всё». (16+)
- 20.25 «ТЕРРИТОРИЯ». (16+)
- 23.00 «УТРАЧЕННЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (18+)
- 01.25 «СЛУЧАЙ». (18+)
- 03.25 «ДЯДЯ ВАНЯ». (16+)

Ю

- 05.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 06.40 «Супермама». (16+)
Как всегда, девушки отправятся друг к другу в гости, чтобы выяснить, кто из них достоин титула лучшей мамы страны.
- 09.30 «Доктор-Ревизор». (16+)
- 09.55 «Селянка-горожанка». (16+)
- 11.15 «Чадю из ада». (12+)
- 12.15 «Чадю из ада. Предки». (16+)
- 15.00 «Беременна в 45». (16+)
- 17.50 «Мама в 16». (16+)
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Измены». (18+)
- 01.50 «Моя-твоя еда». (0+)
- 02.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

- 05.00, 06.10, 07.40 Мультфильмы. (12+)
- 05.45 Все, как у людей. (6+)
- 06.40 Любимые актёры 2.0. (16+)
- 07.15 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (16+)
- 08.15 Игра в кино. Мультфильмы. (16+)
- 09.00, 10.20 «ПРИСТУПИТЬ К ЛИКВИДАЦИИ». (16+)
- 10.00, 13.00 Вместе каждый день
- 10.10 Предварительный диагноз. (12+)
- 12.15, 13.15, 18.50 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАБАТ». (16+)
- 18.00 Вместе. Еженедельный тележурнал. (16+)
- 01.40 Наше кино. История большой любви. (16+)
- 02.05 «ВРАТАРЫ». (16+)
- 03.20 «СЕЛЬСКАЯ УЧИТЕЛЬНИЦА». (16+)

ПОБЕДА

- 05.50 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)
- 07.40 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)
- 09.20 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СРЕЛОК». (16+)
- 11.10 «ГЛАЗ ПУСТЫНИ». (16+)
Легенда разведки майор Максим Шеховцов прибывает в Сирию, чтобы найти погибшего наводчика Александра.
- 16.00 «МИНУТА ТИШИНЫ». (16+)
- 00.35 «ЧЕМПИОНЫ». (16+)
- 02.10 «ЛЕГЕНДА О САМБО». (16+)
Спортивная драма о возникновении самбо - советского боевого искусства.
- 03.55 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
- 07.40 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.50 «Бумажки». (0+)
- 09.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 10.00 «Съедобное или несъедобное: Макар Ерошенко и сырки с секретным ингредиентом». (0+)
На кухне - повар и художник Макар! Зачем в еду класть и сахар и соль одновременно, каков на вкус кизил и как отличить ванильный сахар от обычного? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!»
- 10.20 «Царевны». (0+)
- 12.00 «Парк Турум-Бурум». (0+)
- 12.15 «Отель у овечек». (0+)
Про дружную семью овечек и гостей их отеля.
- 14.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 16.00 «Большое Шоу». (0+)
- 16.30 «Сказочный патруль». (0+)
- 19.45 «Белка и Стрелка. Карибская тайна». (6+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 23.00 «Ералаш». (6+)
- 02.30 «Рикки-Тикки-Тави». (0+)
- 02.50 «Маугли». (6+)
- 04.20 «Тараканище». (0+)
- 04.40 «Гадкий утёнок». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Простоквашино». (0+)
- 11.00 «Ну, погоди!» (6+)
- 11.30 «Фиксики. Большой секрет». (6+)
Герои, созданные по мотивам повести Эдуарда Успенского «Гарантийные человечки», живут насыщенной жизнью. Димдимыч - обычный мальчик, который в один из дней знакомится с Фиксиками, и они начинают дружить. Вместе герои не только развлекаются, но и разбираются в том, как устроен мир, а сами Фиксики не забывают подробно рассказать всё самое интересное зрителям. Как что устроено, почему и зачем работает - ответы на многие подобные вопросы о простых и сложных вещах можно найти в мультсериале.
- 12.50 Фиксики против крабатов. (6+)
- 14.10 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 17.30 «Маша и Медведь». (6+)
- 20.00 «Чик-Чирикино». (0+)
- 00.00 «Смешарики». (0+)
- 03.00 «Смешарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Карл Брюллов. Не строга. (12+)
- 01.00 Земля: Крушение империи. (12+)
- 02.00 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 02.15, 06.20 Ледоколы войны. (12+)
- 03.00, 07.05, 11.05, 15.00, 19.00 Вторая мировая. Великая Отечественная. (16+)
- 04.00 Тайное становится явным. (12+)
- 04.15 Версаль - цена величия. (16+)
- 05.05, 08.55, 16.45, 20.45 Пётр I Великий. (12+)
- 08.05 Кровавое правление Стюартов. (16+)
- 10.10 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 10.30, 14.30 Русь значающая. (12+)
- 12.00 Это подкаст. История: Строители фараонов: трудовое население Древнего Египта. (12+)
- 13.00 Лаборатория смерти. Как работал японский «Отряд 731». (16+)
- 14.00 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)
- 16.00 Освобождение: решающие битвы: Жуков против Моделя. Тернопольский котел. (12+)
- 17.45, 21.50 Уроки Нюрнберга. (12+)
- 18.10, 22.15 Историограф. (12+)
- 20.00 Освобождение: решающие битвы: Конева против Вёлера. Прутский рубеж. (12+)
- 23.00 Дело Романовых. Следствие установлено... (12+)

VJU HISTORY VJU HISTORY

- 06.00, 07.05, 08.00, 09.00 Легенды Европы. (12+)
- 09.55, 10.25, 10.55, 11.25, 11.50, 12.20 Тайны Парижа. (16+)
- 12.50 Загадки Древнего Египта: Создание сверхдержавы. (16+)
- 13.40 Загадки Древнего Египта: Смерть и посмертие. (16+)
- 14.30 Загадки Древнего Египта: Преступление и наказание. (16+)
- 15.20 Загадки Древнего Египта: Элита Египта. (16+)
- 16.10 Загадки Древнего Египта: Вера и суеверия. (16+)
- 17.00, 18.00 Кем они были до коронации. (16+)
- 19.00 Королевские мушкетеры. (16+)
- 20.00, 20.55 Версаль: испытания «короля-солнца». (12+)
- 21.45 Битва титанов: Дуэль в Тихом океане. (16+)
- 22.40 Битва титанов: Цусимское сражение. (16+)
- 23.35 Битва титанов: Гиганты морей. (16+)
- 00.30 Битва титанов: Удивительная судьба линкора Техас. (16+)
- 01.25 Солдаты на собачьих упряжках. (16+)
- 02.20, 03.05 Фараоны: величественнее пирамид. (16+)
- 03.55, 04.40 Загадки Древнего Египта. (16+)
- 05.25 История вещей. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 14.40, 23.20 Судьбы. История любви Жозефины де Богарне и Наполеона. (12+)
- «Судьбы» - это документальный проект, путешествие во времени, которое могут совершить все зрители нашего канала. Их ждут удивительные истории о жизни великих людей, изменивших мир. В этой серии - знаменитая история любви императора Франции Наполеона и Жозефины Богарне.
- 06.55, 15.40, 00.25, 05.15 Вторая мировая война. Герои против изменников. Франция. (12+)
- 07.45, 16.30, 01.10 Ледяные гробницы Монголии. (16+)
- 08.45, 09.30, 17.25, 18.15, 02.05, 02.50 Без обид. Александр Ширвиндт. (12+)
В чём секрет успеха Александра Ширвиндта? В программу включены мнологи артиста, фрагменты фильмов, спектаклей и знаменитых калустников в Доме актёра с его участием.
- 10.20, 19.05, 04.30 Гуд бай, Америка. Композитор Зацепин. (16+)
- 11.10, 19.55, 03.35 Испанский грипп. Великий убойца. (12+)
- 12.10, 20.55 Последняя роль. Георгий Юматов. (12+)
- 13.00, 21.45 Настоящая война престолов. Братья-враги. (12+)
- 13.50, 22.30 Настоящая война престолов. Конец династии Валуа. (12+)

РОССИЯ К
Культура



09.20 Мы - грамотеи!

- 06.30 Библиейский сюжет
- 07.05 «Мультфильмы»
- 08.05 «ПЯТЫЙ ОКЕАН»
- 09.20 Мы - грамотеи!
- 10.05 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ»
- 11.40 «По всем законам нашего тяжелого времени»
- 12.20 VII Всероссийский конкурс молодых музыкантов «Созвездие»
- 13.30 Черные дыры. Белые пятна
- 14.15 Эрмитаж
- 14.45 00.40 «Парк Тайрона»
- 15.35 Рассказы из русской истории
- 16.55 «Тихим голосом». Юбилей Ольги Яковлевой
- 17.35 «ТАНЯ»
- 19.30 Новости культуры
- 19.55 Больше, чем любовь
- 20.35 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»
- 22.00 Агора
- 23.00 «ВСЁ НА ПРОДАЖУ»
- 01.35 «Искатели»

ТВЦ



06.30 «Православная энциклопедия». (6+)

- 06.30 «Православная энциклопедия». (6+)
- 06.55 «ЗАГАДКА БРЮСА БЕДЛАМА». (16+)
- 08.55 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.30 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 10.05 Мифы о еде. (16+)
- 10.55 «Просто & вкусно». (6+)
- 11.30 14.30 23.35 События
- 11.50 «Смешите меня семью». (16+)
- 13.00 14.50 «ДИЛЕТАНТ». (12+)
- 17.10 «ОТЕЛЬ «СОЛНЕЧНАЯ ДОЛИНА». (16+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкивым
- 22.10 «Право знать!» (16+)
- 23.45 «Русские тайны. Сокровища нации». (16+)
- 00.25 «90-е. Депутат в законе». (16+)
- 01.10 «10 самых...» (16+)
- 01.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 02.00 «Актёрские драмы. Папины дочки». (16+)
- 02.40 «Актёрские драмы». (16+)

ТВ-3



07.30 Особенности национальной кухни. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Особенности национальной кухни. (16+)
- 09.00 «Реальная белка-2». (6+)
- 11.00 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (16+)
- 13.00 «КУКОЛЬНИК». (16+)
- 15.00 «СВОРА». (16+)
- Группа молодых людей решает провести уик-энд вдали от цивилизации, в небольшом домике на острове. Но отдых, на который они так рассчитывали, неожиданно превращается в кошмар. Они оказываются оккупированными сворой диких собак, обитающих на острове.
- 16.45 «ВИКИНГИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ». (16+)
- 19.00 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
- 21.15 «ГИПНОТИК». (16+)
- 23.00 «СЛЕД КИЛЛЕРА». (18+)
- 01.15 «Вокруг Света. Места Силы». (16+)

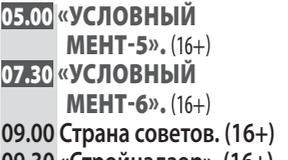
ДОМАШНИЙ



10.15 Уютное утро. (16+)

- 06.30 «ЖЕНА МОЕГО СЫНА». (16+)
- 10.15 Уютное утро. (16+)
- 10.50 «НЕРАЗЛУЧНИКИ». (16+)
- После гибели родителей в автокатастрофе двенадцатилетняя Тамара переезжает и попадает на воспитание к холодной бабушке. Её единственной опорой становится сосед Илья.
- 14.50 «ВСПОМИНАЙ МЕНЯ». (16+)
- 19.00 «ВЕРНУТЬ ЖИЗНЬ». (16+)
- 23.05 «ДЕСЯТЬ СРЕЛ ДЛЯ ОДНОЙ». (16+)
- Скучноватое, но спокойное течение жизни скромной библиотекарши Надежды Митрофановой прерывается чрезвычайным происшествием.
- 02.15 Одна за всех. (16+)
- 02.40 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (16+)
- 05.50 «ЖЕНА ПАЦИЕНТА ПОТАПОВА». (16+)

5-й КАНАЛ



05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)

- 07.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
- 09.00 Страна советов. (16+)
- 09.30 «Стройнадзор». (16+)
- Собственное жилье - это не только радость, но и сотни вопросов, проблем и рисков. Как не стать жертвой недобросовестных строителей?
- 10.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
- 00.00 Известия. Главное. (16+)
- 01.05 Светская хроника. (16+)
- 02.05 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.30 «ОТЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 09.15 «Второе мнение». (12+)
- 12.05 «Народный ВПК». (12+)
- 12.30 «Любовь на линии огня». (16+)
- 13.15 19.25 «ПРИКАЗА УМИРАТЬ НЕ БЫЛО». (16+)
- 22.40 «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... НА СВАДЬБЕ». (16+)
- 00.30 «РАЗРЕШИТЕ ТЕБЯ ПОЦЕЛОВАТЬ... ОТЕЦ НЕВЕСТЫ». (16+)
- 02.05 «ЗВОНЯТ, ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ». (6+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Кошечки-Собачки». (0+)
- 11.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 11.30 «Точка.ру». (12+)
- 12.00 «Спецрепортаж». (12+)
- 12.15 «От 7 до 17». (12+)
- 12.45 «Чемпионы. История воронежского спорта». (12+)
- 13.00 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.15 «ПАРИЖ ПОДОЖДЕТ». (16+)
- 15.00 «Азбука Православия». (12+)
- 15.15 «Живет Россия». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО КИРПИЧА». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Современники». (12+)
- 20.15 «Точка.ру». (12+)
- 20.45 «Понятная политика». (12+)
- 21.00 «ПРОГУЛКА». (16+)
- 22.30 «Нефть». (16+)
- 23.15 «Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буря» - «Динамо-Алтай» Барнаул. (12+)
- 01.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Смешанные единоборства. Прямая трансляция
- 07.30 09.00 Новости
- 07.35 14.00 18.30 22.30 01.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.05 «Чемпионы». (6+)
- 09.30, 12.10 Биатлон. Чемпионат России. Спринт. Прямая трансляция из Тюмени
- 11.10 Художественная гимнастика. Гран-при. Кубок чемпионов Алины Кабаевой. (6+)
- 15.00 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Спартак» (Москва). МИР Российской Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 20.15 Футбол. «Балтика» - ЦСКА. МИР Российской Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 22.50 Футбол. «Реал» (Мадрид) - «Эльче». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 02.05 «Вы это видели». (12+)
- 03.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 06.00 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.20 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 09.10 05.35 Страна смотрит спорт. (12+)
- 09.35 Небесная грация. (6+)
- 09.50 20.00 Новости. (0+)
- 09.55 Художественная гимнастика. Кубок чемпионов Алины Кабаевой. Прямая трансляция
- 18.55 Баскетбол 3x3. Международный турнир. Прямая трансляция
- 20.05 23.50 «Страна спортивная». (12+)
- 20.20 21.35 Биатлон. Чемпионат России. (6+)
- 22.55 «Это футбол!» (12+)
- 23.20 05.05 Сорпяс. (12+)
- 00.10 Фехтование. Международный турнир. «Московская сабля». (6+)
- 01.35 Гандбол. Финал четырёх. (6+)
- 03.00 Лица Страны. (12+)
- 03.15 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 07.00 «ХИЖИНА». (16+)
- 09.30 «ЖИЗНЬ ЧАКА». (16+)
- 11.30, 12.30, 13.25, 14.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 15.20 «БОГ ГРОМА». (16+)
- США, Норвегия, 2020 г.
- 17.10 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
- США, 2015 г.
- 19.00 «ВОРОН». (16+)
- США, 2024 г.
- 20.55 «ХЕЛЛБОЙ». (16+)
- США, 2018 г.
- 23.00 «ХЕЛЛБОЙ: ПРОКЛЯТИЕ ГОРБУНА». (16+)
- США, Великобритания
- 00.40 «ВАСАБИ». (16+)
- Франция, Япония, 2001 г.
- 02.10 «СПРОСИТЕ СИНДИ». (16+)
- 03.30 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 05.30 «Царевны», «Три кота», «Простоквашино», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 10.00 «Кошечка. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
- 11.20 «Снежная королева». Мультфильм. (6+)
- 12.45 «Снежная королева: Перезаморозка». Мультфильм. (6+)
- 14.00 «Снежная королева-3. Огонь и лёд». Мультфильм. (6+)
- 15.35 «БРАТЯ». (16+)
- 17.25 «АТЕЛЬ-МАТЕЛЬ». (16+)
- 19.10 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
- 21.15 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛЯ». (16+)
- 22.55 «РОДИТЕЛИ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+)
- 00.10 «БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
- 02.00 «ЗА ПАЛЬЧА!» (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 03.30 «ФАНТОЦЦИ ВТОРОЙ ТРАГИЧЕСКИЙ». (16+)
- 05.35 «БЛОНДИНКА В ЭФИРЕ». (16+)
- 07.20 «НОВОГОДНИЙ ОЛ ИНКЛЮЗИВ». (12+)
- 09.00 «СВИНГЕРЫ». (18+)
- 10.45 «УБОЙНЫЕ КАНИКУЛЫ». (18+)
- 12.20 «ВОЛШЕБНИК ИЗ УМРУДНОГО ГОРОДА. ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО КИРПИЧА». (6+)
- 14.15 «КОЛЯ, ДОМОЙ!» (16+)
- 15.50 «ЖДУН». (6+)
- 17.40 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
- 19.30 «НОВОГОДНИЙ ШЕФ». (12+)
- 21.05 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.35 «АЙБОЛИТ-66». (16+)
- 08.20 «ДОРОГА К МОРЮ». (16+)
- 09.45 «ЧУЧЕЛО». (16+)
- 12.00 «РЕЦЕПТ ЕЕ МОЛОДОСТИ». (16+)
- 13.45 «СЛУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА». (16+)
- 15.30 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (16+)
- 16.55 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (16+)
- 18.45 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (16+)
- 21.20 Мосфильм. Золотая век. (16+)
- 21.30 «КУРЬЕР». (16+)
- 23.05 «ИНТЕРДЕВОЧКА» (18+)
- 01.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)
- 04.25 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00, 13.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 12.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
- 14.00 «Свинка Пеппа». Мультсериал. (0+)
- 16.00, 17.00, 17.40, 18.40, 19.20, 20.20 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
- Сериал. Драма, мелодрама, Мексика, 1989 г.
- 21.00, 22.10 Богиня сыска. (16+)
- 23.30 «КЛОН». (16+)
- 00.30, 01.20 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 02.10, 03.00 «Ты - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 03.40 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 04.20 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 06.00 6 кадров. (16+)
- 07.00 «Приключения Паддингтона». Мультсериал. (6+)
- 08.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 10.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- Губернатор предлагает Канцелу сотрудничать напрямую. Руслан уходит в запой. Матч «Бурых Медведей» под угрозой срыва. Никита ставит окончательную точку в отношении Пономарёва и Алины. Константин даёт Марине понять, что не стоило его обманывать...
- 22.30 Сердца за любовь. (16+)
- 01.35 Битва каверов. (16+)
- 04.00 6 кадров. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Завет. Жизнь Христа. (6+)
- 05.55 «ПЕРВОПЕЧАТНИК ИВАН ФЕДОРОВ». (0+)
- СССР, 1941 г.
- Историко-биографический фильм о жизни Ивана Федорова - создателя первой на Руси типографии.
- 06.50 Моя большая семья. (6+)
- 07.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.05 Простые чудеса. (12+)
- 10.05 Пилигрим. Великий северный путь. (6+)
- 10.55 Святыни России. (6+)
- 12.00 Глобус православия. (12+)
- 13.00 Свидетели Христа. Мученики первых веков. 2 серия. (6+)
- 14.10 В поисках Бога. (12+)
- 14.45 Профессор Осипов. (0+)
- 15.15 «НОЧНОЙ ЗВОНОК». (6+)
- 16.30, 18.10 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». 1-2 серии. (12+)
- 20.00 Паломница. (12+)
- 21.35 Простые чудеса. (12+)
- 22.35 Русский мир. (12+)
- 23.40 «Бесогом». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.45 Спас-стрим. (0+)
- 02.40 Державная. Размышления 100 лет спустя. (0+)
- 03.35 Герои рядом. (16+)
- 04.05 Русский мир. (12+)

Православный календарь

14 марта
Седмица 3-я Великого поста.
Поминование усопших. Глас 6.
Прмц. Евдокии.



Мчч. Нестора и Тривимия. Мч. Антонины. Мчч. Маркелла и Антония. Прп. Домнины Сирийской. Прп. Мартирия Зеленецкого. Сщмчч. Василия, Петра, Иоанна, Вениамина, Михаила пресвитеров, прмч. Антония, прмц. Анны, Дарии, Евдокии, Ольги, Александры, Матроны, мч.

Постный день.
«Человек, подражай земле, приноси плоды для других, как и земля приносит тебе».
Свт. Василий Великий

МУЗЫКА

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
- 06.50 Плейлист | Весна. (16+)
- 07.40 Звезды о звездах. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Звезды на утро. (16+)
- 10.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 11.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 10 самых! (16+)
- 13.00 Топ-30. (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. (16+)
- 16.00 Клеймо абыюзера. (16+)
- 17.00 МУЗ-ТВ Фест (16+)
- 19.00 Народное диско. (16+)
- 20.00 Танцпол. (16+)
- Делай громче и слушай отборные хиты.
- 22.00 Dance чарт. (16+)
- 23.00 Танцпол. (16+)
- 01.00 Карaoke хит. (16+)
- 02.00 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПЕРВЫЙ

21.00
«Время»

- 06.00 Новости
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
06.55 «Часовой». (12+)
07.25 «Здоровье». (16+)
08.30 «Союзмультфильм». (0+)
09.10 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым. (12+)
09.30 «Мечталлион». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь других». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.15 «Будем жить!» (16+)
13.15 «ПЕТРОВКА, 38».. (12+)
15.05 «ОГАРЕВА, 6». (12+)
16.50 «Георгий Юматов. Амнистия для героя» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 Премьера. «Достояние Республики». (12+)
21.00 «Время»
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 «Дочь Сталина. Пепел иллюзий». (16+)
01.05 Подкаст.Лаб. (16+)

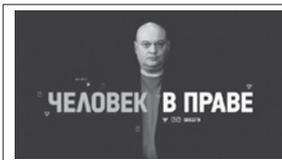
РОССИЯ 1



12.00 «Доктор Мясников». (12+)

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

НТВ



16.20 Человек в праве. (16+)

- 04.50 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
06.40 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
12.00 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 Человек в праве. (16+)
17.00 «Скандалы. Интриги. Расследования». (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели»
20.20 «Маска». Новый сезон. (12+)
00.00 «Звезды сошлись» (16+)
01.35 «Основано на реальных событиях». (16+)
03.20 ЧП. Расследование. (16+)

СТС



06.05 «Рок Дог-2». (6+)

- 06.00 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)
06.05 «Рок Дог-2». (6+)
07.35 «Рок Дог-3: Битва за бит». (6+)
09.20 Впервые на СТС! «Ленивая семейка». (6+)
11.05 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ». (12+)
13.00 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ-2». (0+)
14.40 «1+1». (16+)
Филипп попал в аварию на парашюте. Теперь его жизнь проходит в инвалидном кресле. Ему нужна сиделка.
17.00 Премьера! Тайный миллионер. (16+)
19.05 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (12+)
21.45 «ДАЛЬНИЙ КОСМОС». (16+)
00.05 «ПРИШЕЛЕЦ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
01.55 «СПАСТИ ПАНДУ». (12+)
03.40 «ПУШИСТАЯ ФОРТУНА». (12+)
05.00 «ДОМОЧАТЦЫ». (16+)

ТНТ



23.00 «Шоу Воли». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
09.50 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
15.50 «Новая битва экстрасенсов». (16+)
18.30 «Выжить в Стамбуле». (16+)
Пятый сезон экстремального реалити ТНТ, где комфорт сталкивается с выживанием. За приз в 10 миллионов рублей сражаются две команды: звёзды шоу-бизнеса и обычные люди, впервые оказавшиеся за границей.
21.00 «Титаны». (16+)
Самый масштабный спортивный проект запустил битву сезонов! Теперь лучшие из лучших и сильнейшие из сильнейших атлетов сойдутся в эпических схватках.
23.00 «Шоу Воли». (16+)
01.20 «Титаны». (16+)
03.00 «Однажды в России». (16+)
05.00 «Утро ТНТ-2026». (16+)
05.50 «САШАТАНЯ». (16+)

REN



09.55 «Знаете ли вы, что?» (16+)

- 05.00 01.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)
08.55 «Самая народная программа». (16+)
09.55 «Знаете ли вы, что?» (16+)
11.00 «Наука и техника». (16+)
12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
12.55 «Неизвестная история». (16+)
13.55 «Легенды и мифы». (16+)
16.55 «СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО». (16+)
19.00 «КОНЕЦ ИГРЫ». (16+)
21.00 «ВАВИЛОН НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
23.55 Документальный спецпроект. (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Прекрасное далёко. (16+)
11.00 Как люди живут. (16+)
13.00 Экспедиция с Алексеем Столяровым. (16+)
16.00 Погонали! (16+)
00.00 «ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (18+)
02.00 Погонали. Дос. (16+)
03.00 Пятница News. (16+)
03.30 Секреты на кухне. (16+)
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.00 02.15 «Моя свекровь-монстр». (16+)
06.35 «Супермама». (16+)
08.20 «Мама в 16». (16+)
10.50 «Беременна в 45». (16+)
13.10 «Мама в 16». (16+)
16.25 «Ждули». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.00 «Измены». (18+)
01.50 «Моя-твоя еда». (0+)
Он считает, что высокая кухня доступна каждому. Она уверена, что нет ничего лучше домашней еды. Известный шеф-повар, член Французской гильдии гастрономов Константин Ивлев и кулинар-любитель, телерадиоведущая Виктория Агапова в студии программы сойдутся в настоящем кулинарном поединке!

ЧЕ!

- 06.10 Утилизатор. (16+)
07.45 Автоблог Че! (16+)
10.00 «СОЛДАТЫ-5». (16+)
19.00 «+100500». (16+)
21.00 «Женский 100500». (16+)
21.30 «+100500». (16+)
23.00 Офисные фениксы. (16+)
23.05 «+100500». (18+)
00.15 «КОРОЛЬ НЕБА». (16+)
Группе специальных операций, возглавляемой элитными пилотами, приказано протестировать новые истребители.
02.10 Большой кэш. (16+)
03.00 Улётное видео. (16+)

МИР

- 05.00, 04.10 Мультфильмы. (12+)
06.20 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (16+)
08.00 Диктор делает. (16+)
08.35 ФазендаЛайф. (6+)
09.05, 10.10 «СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ». (16+)
10.00, 13.00, 18.00 Вместе каждый день
11.05, 13.15 Дела судебные. Деньги верните. (16+)
14.05 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (16+)
16.00 «МИМИНО». (16+)
18.15 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (16+)
00.00 Вместе. Ежедневный тележурнал. (16+)
00.50 «ГОРОД ПРИНЯЛ» (16+)
02.05 Наше кино. История большой любви. (16+)
02.30 «ВОЛГА-ВОЛГА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 16.00 «Календарь». (12+)
09.30 Всё по-взрослому
11.25 12.05 «НЕ СТРЕЛЯЙТЕ В БЕЛЫХ ЛЕБЕДЕЙ». (16+)
14.05 «Большая страна». (12+)
15.05 «Моя история». (16+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
20.15 «ДЯДЯ ВАНЯ». (16+)
21.55 «ПОСЛЕДНИЙ ИМПЕРАТОР». (16+)
00.30 «Винсент». (16+)
02.05 «ГОЛУБОЙ АНГЕЛ». (16+)
05.20 «ЕГЕРЬ». (16+)
07.00 «ПОСЛЕДНЕЕ ИСПЫТАНИЕ». (16+)
09.30 «72 МЕТРА». (16+)
12.00 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (16+)
13.40 «КОМАНДИР». (16+)
16.00 «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)
20.00 «БЛИЗНЕЦ». (16+)
После провалившейся операции разведчик Павел Руднев случайным образом находит потерянного в детстве брата-близнеца Андрея Полетаева, который работает рядовым следователем в местном РОВД.
23.50 «ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА». (16+)
01.30 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОС». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Три котика». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
07.40 «Лунтик». (0+)
О приключениях Лунтика, удивительного пушистого существа, родившегося на Луне и свалившегося с нее на Землю.
10.00 «Вкусные рисунки. Создай и съешь». (0+)
10.20 «Бубаб». (6+)
12.00 «Студия красоты». (0+)
12.15 «Оранжевая корова». (0+)
14.00 «У меня лапки». (0+)
14.30 «Ералаш». (6+)
16.00 «Это супер!» (0+)
16.10 «Мини-Мишки». (0+)
Малыши Кеша, Тучка, Лисичка, крот Валя, еноты-близнецы Саня и Соня, а также цыпленок Цыпа живут в маленьком игрушечном городке, где все выглядит нарядным и веселым. Каждый день они выходят из своих домиков и увлеченно играют на детской площадке, где постоянно попадают в различные сложные ситуации. Проблемы, кажущиеся взрослым незначительными, для наших героев очень важны, и они отважно справляются с ними.
18.30 «Барбоскины». (0+)
Необычайно добрый, забавный и поучительный мультсериал для самых маленьких зрителей.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.15 «Простоквашино». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Катя и Эф. Куда-угоднодверь». (0+)
11.00 «Ну, погоди!» (6+)
11.30 «Катя и Эф. Куда-угоднодверь». (0+)
Образовательно-развлекательный мультсериал, из которого дети узнают о природе вещей. В первом сезоне друзья посещают пекарни, заводы, поезда, пароходы и разбираются, как все устроено, и какие бывают профессии. Во втором сезоне Катя и Эф путешествуют по разным странам и ходят в гости к детям по всему миру. В третьем сезоне они уже могут не только увеличиваться до размера планет и уменьшаться до атомов, но и путешествовать в прошлое! Они видят чудеса света, встречаются с великими изобретателями и учеными и узнают, кто придумал мыло и аэроплан.
16.00 «Катя и Эф. Куда-угоднодверь». (0+)
00.00 «Катя и Эф. Куда-угоднодверь». (0+)
03.00 «Катя и Эф. Куда-угоднодверь». (0+)



ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Версаль - цена величия. (16+)
00.45, 04.55, 12.45, 16.45 Пётр I Великий. (12+)
02.05 Ледоколы войны. (12+)
02.50, 07.05, 11.00, 15.00 Вторая Мировая. Великая Отечественная. (16+)
03.50 Тайное становится явным. (12+)
04.05 Кровавое правление Стауртов. (16+)
06.10 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
06.30, 10.30, 22.20 Русь начальная. (12+)
08.00 Это подкаст. История. (12+)
09.00 Лаборатория смерти. Как работал японский «Отряд 731». (16+)
10.00 Книжные аллеи. Адреса и строки А. С. Пушкина. (12+)
12.00, 16.00 Освобождение: решающие битвы. (12+)
13.45, 17.50 Уроки Нюрнберга. (12+)
14.10, 18.15 Историограф. (12+)
19.00 Дело Романовых. Следствием установлено... (12+)
20.00 Нобелевские лауреаты: «Великий Дау». (16+)
20.45 Нобелевские лауреаты: Сверхтекучая физика Капицы. (16+)
21.30 Александр Меншиков. Кавалер № 7. (12+)
22.05 Русское наследие. Южные рубежи: Советский модернизм в архитектуре новых регионов. (12+)
22.50 Имена нелегальной разведки: Александр Коротков. (12+)

HISTORY

- 06.00 Легенды Европы: Бургундия. (12+)
07.05 Легенды Европы: Север. (12+)
08.00 Легенды Европы: Париж. (12+)
09.00 Легенды Европы: Шотландия. (12+)
09.55 Человек из Толлунда. (16+)
10.55 Тайна Золотых городов. (16+)
11.55 Последняя тайна Мэрилин. (12+)
12.55 Загадки Древнего Египта: Египетский гений. (16+)
13.40 Загадки Древнего Египта: Злодейство и порок. (16+)
14.30 Загадки Древнего Египта: Древние символы современной эпохи. (16+)
15.20 Загадки Древнего Египта: Упадок и богатство. (16+)
16.10 Загадки Древнего Египта: Упадок и падение. (16+)
17.00 Блокбастеры 80-х - когда Голливуд играл жестокую. (16+)
18.00 Дикий и удивительный мир Илона Маска. (12+)
19.00 «Союз» - «Аполлон»: первое рукопожатие в космосе. (16+)
20.00 Десять спортивных моментов, изменившие мир. (16+)
20.50 Час, который изменил мир: высадка на Луне. (16+)
21.40 Туннели под Аппасом. (16+)
22.35, 23.35, 00.30, 01.25 Битва титанов. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 06.45, 13.50, 14.40, 22.35, 23.20 Без обид. Александр Ширвиндт. (12+)
В чём секрет успеха Александра Ширвиндта? В программу включены монологи артиста, фрагменты фильмов, спектаклей и знаменитых капустников в Доме актера с его участием.
07.35, 17.15, 01.55, 04.20 Последняя роль. Георгий Юматов. (12+)
08.25, 16.15, 01.00 Испанский грипп. Великий убийца. (12+)
09.20, 18.05 Настоящая война престолов. Братья-враги. (12+)
10.10, 18.55 Настоящая война престолов. Конец династии Валуа. (12+)
11.00, 19.45, 02.40 Судьбы. История любви Жозефины де Богарне и Наполеона. (12+)
Знаменитая история любви императора Франции Наполеона и Жозефины Богарне.
12.00, 20.45, 03.35 Вторая мировая война. Герои против изменников. Франция. (12+)
Два основных политических деятеля этого времени - предатель Филипп Петен и национальный герой Шарль Де Голль. Две фигуры - два вектора, две драмы...
12.50, 21.35, 05.05 Ледяные гробницы Монголии. (16+)
15.30, 00.10 Гуд бай, Америка. Композитор Зацепина. (16+)

РОССИЯ К
Культура



13.00 «Игра в бисер»
с Игорем Волгиным

- 07.05** «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»
08.30 Тайны старого чердака
09.00 Диалоги о животных
09.40 Больше, чем любовь
10.20 «ЛЮБОВЬ ШКА»
11.50 Неизвестные маршруты России
12.30 «Невский ковчег»
13.00 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
13.45 «Элементы»
14.15 «СТАКАН ВОДЫ»
16.30 Картина мира
17.10 «Первые в мире»
17.25 Пешком...
17.55 «Эстрада, которую нельзя забыть»
18.40 «Лёд и свет Александра Борисова»
19.30 Новости культуры
20.25 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ»
22.00 Балет Ц. Пуни «Катариона, или Дочь разбойника»
00.45 «МИЛОСТИВЫЕ ГОСУДАРИ»

ТВЦ



10.55 Полезная программа.
(6+)

- 05.40** «ЗАГАДКА ФУДЗИТЫ». (16+)
07.10 «ЗАГАДКА ЛЕЙБНИЦА». (16+)
09.00 «ЗАГАДКА ПЬЕТРО БОНГО». (16+)
10.55 Полезная программа. (6+)
11.30 00.05 События
11.50 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
12.25 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Дорогие товарищи». (16+)
15.50 «Охота на маньяка». (16+)
16.40 «Настоящий детектив». (16+)
17.30 «ЗА ДЕНЬ ДО: ИРИС И КАШТАНЫ». (16+)
19.25 «ЗА ДЕНЬ ДО: ЗМЕЯ В ЛАБИРИНТЕ». (16+)
21.25 00.20 «ОБЪЯВЛЕН МЁРТВЫМ». (16+)
01.10 «Петровка, 38». (16+)
01.20 «ДИЛЕТАНТ». (12+)
04.15 «Римма и Леонид Марковы. На весах судьбы». (16+)

ТВ-3



09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00** «Мультфильмы». (0+)
09.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
11.30 «ПИТОМЕЦ ЮРСКОГО ПЕРИОДА». (6+)
13.15 «ПИТОМЕЦ ЮРСКОГО ПЕРИОДА-2». (6+)
15.00 «БИТВЫ МОНСТРОВ». (16+)
16.45 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)
19.00 «ДЕНЬ КУРКА». (16+)
21.00 «ТАЙНА СЕМИ СЕСТЕР». (16+)
В недалеком будущем, на Земле возникает предсказанная учеными проблема перенаселения. Ресурсы планеты ограничены и не рассчитаны на такое количество людей. Выход из этой проблемы ученые находят только один - ограничение рождаемости.
23.30 «МИССИЯ АССАСИНА». (18+)
01.15 «Вокруг Света. Места Силы». (16+)
05.00 Места Силы. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



10.35 Пять ужинов.
(16+)

- 06.30** «ЖЕНА ПАЦИЕНТА ПОТАПОВА». (16+)
09.30 Метод Рогова. (16+)
10.35 Пять ужинов. (16+)
19.00 «ОДНОКЛАССНИКИ: БЫВШИХ НЕ БЫВАЕТ». (16+)
У Ольги Гоголевой счастливая семья - муж Сергей, с которым они вместе ещё со школы, и сын Костя. Ничего не предвещало беды спокойному течению их жизни, пока на встрече одноклассников не появился Владимир Дудников, таинственно исчезнувший сразу после окончания школы.
23.15 «НЫРЯЛЬЩИЦА ЗА ЖЕМЧУГОМ». (16+)
02.40 Одна за всех. (16+)
03.15 «ДВОЙНАЯ ПЕТЛЯ». (16+)
Светлана и Влад прожили в счастливом браке 15 лет, пока между ними не встал... бизнес. Свету повысили на работе, а Влад всё продолжал трудиться сантехником.

5-й КАНАЛ

- 05.00** «Маша и Медведь». (0+)
05.15 «НАШ СПЕЦНАЗ». (16+)
06.35 «НАШ СПЕЦНАЗ-4». (16+)
09.00 Фирменный рецепт. (12+)
09.30 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: БАРОН». (16+)
14.55 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ-2: АДВОКАТ». (16+)
01.20 «БЕЛАЯ СТРЕЛА». (16+)
02.55 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
ЗВЕЗДА
06.30 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН». (12+)
09.00 «Новости недели». (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
12.20 «Война миров». (16+)
13.10 «Код доступа». (12+)
14.50 «Скрытые угрозы». (16+)
15.40 «Секретные материалы». (16+)
18.00 «Главное». (16+)
19.40 «Легенды советского сыска». (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
00.05 «ПРИКАЗА УМИРАТЬ НЕ БЫЛО». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00** «Утро вместе». (12+)
10.00 «Кошечки-Собачки». (0+)
11.00 «Такие разные». (12+)
12.00 «Неделя». (12+)
12.30 «Марафон». (12+)
13.30 «Территория успеха». (12+)
14.00 «Точка.ру». (12+)
14.30 «ПРОГУЛКА». (16+)
16.15 «Азбука Православия». (12+)
16.30 «Просто жизнь». (12+)
17.00 «Понятная политика». (12+)
17.15 «Живет Россия». (12+)
17.45 «ДОРОГА ИЗ ЖЕЛТОГО КИРПИЧА». (16+)
19.30 «Неделя». (12+)
20.00 «Современники». (12+)
20.30 «От 7 до 17». (12+)
21.00 «ЛЕВ ЯШИН: ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (6+)
1949 год. Заменяв Хомича, молодой вратарь Лев Яшин играет первую игру в основном составе московского «Динамо» и пропускает стыдный гол в пустые ворота.
23.00 «Нефть». (16+)
23.45 «Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Бурани» - «Динамо-Алтай» Барнаул. (12+)
01.30 «Живет Россия». (12+)
02.00 «Такие разные». (12+)
03.00 «ЛЕВ ЯШИН: ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (6+)

СПОРТ

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ**
06.00 Новости
06.05 17.30 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция
07.30 10.50 13.25 Художественная гимнастика. Гран-при. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга. Кубок чемпионов Алины Кабаевой
09.45 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Гонка преследования. Женщины. Прямая трансляция из Тюмени
12.15 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Гонка преследования. Мужчины. Прямая трансляция из Тюмени
18.45 Футбол. «Рубин» (Казань) - «Локомотив» (Москва). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
21.00 «После футбола» с Георгием Черданцевым
22.35 Футбол. «Лацио» - «Милан». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
02.05 Бокс. (16+)
03.55 Новости. (0+)

- МАТЧ! СТРАНА** **МАТЧ! СТРАНА**
06.00 Гандбол. Кубок России. Финал четырёх. 1/2 финала. Трансляция из Чехова. (6+)
07.30 Художественная гимнастика. Кубок чемпионов Алины Кабаевой. Прямая трансляция
17.30 19.30 Новости. (0+)
17.35 «Страна спортивная». (12+)
17.55 «Это футбол!» (12+)
18.25 Баскетбол 3x3. Международный турнир. Финал. Прямая трансляция
19.35 02.10 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
20.05 Лица Страны. (12+)
20.20 21.30 Биатлон. Чемпионат России. (6+)
22.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
00.35 01.20 Фехтование. Международный турнир. «Московская сабля». (6+)
02.35 Гандбол. Кубок России. Финал четырёх. (6+)
04.05 Небесная грация. (6+)
04.25 Баскетбол 3x3. Международный турнир. Финал. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ** **МУЗ-ТВ**
05.00 Плейлист | Весна. (16+)
05.30 Караокинг. (16+)
07.00 PRO-новости. (16+)
07.30 У-Дачный чарт. (16+)
08.30 Teen чарт. (16+)
09.00 Звёзды с приветом. (16+)
10.00 Плейлист | Весна. (16+)
10.30 Без курюр. (16+)
11.00 Юмор FM чарт. (16+)
12.00 Лига клипов. (16+)
12.30 Хит-Сториз. (16+)

- 13.00** МУЗ-ТВ чарт. (16+)
14.00 Моя волна. (16+)
15.00 10 самы! (16+)
15.30 Хиты по-русски. (16+)
16.00 Яндекс.Музыка. (16+)
17.00 Клеймо абьюзера. (16+)
18.00 Плейлист | Весна. (16+)
20.00 Топ-30. (16+)
22.00 Фан-зона. (16+)
23.00 Плейлист | Весна. (16+)
00.00 Золотая лихорадка. (16+)
02.00 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000** **VJUV TV1000**
05.30 «РУФУС: ХРОНИКИ ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ». (6+)
06.50 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
08.40 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (16+)
11.00, 11.55, 12.50, 13.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
14.45 «ВОРОН». (16+)
16.35 «БРАТСТВО ВОЛКА». (16+)
19.15 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)
20.55 «ДРУГОЙ МИР». (16+)
23.00 «ДРУГОЙ МИР II: ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
00.50 «ДРУГОЙ МИР: ГОД ВОЛКА». (16+)
02.15 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)
03.45 «ОПЕРАЦИЯ «ФОРТУНА»: ИСКУССТВО ПОБЕЖДАТЬ». (16+)

- TV1000** **VJUV TV1000** **РУССКОЕ**
05.30 «Смешарики», «Простоквашино», «Три кота», «Царевны». Мультсериалы. (6+)
10.00 «Ганзел, Гретель и Агентство Магии». (6+)
11.50 «Снежная королева: Зеркальце». Мультфильм. (6+)
13.20 «Снежная королева: Разморозка». Мультфильм. (6+)
14.40 «Руслан и Людмила. Больше, чем сказка». Мультфильм. (6+)
16.15 «КРАСНЫЙ ШЁЛК». (16+)
18.50 «ПРОЛОК. ИСТОРИЯ АЛЕКСАНДРА ПУШКИНА». (16+)
21.20 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
00.05 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
02.00 «ДИКАЯ ЛИГА». (16+)
03.50 «Волки и Овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
05.00 Мультфильмы. (6+)

- TV1000** **VJUV TV1000** **АКЦИОН**
06.05 «ДЖУНГЛИ». (16+)
07.55, 09.25 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
11.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
12.40 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
19.00 «ВРЕМЯ». (16+)
14.15 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
15.50 «ДЕНЬ КУРКА». (16+)
17.20 «57 СЕКУНД». (16+)
19.00 «ВРЕМЯ». (16+)
20.50 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (16+)
22.45 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)
00.30 «ГИПНОТИК». (16+)
02.05 «ЯЧЕЙКА 234». (16+)
Триллер, США, 2024 г.
03.25 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)

- суббота!** **СУББОТА!**
05.00, 09.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
08.30 «Маша и Медведь: Парк чудес». Мультфильм. (0+)
14.05 «Буба». (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30, 19.20, 20.20 «ПРОСТО МАРИЯ». (16+)
21.00 Богиня свиданий. (16+)
22.10 Богиня сыска. (16+)
Романтический эксперимент про обыск и свидание.
23.30 «КЛОН». (16+)
00.30, 01.20 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
03.45 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
04.20 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

- КИНОКОМЕДИЯ**
00.30 «ФАНТОЦИ УХОДИТ НА ПЕНСИЮ». (16+)
02.10 «ФАНТОЦИ БЕРЕТ РЕВАНШ». (16+)
03.40 «ОДНАЖДЫ В ЛА-РОЕ». (18+)
05.40 «ОПЕРАЦИЯ «ТУШЕНКА». (16+)
07.45 «ЧЕТВЕРО ПРОТИВ БАНКА». (16+)
09.30 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)
11.05 «ПЛУТЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
13.00 «ТАКСИ». (16+)
14.40 «ТАКСИ 2». (16+)
16.15 «ТАКСИ 3». (16+)
17.50 «ТАКСИ 4». (16+)
19.30 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (18+)
21.05 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)

- МОСФИЛЬМ.** **ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
06.15 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)
07.35 «ОПЕКУН». (16+)
09.10 «НА ГРАФСКИХ РАЗВАЛИНАХ». (16+)
10.25 «ДРУГ МОЙ, КОЛЬКА!». (16+)
12.00 «СКАЗКА СТРАНСТВИЙ». (12+)
13.55 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)
15.45 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (16+)
17.25 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ СЛЕГКИМ ПАРОМ!». (16+)
21.00 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (16+)
23.00 «ЖИЗНЬ СНАЧАЛА». (16+)
00.25 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
03.00 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (16+)

- ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**
05.10 «Мишки-Братишки». Мультсериал. (6+)
05.35 «Плюшевый бум». Мультфильм. (6+)
06.45 «Князь Владимир». Мультфильм. (12+)
08.10 Союзмультфильм представляет: «Дед Мороз и лето», «Бременские музыканты». (6+)
10.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-7». (16+)
18.00 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)
19.45 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...». (12+)
21.25 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (12+)
22.40 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
00.05 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ». (16+)

- СТС LOVE** **СТС LOVE**
06.00 6 кадров. (16+)
07.00 «Приключения Паддингтона». Мультсериал. (6+)
08.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)
10.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
Орлова придумывает новый план, как подставить Казанцева. В кафе мамы Бакина появляются новые поставщики. Бакин готовится к партнёрским родам.
22.30 Сердца за любовь. (16+)
Шоу знаков и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе.
01.45 Битва каверов. (16+)
04.10 6 кадров. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Завет. (6+)
06.05 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Державная». (0+)
06.35 Крест. (0+)
07.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
09.00 Простые чудеса. (12+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.45 Паломница. (12+)
14.20 Русский мир. (12+)
15.25 «День православной книги». Специальный проект телеканала СПАС. (16+)
18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)

- 19.30** Щипков. (12+)
Авторская программа Александра Щипкова.
19.40 «Бесогои». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
20.50 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
21.50 Батюшка Илий, моли Бога о нас! (0+)
23.40 День Патриарха. (0+)
23.50 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
01.10 Портрет на фоне эпох. Схиархимандрит Илий. (0+)
02.05 «День православной книги». Специальный проект телеканала СПАС. (16+)
04.10 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)

Православный календарь

15 марта
Неделя 3-я Великого поста,
Крестопоклонная. Глас 7.
Иконы Божией Матери, именуемой
«Державная».



Сщмч. Феодота, еп. Кириносского. Свт. Арсения, еп. Тверского. Мч. Тродия. Мц. Евфалии. Прп. Агафона Египетского. Мчч. 440 Итальянских.

Постный день.

« Не пребывай никогда без дел, в праздности, церковные и воскресные дни почитай по заповеди Божией». Схиигумен Савва Псково-Печерский

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

Февраль уже перевалил далеко за половину, а снежное безумие все никак не заканчивалось. Снег падал и падал, заносил толстым слоем за ночь все расчищенное днем, и конца-края этому безобразию синоптики не обещали.

– Придется тебе в выходные опять на дачу ехать, теплицы от снега чистить, – вздохнула жена. – Я вообще-то рассчитывала на основательный шопинг, но что ж теперь поделаться...

– Шопинг? – удивился Петрович. – С чего это вдруг? Ты же еще недавно говорила, что на весну все у тебя есть, и по магазинам, к счастью, ходить не придется.

– Говорила, – не стала возражать жена. – А ты в окно-то посмотри. Если весна дружная будет, тут по тротуарам натурально реки потекут! Высокие непромокаемые сапоги надо покупать. Тебе, кстати, тоже.

– Я-то уж как-нибудь обойдусь, – заворчал Петрович,

Заманчивое предложение



который шопинг несколько недолюбливал. – У меня резиновые есть, мне и их вполне хватит.

Замерзнут ноги в резиновых-то, – парировала жена.

– Ничего не замерзнут, я их на теплый носок, – не сдавался Петрович. – Я ж в них в лес за строчками не первый год хожу. По снегу, между прочим! И ничего, не мерзну.

– Ладно, тебе виднее, – смирилась жена. – Но мне точно нужны сапоги.

– Да без проблем: в субботу я съезжу на дачу, а в воскресенье поеду за твоими

сапогами, – успокоил ее Петрович.

На том и порешили. В субботу, как и договорились, майор поехал на дачу. Дорога оказалась хуже, чем в прошлый раз. Вместо четырех полос на шоссе осталось только две, и те были покрыты плотной снежной коркой, по обочинам высились сугробы выше человеческого роста. И только небольшой проселок, ведущий к их деревне, был тщательно расчищен – кое-где даже проглядывал асфальт. Петрович вспомнил добрым словом тракториста Васю, который, очевидно, сво-

ими прямыми обязанностями не манкировал.

Однако дорожку до калитки все-таки пришлось расчищать самостоятельно – снегу с последнего приезда намело по пояс. К тому же на прошлой неделе случилась небольшая оттепель, из-за которой снег чуть подтаял и слежался, стал плотным. Пришлось Петровичу в этот раз изрядно повозиться, но он был даже доволен: день выдался солнечным, воздух был удивительно свеж, и легкий морозец общего впечатления никак не портил. Майор расчистил небольшую тропинку до калитки, потом дорожку до сарая с инструментом и взял курс на теплицу, укрытую толстым снежным покрывалом. На удивление, снег с теплицы сходил легко, и очень скоро вся она открылась ярким солнечным лучам. Петрович полюбился результатами своей работы, убрал лопату и грабли в сарай и пошел к выходу.

У калитки его уже ждали. – Здорово, Петрович! – радостно воскликнул сосед. – Ты смотри, этой зимой у нас с тобой прям регулярные свидания получаются.

– И не говори! – улыбнулся в ответ Петрович, протягивая приятелю руку.

– А я не в обиде, – продолжил сосед, пожимая его руку. – С хорошим человеком каждая встреча в радость.

– Еще бы снега поменьше... – кивнул Петрович.

– А ты б тогда и не приехал вовсе, – заметил сосед.

– И то верно, – согласился Петрович. – Да и ты б не приехал. Зато теперь вот и размялись как следует, и воздухом свежим надышались. Так что к лучшему все.

– Вот и я о том, – поддакнул сосед.

Они еще немного поболтали – о погоде, о грядущем полевом и видах на урожай, когда сосед вдруг схватил Петровича за рукав, словно боялся, что тот убежит:

– Чуть не забыл! Слушай, тут такое дело... Заманчивое предложение имеется –

картошка семенная. Отборная! Мужик один там привозит, фермер, потомственный картофелевод. Его предки – предстали? – еще в допетровские времена картошкой занимались, всю Россию семенами обеспечивали! К царскому столу синеглазку поставляли. Ну, ты же знаешь синеглазку – наш сорт, отечественный. Глазки у нее синие, потому так и называется. И мужик этот хорошую цену дает. Чуть выше рынка, но оно того стоит... А чего это ты на меня так смотришь? Ты картошку не сажаешь, что ли?

– Не сажаю, да, – кивнул Петрович. – Но смотрю я на тебя «так» не поэтому. А потому, что «картофелевод» твой – прохиндей, гони его в шею.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович сделал такой вывод?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 9: Земля Санникова, описанная в одноименной книге Владимира Обручева, находится за Северным полярным кругом, пингвины же водятся только в расположенной на Южном полюсе Антарктиде. Кроме того, куриной слепоты у собак не бывает, этой болезни подвержены только человеческие глаза.

Рис. Ирины Светловской

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

9 марта Восход: 6 ч. 49 м. Заход: 18 ч. 18 м. Долгота дня: 11 ч. 29 мин.

Убывающая Луна в знаке Стрельца

10 марта Восход: 6 ч. 46 м. Заход: 18 ч. 20 м. Долгота дня: 11 ч. 34 мин.

Убывающая Луна в знаке Стрельца

11 марта Восход: 6 ч. 44 м. Заход: 18 ч. 21 м. Долгота дня: 11 ч. 37 мин.

Убывающая Луна в знаке Стрельца

12 марта Восход: 6 ч. 42 м. Заход: 18 ч. 23 м. Долгота дня: 11 ч. 41 мин.

Убывающая Луна в знаке Козерога

13 марта Восход: 6 ч. 40 м. Заход: 18 ч. 25 м. Долгота дня: 11 ч. 45 мин.

Убывающая Луна в знаке Козерога

14 марта Восход: 6 ч. 37 м. Заход: 18 ч. 27 м. Долгота дня: 11 ч. 50 мин.

Убывающая Луна в знаке Водолея

15 марта Восход: 6 ч. 35 м. Заход: 18 ч. 28 м. Долгота дня: 11 ч. 53 мин.

Убывающая Луна в знаке Водолея

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 9 ПО 15 МАРТА

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

9 МАРТА

В 1822 году были запатентованы искусственные зубы.

10 МАРТА

В 1564 году в Москве вышла первая русская печатная книга «Апостол». В 1806 году был основан музей Московского Кремля.

11 МАРТА

В 1931 году в СССР создана программа физкультурной подготовки – ГТО («Готов к труду и обороне»).

12 МАРТА

В 1708 году издан первый в России учебник по геометрии. В 1832 году в балете впервые использовано платье под названием «пачка».

В 1899 году в Петербурге состоялся первый в России хоккейный матч.

13 МАРТА

В 1989 году были сформированы основные принципы World Wide Web, изобретен Интернет.

14 МАРТА

В 1730 году утвержден герб Санкт-Петербурга. В 1954 году окончилось строительство Кольцевой линии Московского метрополитена.

В 1956 году американская компания Амрех продемонстрировала первый в истории видеомагнитофон.

15 МАРТА

В 1812 году в Калифорнии основана русская крепость-поселение Росс.

В 1957 году в Дубне запущен крупнейший в мире ускоритель заряженных частиц – синхротрон.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

9 МАРТА. Иоанн.
10 МАРТА. Александр, Мстислав, Николай, Тарасий.
11 МАРТА. Анна, Пётр, Севастиан.
12 МАРТА. Михаил, Сергей.
13 МАРТА. Василий, Кира, Марина.
14 МАРТА. Александра, Антоний, Антонина, Вениамин, Дария, Евдокия, Надежда, Ольга.
15 МАРТА. Арсений, Феодот.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

9 МАРТА ■ Всемирный день диджея
10 МАРТА ■ День диетолога ■ День архивов в РФ
■ Международный день парика
11 МАРТА ■ День работника органов наркоконтроля
■ День сотрудников частных охранных агентств
12 МАРТА ■ День работника уголовно-исполнительной системы РФ ■ Всемирный день ананаса
13 МАРТА ■ Всемирный день сна (День сомнолога)
■ Международный день планетариев
14 МАРТА ■ Международный день рек
■ Международный день математики
15 МАРТА ■ День работников бытового обслуживания населения и ЖКХ
■ Всемирный день защиты прав потребителей

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

С Евдокией погоже – всё лето пригоже

9 марта считалось Ивановым днем. В этот день было принято наблюдать за птицами: зяблик зашвырял или кукушка закуковала – к морозу и ненастью, дятел застучал – к поздней весне, а синица запела – к теплу.

Гром на Тараса Бессонного, 10 марта, предвещал похолодание.

Туман 11 марта, в день Порфирия Позднего, служил главной погодной приметой: утренний туман сулил непогоду. А вечерний туман предвещал теплые деньки.

12 марта, на Прокопа Перезимнего, следили за поведением овец: если они ведут себя бестолково, то будет сильный ветер. На Василия Капельника, 13 марта, судили о погоде по сосулькам

(капельникам): длинные сосульки сулили долгую весну, а появление сосулек с капелью предвещало урожай зерновых. Про день Евдокии Свистуны, 14 марта, говорили: «С Евдокией погоже – все лето пригоже». Направление ветра соответствовало преимущественному направлению такого ветра в течение весны. 15 марта, в день Федота Ветроноса, теплый ветер сулил теплое лето. А если в этот день накрапывал дождь, то готовились, что первые недели лета тоже могут быть дождливыми.

Муж – жене:
– Когда тебе нужны деньги, ты мила со мной.
– Дорогой, но я всегда мила с тобой.
– Вот именно!



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

Отдел подписки:
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237,
e-mail: distrib@kardos.ru
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами БАХМУТОВА О.В.
Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273
Ведущий дизайнер: НЕМЫКИН Н.Н.
Телефон департамента рекламы:
+7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

№ 10 (539).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 03.03.2026 г.
Дата изготовления: 03.03.2026 г. Срок годности не ограничен
Дата выхода в свет: 04.03.2026 г. Тираж 47 950 экз.
Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48н. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 4129 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 842 005 экз. Розничная цена свободная.
Еженедельная семейная газета для читателей 12+
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено.

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

КОСМИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ избавляет от запоров без слабительных и клизм



Артём Васильевич

Врач-гастроэнтеролог высшей категории, Артём Васильевич рассказал о причинах хронических запоров, их разрушительных последствиях для всего организма и о космической технологии, навсегда избавляющей от проблем со стулом.

В самом начале космической эры ученые столкнулись с неожиданной проблемой: в невесомости у здоровых, подготовленных к нагрузкам мужчин начались жесточайшие запоры. Космонавты, попадая на орбиту, жаловались на тяжесть, вздутие, невозможность нормальной дефекации. Даже если забыть про дискомфорт, эти состояния угрожали здоровью: интоксикация, риск заворота кишок, разрыва стенок, – рассказывает врач.

— **Артём Васильевич, а чем и помогли? Слабительными или клизмами?**

— Их применять в невесомости невозможно. Перед врачами встал вопрос: что делать? Причину выяснили в институте Бурденко: в условиях невесомости гладкая мускулатура желудочно-кишечного тракта теряет тонус, выработка белка, отвечающего за сокращения кишечника, падает на 45% и он буквально «засыпает». Медики видели только один способ наладить космонавтам стул – вернуть тонус кишечнику – длинной и мощной мышце.

— **А можете простыми словами объяснить?**

— Если мышцы кишечника перестают ритмично сокращаться, проталкивая содержимое к выходу, внутри возникает застой, то есть запор. Вот смотрите, с возрастом мышцы в теле в целом слабеют, человеку уже тяжело выполнять работу, которая раньше давалась легко. Так и мышцы кишечника «дрябнут», его сократительная функция ухудшается, каловые массы проходят все медленнее, а потом и вовсе останавливаются. И чем дольше они «стоят», тем сильнее обезвоживаются, становятся твердыми, как камень, закупоривают просвет. И начинают разлагаться. Организм отравляется токсинами, которые должны были быть выведены. Страдает все: появляются туман в голове, скачки давления, головные боли

и боли в суставах, хроническая усталость. А в дополнение постоянное натуживание провоцирует развитие и обострение геморроя – вены прямой кишки не выдерживают давления.

— **Как же заставить кишечник работать в нормальном режиме? Его же мышцы не подкачаешь упражнениями, как бицепс, например.**

— Советские ученые нашли решение, казалось бы, в безвыходной ситуации. Они сконструировали медицинский прибор, который посылал к мышцам, расположенным глубоко внутри организма, слабые электрические импульсы, заставлявшие нервные окончания и мышечные волокна кишечника сокращаться в естественном режиме. В результате гладкая мускулатура «подкачивалась» и после курса процедур кишечник сокращался самостоятельно даже в условиях невесомости. Это была именно тренировка: мышечный каркас укреплялся, его эластичность и тонус повышались. Перистальтика восстанавливалась. Кал выходил легко и естественно. Запоры у космонавтов вылечили успешно. А вот в широкое применение аппарат тогда не выпустили. Засекретили.

— **Потрясающая история. Скажите, Артём Васильевич, а для некосмонавтов возможны такие тренировки? Запоры ведь становятся спутником жизни для многих, особенно после 60. Или нам для облегчения пожизненно пить слабительные?**

— Слабительные это тупиковый путь. «Кнут» для измененного кишечника. Они запоры не лечат. Они действуют разово. Причина запоров у космонавтов и у обычных людей одна и та же – слабые, «ленивые» мышцы кишечника: в невесомости они быстро теряют тонус, а с возрастом происходит то же самое, только медленнее. Понимаете, с годами мышцы всего тела слабеют, то же самое происходит и с мышцами кишечника. Они как будто забывают, как надо сокращаться и превращаются в растянутый мешок. В целях устранения запоров для всех людей был создан медицинский прибор «Электрон» – современная версия лечебного аппарата, решившего проблему с кишечником у космонавтов. Электроимпульсы «Электрона» заставляют нервные окончания и мышечные волокна кишечника сокращаться ритмично, как при здоровом пищеварении. Мышечный каркас его стенок укрепляется, эластичность и тонус повышаются. Кишечник начинает сам проталкивать содержимое, каловые массы не застаиваются, не твердеют. Запоры уходят навсегда. Без слабительных, без клизм, без привыкания. И – что немаловажно – тренировка с ним возможна в любом возрасте в домашних условиях. Использование «Электрона» не требует специальной медицинской или технической подготовки. Лечение составляет всего 10 дней по 16 минут

— **Вы своим пациентам «Электрон» рекомендуете? Есть результаты?**

— Конечно. Например, был у меня 68-летний пациент, который мучился запорами более 10 лет. Пришел на прием, когда слабительные помогать перестали, с жуткими болями и каменным животом. После пары недель с «Электроном» кишечник заработал, запоры ушли. Бонусом исчезла одышка, пропали ноющие боли в пояснице, которые он списывал на возраст.

— **Очень хорошая история...**

— Таких случаев масса. Вот Вам еще один. 72-летняя женщина из-за запоров и геморроя превратилась в затворницу – из дома выходить боялась, потому что боли скручивали до помутнения в глазах. После применения «Электрона» пришел как будто совсем другой человек. Счастливый. Говорит, что боли прекратились, узлы выпадать перестали, как только стала регулярно спокойно ходить в туалет. Вылечил аппарат ее хронический запор и, в добавку, геморрой.

— **А помоложе пациенты что говорят?**

— То же самое, что и старшего возраста. Что после того, как «Электрон» натренировали кишечник, жизнь кардинально меняется. Уходят тяжесть и вздутие, появляется легкость в животе. Прекращается хроническая интоксикация, и нет больше боли и «тумана» в голове, возвращаются ясность мысли, энергия и бодрость. Нормализуется сон и вес.

— **А геморрой?**

— А что геморрой? Когда стул становится мягким и регулярным, геморроидальные узлы сначала перестают травмироваться, потом постепенно уменьшаются и уходят...

— **Артём Васильевич, что бы Вы сказали тем, кто годами откладывает лечение и надеется «как-нибудь само пройдет»?**

— Это главный вопрос, который стоит задать себе прямо сейчас: зачем дальше терпеть, жить с тяжестью, вздутием, болью и вечным страхом туалета, если уже существует «Электрон» – та самая домашняя «тренировка» для кишечника, которая возвращает ему тонус и заставляет работать естественно. Только помните, тянуть нельзя, потому что каждый день промедления усиливает застой, делает кал все тверже и только повышает риск осложнений и ухудшения самочувствия. С «Электроном» избавиться от запоров легко и быстро. К тому же с 4 марта до 1 апреля 2026 года можно получить «Электрон» по минимальной цене от производителя. Для этого позвоните по телефону 8-800-300-77-70 и сообщите номер специального предложения 3329*. При обращении специалисты помогут вам и ответят на все интересующие вопросы о медицинском приборе «Электрон».



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Лимфа – это верная соратница крови, без которой нормальная работа нашего организма просто невозможна. Лимфа собирает всё ненужное, отработанное и вредное, что встречается на своём пути.

Отмершие клетки, разнообразные токсины, погибшие микроорганизмы (как правило, вредоносные) – это мусор, который собирает лимфа, омывая клетки нашего организма. Лимфоузлы – своего рода «отстойники», в которых весь этот мусор скапливается, фильтруется, при необходимости обезвреживается и удаляется. Если узлы не справляются с этими функциями, они воспаляются, увеличиваясь в размерах. Чаще всего поражаются лимфоузлы, расположенные на шее и в паху.

Где находятся

Всего в человеческом теле может быть до тысячи лимфоузлов. Но каждый организм индивидуален, и это количество может варьироваться. Лимфоузлы тоже индивидуальны и имеют разные размеры – от 1 миллиметра до 3 сантиметров. «Семейки» лимфоузлов расположены возле, на поверхности и внутри каждого органа, между органами, под кожей.

Само по себе увеличение лимфоузлов – лимфоденопатия – это не болезнь, а симптом. Так как лимфоузлы являются частью иммунной системы, изменение их состояния говорит о том, что организм борется с инфекцией или внутри нас происходят другие процессы – например, аутоиммунные.

Как укажут на проблему

Понять, где именно возникла проблема, можно по локализации воспаленного лимфоузла, ведь каждый из них «отвечает» за определенную группу органов или частей тела. Так, шейные лимфоузлы первыми реагируют на простуды и ангины, ведь зона их ответственности – это горло, уши, рот и другие ткани головы. При воспалении десен, гингивите и других проблемах зубов и ротовой полости увеличатся подчелюстные и подбородочные лимфоузлы. Как правило, процесс сопровождается повышением температуры.

О проблемах органов малого таза, ног, воспалений мочеполовой системы, кожных инфекциях сигнализируют паховые лимфоузлы.

ВАЖНО!

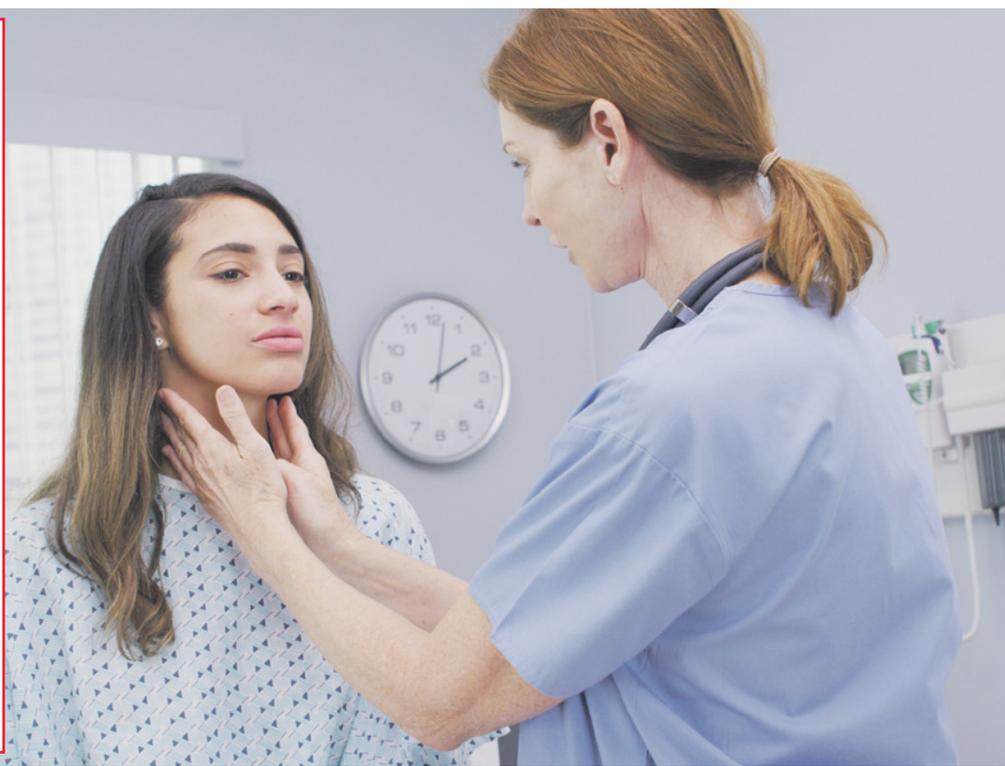
Что именно является причиной увеличения лимфоузлов, может определить только комплексное медицинское обследование. Ставить себе диагноз самостоятельно нельзя, это чрезвычайно опасно для здоровья.

Дословно Возможные осложнения

Самолечение или несвоевременное обращение к врачу может обернуться серьезными проблемами:

- гнойным абсцессом лимфоузла;
- аденофлегмоной (распространение процесса за пределы узла, риск сепсиса);
- переходом воспаления в хроническую фазу;
- лимфостазом (нарушение оттока лимфы, чревато отеками конечностей и ухудшением состояния внутренних органов).

О чём сигналият лимфатические узлы



лы. А подмышечные – о неполадках в грудной клетке и руках.

Нередко лимфоденопатия сопровождается существенным дискомфортом при движении, узлы уплотняются и становятся болезненными.

Что является причиной

Причин увеличения, воспаления, уплотнения лимфоузлов может быть несколько. Расскажем об основных.

1 Инфекции. Основная и самая частая причина увеличения лимфоузлов – это разнообразные инфекции. Возбудители инфекций – болезнетворные организмы, бактерии и вирусы – скапливаются в узлах, что приводит к их увеличению. Причем на разные возбудители лимфоузлы реагируют по-разному.

Профилактика

Чтобы избежать возможного увеличения лимфоузлов, необходимо укреплять иммунную систему и предупреждать инфекции:

- правильное питание, полноценный сон и физическая активность помогают иммунной системе быть в хорошей форме;
- инфекции, в том числе и хронические, необходимо своевременно лечить;
- в межсезонье необходимо избегать переохлаждений и контактов с больными людьми;
- регулярно проходить профилактические осмотры у врача.

Любите себя, свое тело, прислушивайтесь к организму, внимательно выполняйте советы врачей и следите за своим здоровьем.



видной железы) лимфоузлы могут увеличиваться, оставаясь при этом безболезненными.

4 Онкозаболевания. Плотный, неподвижный, растущий постепенно лимфоузел может быть признаком злокачественной опухоли. Иногда пораженные метастазами из других органов узлы сливаются между собой. Как правило, по-

Важно!

Когда бежать к врачу

При любых изменениях лимфоузлов необходимо обратиться за медицинской помощью. А если узлы не вернулись в нормальное состояние в течение двух недель, стали болезненными и тем более если этот процесс сопровождается высокой температурой, нанести визит врачу нужно как можно скорее. Какой бы ни была локализация воспаленного узла, в первую очередь нужно обратиться к терапевту или лечащему врачу. Проведя первичный осмотр, он даст направление на обязательный в этом случае анализ крови и при необходимости направит к врачу-специалисту. Это может быть инфекционист, отоларинголог, эндокринолог, гематолог, онколог, хирург. Не ставьте сами себе диагноз и не занимайтесь самолечением. Точный диагноз и адекватное лечение можно получить только у врача-специалиста и только после соответствующего обследования.

раженные узлы безболезненны.

5 Аллергические реакции. Лимфоузлы могут умеренно воспаляться и припухать при аллергических реакциях нашего организма.

Светлана ИВАНОВА

– Доктор, помогите моему мужу. Он считает себя скаковой лошадью.
– Ну, это потребует длительного и дорогого лечения.
– Не имеет значения, деньги у нас есть: он уже выиграл три забега!

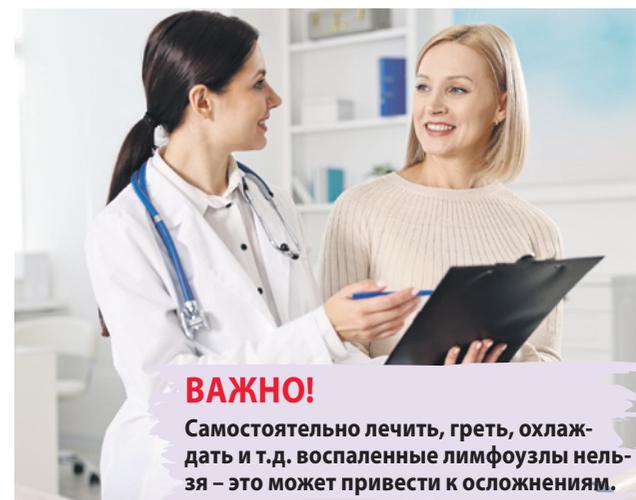


Так, при вирусных инфекциях (ОРВИ, грипп и т.п.) узлы увеличиваются симметрично, но остаются мягкими на ощупь.

Если инфекция бактериальная (ангина, тонзиллит, отит и т.п.), узлы становятся плотными и болезненными, нередко кожа над ними краснеет. При грибковых и паразитарных инфекциях лимфоузлы увеличиваются достаточно медленно и очень умеренно.

2 Аутоиммунные заболевания. Аутоиммунные заболевания – это сбой в иммунной системе, при которой атаке подвергаются собственные ткани организма. В этом случае лимфоузлы остаются безболезненными, но равномерно увеличиваются.

3 Хронические заболевания. При некоторых хронических воспалительных процессах (кишечные инфекции, гепатит, заболевания щито-



ВАЖНО!

Самостоятельно лечить, греть, охлаждать и т.д. воспаленные лимфоузлы нельзя – это может привести к осложнениям.

Хрящи – это не только очевидные нос и уши, но также и суставы, что гораздо глубже и серьезнее.

Подаренная нам природой эластичная и плотная соединительная ткань делает наши движения комфортными. Но вспоминаем мы о ней только тогда, когда сами же ее и разрушили...

Три типа

Знаете ли вы, что в человеческом организме не один, а целых три типа хрящей? Самый гибкий – эластичный хрящ, именно он находится, в частности, в наружном ухе. Его вы можете сколь угодно загибать, закручивать или складывать, и все равно уши вернутся в прежнюю форму. Хрящ плотнее – гиалиновый, он представлен в нашем организме наиболее разнообразно и часто: от концов ребер до гортани. Именно на нем лежит ответственность за амортизацию суставов. Самый плотный и прочный хрящ – волокнистый, из него состоят мениски коленных суставов и межпозвоночные диски.

Возраст имеет значение

Хрящи лишены сосудов, поэтому прямого кровоснабжения у них нет. Это и хоро-

Что такое хрящ и почему он нам так дорог?



шо, и плохо. Хорошо потому, что утраченный хрящ можно восстановить с помощью современных имплантатов, не опасаясь отторжения. Плохо потому, что самостоятельно поврежденные хрящи очень медленно восстанавливаются, а после сорока лет могут и вовсе не восстановиться.

Возрастные изменения касаются хрящей не в меньшей степени, чем всех остальных органов – их ткани изнашиваются, это

естественный процесс. Одна из самых частых жалоб пациентов после сорока лет – боли в суставах. А ведь в хрящах нет нервных окончаний, там, гру-

бо говоря, нечему болеть. И нередко эти боли исходят от трущихся друг о друга костей, когда их более не в состоянии защитить изношенный хрящ. Здоровый упругий хрящ уменьшает трение между костями в десятки, если не сотни раз, делая его совершенно незаметным.

Хрящи молодых людей на 85 % состоят из воды, тогда как для людей пожилого возраста этот показатель, как правило, не

На заметку

Многие вещества, содержащие коллаген (основной белок для строительства кожи, связок, хрящевой ткани), использовались раньше только в косметических целях. Современная наука расширила их возможности. Так произошло с муцином, особым секретом, который выделяют улитки. Теперь это вещество используется и как хондопротектор направленного действия, а также активно применяется в изготовлении искусственных суставов.

превышает 70 %. Разница впечатляющая, и каждый щелкнувший во время движения сустав – живое тому подтверждение. Хорошая новость в том, что такое положение дел – не приговор, даже этот показатель можно исправить.

Чем лечили недуг

В старину суставы лечили настойками, отварами, компрессами и мазями на основе лекарственных растений. Чаще всего использовались крапива, лопух, хвощ полевой, сабельник болотный, брусника, корень имбиря. Интересно, что многие из этих растений обладают обезболивающим и противовоспалительным действием, из-за чего больные ощущали облегчение.

Как и сегодня, особую роль в лечении играло питание – считалось, что существуют продукты, полезные для суставов (овощи, фрукты, рыба).

Светлана ИВАНОВА

Внимание профилактике

Самое лучшее, что можно сделать прямо сейчас, – это заняться профилактикой возрастных изменений. 35-40 лет – возраст, когда именно профилактика ещё может свести к минимуму их последствия. Причём все необходимые действия достаточно просты:

- регулярная физическая активность (гимнастика, йога, ходьба, бег и т.п.);
- правильное питание (избегать избытка солей, трансжиров и сахара);
- пить не меньше 8 стаканов воды в сутки (без учёта жидкой пищи);
- избавиться от вредных привычек;
- контролировать вес;
- укреплять мышцы;
- регулярно обследоваться у врача;
- употреблять БАДы, предназначенные для защиты суставов, то есть хрящей, изнутри.

KOLBEX – ОСНОВА АКТИВНОЙ И КОМФОРТНОЙ ЖИЗНИ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

Биологически активная добавка на основе муцина улитки, созданная для поддержки суставов и сохранения свободы движений

После 35 лет многие начинают замечать: привычные движения больше не даются легко, появляется скованность, хруст, а иногда и боль в суставах. При этом сам возраст не является корнем проблемы – гораздо важнее то, что организм постепенно снижает свою способность к восстановлению. Уменьшается выработка коллагена, суставной смазки, хрящевая ткань истончается. А постоянные нагрузки, стресс, дефицит витаминов и минералов только ускоряют этот процесс. Суставы продолжают работать: ходим, поднимаемся по лестнице, занимаемся делами, но ресурс на обновление становится ограниченным. Именно в этом кроется причина дискомфорта, который многие списывают «на годы».

СТАРЫЕ МЕТОДЫ – ИНТУИТИВНО ТОЧНЫЕ

Когда-то для поддержки суставов люди использовали натуральные средства: костные бульоны, холодцы, отвары трав, растирания. Все это было направлено на восстановление хрящевой ткани и снятие воспаления – даже без научных доказательств люди интуитивно восполняли дефицит важных веществ.

СОВРЕМЕННОЕ РЕШЕНИЕ: МУЦИН УЛИТКИ

Сегодня наука подтверждает результатив-

ность более концентрированных природных компонентов. Один из самых перспективных – муцин улитки. Это уникальное биологическое вещество, в составе которого гликопротеины, аминокислоты, антиоксиданты и ферменты, способные стимулировать регенерацию тканей. Муцин активно применяют в дерматологии и косметологии, но теперь его действие применяется и для восстановления суставов, связок и хрящей. Он работает как природная матрица, в которой клетки восстанавливаются быстрее, а воспаление снижается мягко и естественно.

KOLBEX* – БАД В РОССИИ НА ОСНОВЕ МУЦИНА УЛИТКИ

Kolbex – это единственный в России комплекс для суставов и связок, где в основу формулы положен муцин, который улитки используют для регенерации собственных клеток и восстановления покровов. Продукт производится в Испании и соответствует строгим европейским стандартам качества. С первых приемов можно заметить, что увеличивается эластичность и гибкость тканей, возвращается подвижность, уменьшается дискомфорт! Усовершенствованная формула Kolbex обогащена такими компонентами, как: коллаген, микроэлементы и

гликозаминогликаны, и дает впечатляющие результаты. Еще в состав Kolbex входит куркума, известная своим противовоспалительным эффектом, а также цинк и витамины С и В6, которые укрепляют иммунитет. Но это еще не все! Усиленная формула включает в себя роялактин. Это вещество содержится в маточном молочке, способствует повышению тонуса и жизненных сил и укрепляет нервную систему!

ПОДДЕРЖКА, КОТОРОЙ МОЖНО ДОВЕРЯТЬ

Kolbex – это продуманная поддержка суставов, которая работает в долгую. Подходит для тех, кто хочет сохранить свободу движений, активность и качество жизни после 35 лет, используя силу натуральных компонентов. А теперь заказать Kolbex стало еще проще – продукт доступен на маркетплейсах с быстрой доставкой и **ОФИЦИАЛЬНОЙ ГАРАНТИЕЙ КАЧЕСТВА**. Вы можете оформить заказ в пару кликов, не выходя из дома или выбрать заказ по номеру телефона. Воспользуйтесь предложением и закажите Kolbex для себя или родных уже сегодня.

Звоните нам прямо сейчас и получите экономию до 2 000 руб.!

Если вам не поможет Kolbex, вы можете прислать пустую баночку и мы вернем деньги!**

Реклама

ПРОИЗВЕДЕНО В ИСПАНИИ

КОМПЛЕКС ДЛЯ СУСТАВОВ И СВЯЗОК

БАД НА ОСНОВЕ МУЦИНА УЛИТКИ

30 ДНЕЙ ПРИЕМА
1 КАПСУЛА В ДЕНЬ

В 1 порции:
100% СУТОЧНОЙ НОРМЫ ВИТАМИНА В6 И ЦИНКА
ПРИРОДНЫЕ АНТИОКСИДАНТЫ
100% НАТУРАЛЬНЫЙ СОСТАВ

30 ДНЕЙ ВОЗВРАТА ДЕНЕГ

Бесплатный звонок: 8 800 550-46-44
www.Kolbex.ru

ООО «Хоумскай», 125124, г. Москва, ул. 1-я Ямского Поля, 24. ОГРН: 1247700208293. СОГР АМ.01.16.01.003.R.000001.04.24. *Kolbex (Колбекс), **Акция действует с 01.03.2026 г. по 31.12.2026 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения уточняйте по тел.: 800 550-46-44. БАД.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Легенды о цветах передавались из поколения в поколение. Через цветочные символы люди выражали свои чувства, свои эмоции и пожелания.

«Сказать под розой»?

1 В Древнем Египте многие цветы считались священными и использовались в религиозных обрядах. Лотос, например, символизировал возрождение и вечную жизнь. Его изображения можно найти на стенах храмов и гробниц. Египетские фараоны в знак своего божественного происхождения использовали цветки лотоса как элемент головных украшений. Эмблема их власти – царский скипетр – представляла собой цветок лотоса со стеблем. Лотосы какого цвета почитались древними египтянами в наибольшей степени?

- а) Белые. б) Голубые. в) Розовые.

2 В Древнем Риме первое место среди цветов отводилось розе. Изображение розы можно встретить на предметах древнеримского искусства, на орденах, гербах и печатях. Этот цветок служил символом храбрости, им награждали лучших воинов. В Колизее дождём из роз приветствовали победивших гладиаторов и украшали их венками из этих цветов. А в апреле-мае в Риме проходили праздники роз – розалии. Из лепестков роз получали розовое масло, использовали розовую воду в бассейнах и фонтанах, купались в розовой воде, чтобы сохранить молодость. Более того, у древних римлян был обычай вешать в своём жилище розовую ветку. В те древние времена и появилось выражение «сказать под розой». Что оно значило?

- а) Сказанное должно быть непременно выполнено (клятва). б) Сказанное должно остаться тайной (секрет). в) Сказанное не очень достоверно (сплетня).

3 В Англии в Викторианскую эпоху появился язык цветов. Существовавшие в то время в аристократических салонах нормы поведения не позволяли открыто проявлять эмоции. И тогда господа и дамы стали использовать цветы для передачи тайных личных посланий. Например, жёлтые тюльпаны символизировали безответную любовь. В это время активно составлялись цветочные словари, раскрывающие тайное значение растений. Как по-научному называется язык цветов?

- а) Флориология. б) Флористика. в) Флориография.

4 В мире цветов есть удивительные растения, бутоны которых раскрываются и закрываются в строго определённое время, словно внутри них находится некий часовой механизм. Например, около двух часов дня закрывают свои бутоны колокольчики, за ними в 15.00 приходит пора спать макам и одуванчикам, цикорий закрывается ближе к 16.00. Используя эту способность цветов, Карл Линней в 1755 году создал первые в мире цветочные часы. Циферблат этих необычных часов состоял из нескольких секторов, в каждом из которых росли цветы определённого вида. Единственным недостатком цветочных часов было то обстоятельство, что они работали лишь в солнечную погоду, так как в пасмурные дни венчики цветов иногда вообще не раскрываются. Вспомните, какое распространённое дачно-огородное растение было использовано в цветочных часах Линнея?

- а) Картофель. б) Томаты. в) Свекла.

5 В преданиях и сказаниях многих народов есть красивые легенды, связанные с цветами. Вот одна из них. У бедной мексиканской девушки Пепиты не было подарка, чтобы принести на рождественское богослужение. Не зная, что делать, она собрала сорняки, которые росли у дороги, и сделала из них небольшой букет. Когда девушка подошла к алтарю, букет окрасился в ярко-красный цвет. Все, кто был в храме, решили, что стали свидетелями рождественского чуда. С этого дня такие цветы стали называть Flores de Noche Buena, или цветы святой ночи. А как у нас называется это красивое растение?

- а) Амариллис. б) Мак. в) Пуансеттия.



ОТВЕТЫ

1-б. Голубые. 2-б. Сказанное должно остаться тайной (секрет). 3-в. Флориография. 4-а. Картофель. 5-в. Пуансеттия.

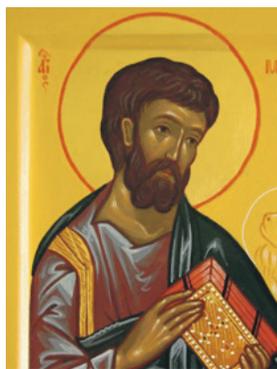


Вышний Волочек
104,5 FM
Губкин
104,0 FM
Задонск
103,9 FM
Липецк
97,9 FM
Москва и область
100,9 FM
Мосолово
101,0 FM
Орёл
95,6 FM
Осташков
99,4 FM
Ржев
102,4 FM
Рязань
102,5 FM
Смоленск
88,4 FM
Старый Оскол
104,0 FM
Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН
RADIOVERA.RU
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«...и возьми крест свой, и следуй за Мною»



И, подозревая народ с учениками Своими, сказал им: кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, и возьми крест свой, и следуй за Мною. Ибо кто хочет душу свою сберечь, тот потеряет ее, а кто потеряет душу свою ради Меня и Евангелия, тот сбережет ее. Ибо какая польза человеку, если он приобретет весь мир, а душе своей повредит? Или какой выкуп даст человек за душу свою? Ибо кто постыдится Меня и Моих слов в роде сем прелюбодейном и грешном, того постыдится и Сын Человеческий, когда придет в славе Отца Своего со святыми Ангелами. И сказал им: истинно говорю вам: есть некоторые из стоящих здесь, которые не вкусят смерти, как уже увидят Царствие Божие, пришедшее в силе. (Мк, 8:34-38)

польза человеку, если он приобретет весь мир, а душе своей повредит? Или какой выкуп даст человек за душу свою? Ибо кто постыдится Меня и Моих слов в роде сем прелюбодейном и грешном, того постыдится и Сын Человеческий, когда придет в славе Отца Своего со святыми Ангелами. И сказал им: истинно говорю вам: есть некоторые из стоящих здесь, которые не вкусят смерти, как уже увидят Царствие Божие, пришедшее в силе. (Мк, 8:34-38)

“Миром правит только Промысл Божий. В этом спасение верующему человеку и в этом сила, чтобы перенести земные скорби. Архимандрит Иоанн (Крестьянкин)”

Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 15 марта, в воскресенье.

В этом отрывке Господь раскрывает Своим ученикам условие, которое необходимо для того, чтобы стать Его подлинным учеником. Для того, чтобы идти за Христом, необходимо отвергнуться от себя. Что именно это означает, мы узнаем из дальнейших слов Спасителя. Он произносит весьма примечательную фразу: «Кто хочет душу свою сберечь, тот потеряет ее, а кто потеряет душу свою ради Меня и Евангелия, тот сбережет ее». Итак, отвергнуться от себя означает потерять ради Христа свою душу.

Душа, о которой идет речь, это все то, к чему привязано наше сердце. Это могут быть окружающие нас люди, наши собственные таланты и способности, наш статус в обществе, различные материальные блага. Одним словом, все то, что дарит нам надежду, утешение, тепло, ощущение надежности, внутренний и внешний комфорт. Это то, что делает наш мир ярче, насыщенней, стабильней. Без этих вещей мы неизбежно начнем страдать, как, например, мужчина страдает, потеряв любимую женщину, музыкант, утратив слух, миллионер, лишившись своих состояний, успешный бизнесмен,

потеряв доверие подопечных и партнеров по бизнесу. А потому нередко мы бережем эти и подобные им сокровища как зеницу ока, цепляемся за них.

Зачем же от всего этого следует отвергнуться? Дело в том, что порой эти вещи так владеют нами, что мы оказываемся от них в полной зависимости. Мы принадлежим им полностью и без остатка. Они управляют нами. Подсказывают, что чувствовать, думать, говорить и делать. Нередко можно наблюдать, в какой прострации оказывается человек, который вдруг теряет что-то из этого или все сразу. Все идет под откос. Ему становится невыносимо пусто и уныло. Им овладевает смертельная тоска, которую нечем заполнить. То есть вроде пытался душу свою насытить, а в итоге, выражаясь словами Христа, потерял ее. Потерял, потому что понадеялся на временное и ненадежное. Ведь нрав людей изменчив, таланты тускнеют, а деньги имеют свойство заканчиваться.

Поэтому призыв Христа потерять душу ради Евангелия означает, что на первом месте у нас должен быть Бог и стремление все силы сердца, ума и тела посвятить исполнению Его запо-



Комментирует священник Дмитрий Барицкий

веди о любви к ближнему. Без чрезмерной заботы о чем-либо ином. И при этом пусть нас не тревожит страх упустить свое и остаться с дыркой от бублика. Господь прямо обещает в Евангелии: если вы всю свою энергию направите на достижение Царства Небесного, все остальное Я Сам устрою. А вы в итоге приобретете то, что так усердно ищете и зачастую не можете найти в том, что вас окружает: приобретете искренних и любящих близких, полноценное раскрытие и применение ваших талантов, материальный достаток, необходимый для ежедневного пропитания. Но самое главное – вы обретете свою бессмертную душу, то есть полноту благодати, душевный мир и покой.

Готовые почвогрунты, содержащие все необходимые для роста и здоровья рассады компоненты, стоят дорого.

Если составить смесь самостоятельно, можно сэкономить. Для этого нужно взять садовую почву (если вы подготовили ее с осени) или торф (стоит недорого) и добавить туда разрыхлитель, питание и дезинфицирующие вещества. Что и в каких пропорциях смешивать?

Что добавить в грунт для рассады?

Письменность появилась у древних людей вместе с необходимостью подписывать горшки с рассадой, чтобы весной не перепутать.



Разрыхлители

Первое, что стоит добавить в садовый или покупной грунт, – это разрыхлители. Наличие разрыхляющих компонентов делает грунт легким, влаго- и воздухопроницаемым, позволяет молодым растениям наращивать хорошую корневую систему.

ЧТО ДОБАВИТЬ?

● **ПЕСОК.** Песок улучшает структуру земли, делает ее более воздухопроницаемой, однако не способен удерживать влагу. Для рассадного грунта лучше всего использовать речной песок крупной фракции, предварительно прокалив его в духовке или на сковороде. Мелкий песок слеживается и уплотняет грунт, а не разрыхляет его.

● **ВЕРМИКУЛИТ.** Это натуральный минерал – вулканическая слюда. Выглядит как золотистые хлопья разного размера (для рассады лучше выбирать некрупную фракцию). Вермикулит делает грунт более легким. Впитывает воду до 500 % от своего веса и постепенно отдает ее корням, предотвращая пересыхание. Также содержит полезные для растений калий и магний в доступной для них форме.

● **ПЕРЛИТ** также имеет природное происхождение: это термически обработанная вулканическая порода. Перлит выглядит как белые гранулы. Создает в грунте постоянные воздушные каналы, не давая ему слеживаться. Не впитывает воду, но создает капилляры для ее равномерного распределения.

В КАКИХ ПРОПОРЦИЯХ?

Можно добавить один разрыхляющий компонент, а можно составить смесь из разных видов разрыхлителей. Общий процент разрыхляющих веществ должен составлять примерно 10-20 % от общего объема грунта.

Обеззараживание

В любом грунте могут содержаться возбудители болезней, поэтому стоит добавить в грунт составы с полезной микрофлорой, которые будут подавлять рост патогенов.

ЧТО ДОБАВИТЬ?

● В виде раствора пролить грунт одним из препаратов: «Фитоспорин-М», «Гамаир», «Байкал-ЭМ-1» и другие. Подойдут любые биопрепараты на основе триходермы или сенной палочки.

В КАКИХ ПРОПОРЦИЯХ?

Цель – увлажнить грунт составом, поэтому, чтобы не залить почву, лучше использовать пульверизатор. Перемешивая грунт и разбрызгивая состав, можно добиться легкой увлажненности. Учитывая, что микрофлоре нужно время на развитие, обработка биопрепаратами проводится за две-три недели перед посевом.

Питание

На стадии роста рассаду важно обеспечить всеми необходимыми веществами. Чтобы не возиться с подкормками на каждом этапе, можно сразу заправить грунт питанием, тогда растения будут брать из почвы все необходимое самостоятельно по мере роста. Для заправки рассадного грунта лучше использовать органические составы, так как с ними невозможно устроить вредную для рассады передозировку, как в случае использования минеральных удобрений.

ЧТО ДОБАВИТЬ?

● **БИОГУМУС** – продукт жизнедеятельности червей, безусловный лидер по полезности для растений. Ускоряет прорастание

семян, стимулирует развитие корней, укрепляет иммунитет сеянцев. В составе – все необходимые вещества. Чтобы не возиться с подкормками на каждом этапе, можно сразу заправить грунт питанием, тогда растения будут брать из почвы все необходимое самостоятельно по мере роста. Для заправки рассадного грунта лучше использовать органические составы, так как с ними невозможно устроить вредную для рассады передозировку, как в случае использования минеральных удобрений.

● **КОМПСТ** – органическое удобрение, получаемое в результате естественного разложения органических остатков. Содержит питательные вещества, улучшает структуру грунта и его способность удерживать влагу. На две части земли добавляют одну часть компоста, тщательно перемешивая.

● **ДРЕВЕСНАЯ ЗОЛА** – улучшает микрофлору почвы, повышает иммунитет рассады. Пропорция: на 1 кг почвогрунта – 1 ст. л. древесной золы. Важно тщательно перемешать золу с грунтом.

В КАКИХ ПРОПОРЦИЯХ? Биогумус и компост могут составлять от 20 до 30 % от объема грунта. Зола добавляется из расчета 1 стакан на 1 кг.

Кстати

Угостим всходы «вкусняшками»

Если ваша цель – не экономить, а получить идеальный грунт, добавьте к составу так называемые «почвоулучшители», которые оптимизируют химический состав.

Кембрийская (голубая) глина – содержит комплекс микроэлементов, таких как кремний, железо, магний, кальций и другие, которые улучшают состав почвы.

Диатомит повышает водо- и воздухопроницаемость грунта, аккумулирует влагу, укрепляет клеточные ткани, позволяет лучше усваивать другие микроэлементы.

Цеолит – содержит около 70 % диоксида кремния, а также оксиды различных минеральных веществ: кальция, калия, железа, магния, бора, марганца, натрия.



Валерия ПАШЕЧКИНА

ДОБРЫЙ СОВЕТ

Как вписать сеянцы в интерьер квартиры?

Пёстрое сборище ёмкостей разных мастей создаёт визуальный шум и ощущение захламлённости квартиры. Как этого избежать?

- **Придерживайтесь единого стиля.** Выбирайте один тип емкостей или один цвет. Например, пусть это будут все белые или все терракотовые кашпо.
- **Используйте натуральные материалы.** Сегодня популярны экологические мотивы в интерьере. Используйте ящики из натурального или искусственного ротанга или лозы, чтобы разместить в них

технические емкости с рассадой. Красиво и практично!

- **Адаптируйте идею вертикального озеленения.** Нет места для рассады на подоконнике? Стильные этажерки в стиле «аптекарского шкафа», современные металлические или кованые стеллажи – спасение для небольших комнат. Рассада, расставленная на полках и подсвеченная

агролампами, смотрится как арт-объект. Идея: лестница-стремянка или деревянная лестница, прислоненная к стене, – готовый стеллаж для растюшек.

- **Декорируйте окна.** Благодаря стильной подвесной конструкции (кашпо из макраме, подвесные полки на тонких ремнях, рейлинговые системы) рассада, занимающая окна, будет радовать взгляд.



Белая рубашка – одна из основных вещей базового гардероба, вечная нестареющая классика.

И это не случайно, ведь с ее помощью можно собирать самые разные образы и делать это достаточно просто.

Белая рубашка легко комбинируется и не нуждается в каких-то особенных умениях и аксессуарах. Можно смело сказать, что эту вещь можно надеть с любой другой, не опасаясь выглядеть смешно. Тем не менее, несколько классических образов с белой рубашкой особенно хороши. Рассмотрим самые удачные комплекты.

В офис

Это строгий вариант, не допускающий никаких послаблений, поэтому рубашка должна быть заправлена. Надевать ее лучше всего с юбкой-карандашом или брюками со стрелкой, завершит образ классический жакет.

В театр

Тот же самый комплект, но с юбкой клеш или брюками палаццо, подойдет для похода в театр, ресторан, на свидание, в гости к старшим родственникам. В этом случае жакет лучше выбирать приталенный.



Белая РУБАШКА – ВСЕГДА МОДНО И ЭЛЕГАНТНО

В кафе с друзьями, по магазинам

Расслабленный, но не расслабленный образ создает белая рубашка с классическими джинсами – прямыми или зауженными. В зависимости от желаемой степени расслабленности рубашку можно надеть навыпуск, прихватить ремнем, заправить переднюю часть под джинсы или вовсе завязать узлом.

На прогулку

В любую погоду, кроме жары или мороза, прекрасным выбором станет многослойный образ с белой рубашкой. Ее можно надеть под трикотажный джемпер или жилет, либо наоборот – на водолазку или топ.

– Поздравляю! Сразу видно, что ты женился: прекрасно отглажена рубашка!
– О да! Это первое, чему меня научила жена.



Что выбрать?

По-прежнему в тренде рубашка бойфренда (boyfriend shirt) – будто снятая с мужского плеча. Это достаточно свободная рубашка мужского кроя, длина которой ниже обычной (может быть до середины бедра). За счет контраста объема рубашки и женской фигуры образы, создаваемые boyfriend shirt, получают удивительно женственными, хотя и слегка небрежными. Эта рубашка практически универсальна и потому, как и джинсы-бойфренды, поселилась в моде всерьез и надолго. Один из самых интересных хитов сезона – **необычный воротник**. С его помощью можно создавать весьма говорящие образы. Экспериментируют как с размером воротника, так и с его декором. Например, кружевной воротник, как и воротники-ленты, выглядит очень романтично, а вот строгий воротник-стойка, наоборот, добавит образу офисной собранности.

Еще один тренд, выдерживающий не первый сезон и не собирающийся сдаваться, – **объемный рукав**. Видимо, это потому, что объемные рукава выглядят исключительно эффектно. Такие рукава могут быть и огромными «фонариками», и каскадом воланов, и струящейся плиссировкой, и длинными буфами. В этом сезоне мы рекомендуем присмотреться к рубашкам кимоно – этот крой не только очень удобен, но и гарантирует повышенное внимание.

Светлана ИВАНОВА

ЦВЕТОВОДСТВО

Арундинария – многолетнее растение, похожее на бамбук, но бамбуком оно не является, а относится к семейству злаковых.

Неприхотливый, весьма декоративный и быстро растущий цветок. В домашних условиях в зависимости от разновидности высота его варьируется от 0,4 до 3 метров. И еще одно достоинство – арундинария отлично поддается обрезке и формировке кроны.

Освещение

Растению требуется мягкий рассеянный свет. Арундинарию предпочтительней разместить на восточном или западном окне. Можно также «прописать» растение и на южном подоконнике, но с обязательным притенением от полуденных солнечных лучей.

Арундинария: быстро и зелено



Температура

Арундинария в летнее время любит температуру в диапазоне 18-22 градусов. Зимой для благоприятного роста растения допустимо понижение температуры вплоть до 15 градусов. Возможна даже прохладная зимовка, в этом случае разместите цветок на хорошо утепленной, но не отапливаемой лоджии или веранде, где температура не опускается ниже 10 градусов.

Пересадка и подкормка

Корневая система арундинарии разрастается довольно быстро, поэтому растение желательно пересаживать каждую весну. Самым оптимальным выбором будет широкий и глубокий горшок. Если вы хотите завести дома еще одну арундинарию, то во время пересадки отделите один из побегов и высадите в отдельную емкость.

Весной и летом растение подкармливают, желательно два раза в месяц. Подкармливать лучше удобрениями, содержащими фтор и азот.

Влажность

Арундинария в естественной среде растет в теплом, нежарком климате на берегах озер и рек. Растение очень любит болотистые низины, где влажность воздуха достаточно высокая. В домашних условиях растение вам будет благодарно за дополнительное опрыскивание из пульверизатора. Порадуется цветок размещенному неподалеку увлажнителю воздуха. В жаркие дни можно поместить арундинарию на большой поддон с влажной галькой, слегка залитой водой.

Подруга – подруге.
– У меня такой парень классный. Ухаживает как красиво! Какие слова находит! Какие цветы преподносит! Прямо хоть никогда не выходи за него замуж!



Обрезка

В принципе, арундинарию обязательная обрезка не требуется. Если только время от времени прищипывание молодых побегов для лучшего ветвления, что придаст ей более декоративный вид. И еще нужно у растения удалять засохшие листья и стебли. Они портят декоративность, а также, что важно помнить, могут служить источником размножения вредителей и вредных бактерий.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Кстати

Бамбуковый мир

Бамбук – очень популярное растение. У него жесткая и плотная древесина. Из нее часто строят дома, плоты и лодки, изготавливают мебель, посуду. Из бамбука делают красивые текстурные обои, пряжу. Молодые побеги употребляются в пищу. Бамбук используют в народной медицине, так как в нем содержится большое количество полезных веществ.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 9 ПО 15 МАРТА

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 9 ПО 15 МАРТА

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Овнов ожидает стабильный период. Продуктивная работа принесет плоды. У вас есть шансы реализовать свои задумки и планы. Главное – не обращайтесь внимания на критику, результаты работы покажут, кто был прав. Хорошо обдумывайте каждое предложение.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Неделя Львов благоприятна для наведения порядка в личных бумагах и важных документах. Рекомендуется систематизировать также свои мысли и намерения. При необходимости не отказывайте в помощи родственникам, особенно представителям старшего поколения.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Стрельцам стоит умерить свой эгоизм. Критикуя всех и указывая на их недостатки, вы можете остаться в одиночестве. И тогда вряд ли кто-нибудь придет вам на помощь. Нелишним будет проанализировать свои поступки, провести ревизию собственных планов.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолеям не следует слишком доверять и открываться людям, с которыми вы мало знакомы. Будьте искренни с теми, кому действительно доверяете. Вы хорошо поработали, и теперь наступает время для отдыха. Проявляйте больше романтизма в отношениях с любимым человеком.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
У Тельцов впереди позитивный период. Вам предстоят интересные встречи и яркие эмоции. Стоит только немножечко поднажать и использовать свои интеллектуальные способности. В каких-то моментах будет сложно, но результат вам понравится.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девам необходимо посвятить время домашним делам. Не отвлекайтесь на заманчивые, но, по сути, пустые предложения. Вначале думайте, а потом только делайте. Неделя благоприятна для ревизии личных планов и ранее намеченных путей для достижения целей.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Близнецам рекомендуется посвятить время себе и собственным ощущениям, постарайтесь не заниматься делами, приносящими дискомфорт, и меньше прислушивайтесь к случайным людям. Поступайте так, как вам подсказывает ваше сердце.

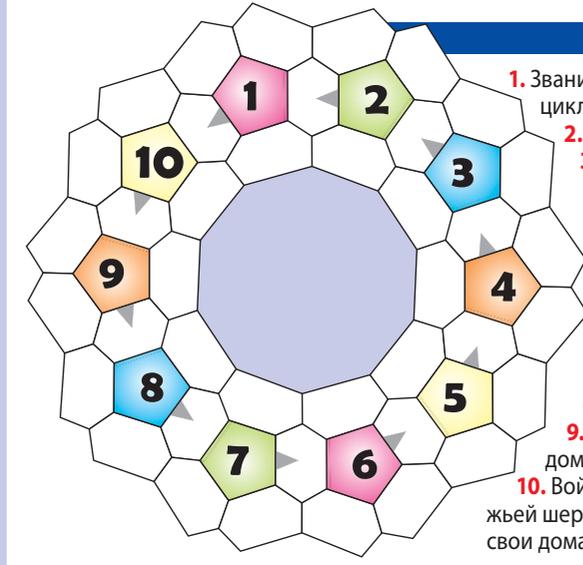
ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Чрезмерные переживания Весов за конечный результат начатого дела могут отрицательно сказаться на вашем внутреннем состоянии. Но активный отдых и развлечения с друзьями устранят этот дисбаланс. Занимайтесь спортом, гуляйте на свежем воздухе.

РАК (22.06 – 22.07)
Раков ожидает плодотворная неделя. Задуманное при старании и усердии будет иметь благополучное завершение. Это прекрасный период для творческой самореализации и экспериментов. В семейные отношения стоит внести новизну, что возродит вашу былую страсть и чувства.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Настойчивость и упорный труд помогут Скорпионам преодолеть препятствия. Старайтесь не судить о ситуации только с одной стороны. Учитесь смотреть в корень. Уделяйте значительное внимание мелочам. Не стоит принимать важные решения сходу.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Звезды рекомендуют Козерогам не тратить впустую жизненную энергию. Вы сможете сделать все, что давно откладывали. Удача на вашей стороне. Позитивные люди, с которыми вы познакомитесь, возможно, откроют вам что-то новое и интересное.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
На этой неделе Рыбам повластно многое. Звезды дадут вам возможность внести в свою жизнь перемены. Главное – не забывать прежних своих ошибок, чтобы не допустить их вновь. К делам старайтесь подходить спокойно, рассудительно.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Звание Ивана Черкасова, главного героя цикла сериалов, начавшегося с «Мосгаза».
2. Остров в пустыне.
3. Немцы называют эту птицу «калькuttской курицей».
4. Молодой парень.
5. Летящее насекомое.
6. Кто из полуобезьян имеет большие-пребольшие глаза?
7. Для кого-то эта госпожа добрая, по словам одной из песен.
8. И сосуд для питья, и старинная русская мера объема жидкости.
9. Традиционная емкость для растущей в домашних условиях пальмы.
10. Войлочный ковер из овечьей или верблюжьей шерсти – казахи до сих пор строят из таких свои дома-юрты.

Ответы: 1. Майор. 2. Оазис. 3. Индюк. 4. Юноша. 5. Шмель. 6. Лемур. 7. Удача. 8. Чарка. 9. Кадка. 10. Кошма.

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ reklama@kardos.ru

ЦЕНА Стоимость срочного объявления от **300** рублей за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 3010181040000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки уточняйте у менеджера

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

По горизонтали: Диагноз. Умник. Триплекс. Отлучка. Ломтик. Артикль. Шеф. Осетр. Ковер. Таро. Посредник. Попрек. Витамин. Сдоба.

По вертикали: Идиома. Голкипер. Очко. Иммуитет. Хинкали. Атолл. Стереотип. Историк. Штурвал. Разруб. Почка. Сдвиг. Корд.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

ООО «ПЕЧАТЬ ЧЕРНОЗЕМЬЯ» ПРИГЛАШАЕТ ПРОДАВЦОВ ПЕЧАТНОЙ ПРОДУКЦИИ (книги, газеты, журналы) В КИОСКИ

Мы предлагаем:

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

Телефоны для связи:
8 (952) 956-14-98, 8 (473) 277-27-00

ПРИГЛАШАЕМ:

ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле

График: 4 дня в неделю

- Получение печатной продукции на складе, доставка по магазинам, выкладка, обновление ценников, сбор возврата, оформление первичных документов, фотоотчёт.
- Ненормированный рабочий день, разъездной характер работы.
- Наличие моб. приложения «WhatsApp» – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

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

КУПЛЮ

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

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:
8 (903) 792-47-73

↙	Столица Белиза							"Окаянные ..." Бунина	Результат игры в числах	↘	Основа каркаде										
	↗	Пряное растение для победителей	Орфей вывел ее из Аида	Донателла, хозяйка модного дома	Зубная "метка" на яблоке	Конфеты в виде маленьких шариков	В нее собирают налоги				↙	Китайская редька	"Ямайская молния" среди бегунов	Синяя разновидность корунда		Выход мяча за боковую линию	Стиль джаза				
↙				↗	Вода из Кисловодска						↘	Летний дом за городом	Старое название низины		Обращение к польской даме						
	↗	Мрак, тьма	Трудовой опыт в годах			Дворянский титул	Город и река под Москвой					↙	Творог на соевой основе				Рождение Наф-Нафа и его братьев				
↙				↗	Художник "Голубых танцовщиц"						↘	Один из спаниелей	Ножка цыпленка табака	... и Герда	Финиш для вычислений						
	↗	Крутой маневр летчика	Что выбивает кассир?			"Папа" Шерлока Холмса	Дрожащий прием в пении					↙	На какой реке стоит Коломна?				Всё в зелёной одежде, на улице ...	"Бедные родственники" Колье			
↙				↗	В нем 38 попугаев (мультфильм)							↘	Палаящая жара июля		Государство в Южной Америке	В умном семействе					
	↗	Бородатый "супруг" дерезы	Груда	Имя Лорен											Клубы над бурлящим чайником						
↙		Было до появления стерео	Любимая ищайка Шерлока Холмса	Лесной любитель лизунца	Яма, подстерегающая колесо							↘	См. фото	Негодные остатки	И ритм, и чувство меры	Граф в плаще мушкетера					
Трудяга у мартена												↙	Лисичка или груздь	Финвал и кашалот	Она губит железо						
Металл для пайки и лужения						Супер-злодейка комиксов ... Квинн															
Металлич. форма для отливки		Ароматный индийский рис																			
						Плотиностроители мира фауны															



ТЕЛЕК	Т	Х	У	Ф	Ч	Ц	О	Э	Ч	У	И	Ж	О	У
	Х	О	Ж	О	Т	И	Л	Ш	С	У	В	Э	Н	
	Ч	О	О	В	Т	О	Ш	К	Л	Л	У	В	Т	Э
	С	О	Л	В	Р	И	О	Н	Э	И	Ф	О	С	О
	Л	Р	Ш	И	О	Н	Э	В	В	Л	К	К	О	
	Э	О	К	В	А	В	К	Е	Р	К	Е	Н	О	
	Ш	Л	Е	К	И	В	Л	Е	У	В	Л	У	О	
	Л	О	Т	И	В	Л	Е	У	В	Л	У	О	У	
	Н	Х	Ф	О	Т	В	Р	С	И	Н	Ж	В	Т	
	И	Н	В	У	Л	О	В	Э	Н	В	Л	В	У	
	В	А	В	Р	А	В	Р	А	В	Р	А	В	Р	
	С	Х	К	С	И	В	Л	Е	У	В	Л	У	О	

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс П2912
Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость подписки на 1-е полугодие 2026 года*

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

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

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

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



П2912
«ТЕЛЕК Черноземье»



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

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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