

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

№48
(369)

ТВ-программа с 5 по 11 декабря 2022 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

КАНАЛОВ
ТВ

КОМУ
ПОЛЕЗНА
ОСОЗНАННОСТЬ?

стр. 4

РЫБА:
ВАРИМ,
ПЕЧЁМ,
ФАРШИРУЕМ

стр. 7

АНАСТАСИЯ МАКЕЕВА

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК НАХОДИТ БЛИЗКОЕ
СЕРДЦЕ, ОН БУДЕТ СЧАСТЛИВ ВСЕГДА

стр. 2

5 КАЛЕНДАРЕЙ

«ТЕЛЕКА»

НА 2023 ГОД

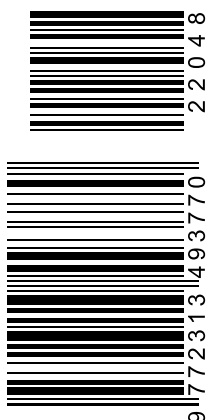
- ★ ТАБЕЛЬ-КАЛЕНДАРЬ СТР. 27
- ★ КАЛЕНДАРЬ КРАСОТЫ 7 ДЕКАБРЯ
- ★ КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА 14 ДЕКАБРЯ
- ★ ГОРОСКОП НА ГОД КРОЛИКА 21 ДЕКАБРЯ
- ★ ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ 28 ДЕКАБРЯ

НАША ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ:
ВВЕДЕНИЕ
ВО ХРАМ
ПРЕСВЯТОЙ
БОГОРОДИЦЫ

стр. 28

12+

Фото Елены Глазуновой
ISSN 2313-4933



917723134937701 22048

На одном из последних модных показов бренда «ДушеГрея» в Москве на подиум в качестве моделей вышли известные артисты.

Среди них – красавица-актриса, фотомодель, певица, телеведущая Анастасия Макеева.

Наши женщины самые красивые

– Настя, что нужно, чтобы востребованная актриса Макеева согласилась участвовать в показе мод?

– С Наташей Душегрей, чью коллекцию мы демонстрировали, у нас давняя дружба. Я влюблена в ее стиль, ее работы, которые всегда обращают на себя внимание. В них вложена душа, а это невероятно важно. Поэтому я здесь.

Кстати, с интересом и надеждой жду восхождения новых звезд. Самое время дает зеленый свет российским дизайнерам, а рынок сбыта у нас большой. Наши женщины самые красивые в мире, они большие модницы. Если за рубежом увидите ухоженную, стильно одетую женщину, это точно будет наша соотечественница. Не секрет, что иностранки не особенно за собой ухаживают. А наши женщины за хлебом в магазин могут так эффектно одеться, что на них будут оборачиваться.

Конкурс скворечников

– За окном уже практически зима, но знаю, что вы ждёте лето, как все дачники. Любите работать на земле?

– Я люблю работать в саду, где могу что-то создавать. Люблю выращивать цветы, мне интересно знать, укоренилась ли моя гортензия, как перезимовала роза, как чувствуют себя тюльпаны. Я не про-

Анастасия МАКЕЕВА:

Самый важный проект – это моя семья

«Для нас важно чаще встречаться с родителями. Огорчаемся, когда не получается. Если родители мужа живут рядом и мы видимся с ними, то мои в Краснодаре. Когда недавно отдыхали в Сочи, родители приезжали к нам на машине».

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»

Бог есть любовь, он каждому из нас даёт шанс и возможность быть счастливым, но мы не всегда замечаем это. Нередко отказываемся от нашей мечты и любви во имя какой-то выгоды, зачастую материальной. Но если внутри человека есть любовь, если он находит родное сердце, то будет счастлив всегда.

Ещё важно помнить, что только здоровые эмоции дают возможность улучшить качество жизни, не испытывать дискомфорта. Болезни приходят от злобы и зависти. Говорят, что люди, которые злятся, завидуют, сплетничают и склошничают, больше подвержены заболеваниям. Так что если хотите быть здоровыми и счастливыми, не судите и не судимы будете!



Семья в приоритете

– Вы признались, что вам нравится собираться всей семьей. Домашние посиделки любите?

– Для нас важно чаще встречаться с родителями. Огорчаемся, когда не получается. Если родители мужа живут рядом и мы видимся с ними, то мои в Краснодаре. Когда недавно отдыхали в Сочи, родители приезжали к нам на машине. Мы прекрасно провели время вместе.

– Знаю, что репетируете новую премьеру. Расскажите о своих проектах.

– Самый дорогой для меня сегодня проект – это моя семья. Ей стараюсь уделять больше времени, поэтому ушла из нескольких спектаклей. С радостью участвовала на Первом канале в телепередаче «Сегодня вечером», посвященной 70-летию Карена Шахназарова. Там, в частности, шел разговор о его картине «Всадник по имени Смерть», в которой была моя первая киноработа. И это было 22 года назад! Столько я нахожусь в профессии. За это время немало сделано. И хотя предложений по-прежнему много, хочется больше времени проводить с мужем, строить семейные планы.

– Тем не менее у вас в театре Моссовета недавно прошла премьера.

– Да, я участвую в новом спектакле «Смерть Пенелопы» и играю вместе с Александром Яцко. Интересный для меня опыт. Минимум декораций и два человека на сцене, так что спрятаться не за кого. Премьера прошла в октябре на малой сцене «Под крышей». Также продолжается работа над шоу на основе мюзиклов, в которых когда-то успешно работала.

Главные уроки жизни

– У вас, слышала, готовы к осуществлению не только творческие проекты...

– Так получилось, что мы с Ромой (Роман Мальков, муж Анастасии – прим. редакции) купили на Алтае землю. Объездили много мест и выбрали самое фантастическое по красоте на берегу реки Катунь. Там собираемся построить туристический центр. Но говорить об этом пока рано...

– Настя, можете сказать, какой главный урок жизни получили на сегодняшний день?

– Я научилась все сложности и трудности, что со мной случаются, воспринимать как урок и благодарю за это Господа Бога.

Наталья АНОХИНА



Фото: Роза Серых и Анна Манасарян

сто наблюдаю за ними, но и ухаживаю, размножаю, меняю. У меня дача – настоящий арт-объект. Я все время что-то реставрирую, пилю, крашу, экспериментирую. Мне есть кому подсказывать: я дружу с известными мастерами,

которые сами прошли этот путь и добились определенных результатов.

В прошлом году я заказала 25 скворечников, позвала друзей, и мы устроили соревнования. Прежде я показала им, как декорировать скворечник, и

каждый сделал свой, авторский, непохожий на другие. Мы их развесили по всему саду, и в этом году в них поселились скворцы, появились птенчики.

– Загородная жизнь для вас обязательна?

– Это мое место силы, одно из любимейших мест, где можем собираться всей семьей. У нас в саду настоящая березовая роща, гигантские деревья, которые при строительстве бережно сохранили. На нашем участке растут лисички, мы собираем их, жарим с ними картошку, варим уху, ходим на речку и прыгаем с тарзанки, как в детстве. Это счастье! В Серпуховском районе, где у нас дом, невероятно красивые пойменные луга, простор, река Ока...

Цените каждый момент

– Вы сказали, что мечтаете о лете. Холода наводят на вас грусть?

– Если только мечтать о лете, а остальное время грустить, то большую часть жизни проживешь несчастным человеком. Жить лишь прошлым и будущим, а не настоящим, бессмысленно и глупо. Да, надо строить планы, мечтать, но это не должно быть в приоритете. Человек почему-то мало ценит то, что происходит в настоящее время. Цените каждый момент!



«Скорая помощь» снова радует зрителей



На телеканале НТВ – премьера нового сезона популярного сериала о буднях врачей «Скорая помощь». В новых сериях зрители увидят уже ставших практически родными персонажей – Константина Кулыгина (в этой роли – Гоша Куценко), Павла Рыкова (Петр Баранчев), Владимира Ломагина (Александр Тютин), Ольги Арефьевой (Екатерина Волкова). К ним добавятся новые герои.

– Мне кажется, в первую очередь это кино даже не про врачей, а про людей, – рассказывает Александр Тютин. – К счастью, моего героя Ломагина беда обошла стороной, и в новом сезоне он будет уделять много времени своим детям. Здорово, что он – уже молодой человек – продолжает развиваться как личность и на пенсию не собирается. За пять сезонов сериала мы с коллегами стали сплоченной командой. Если долго не видимся, то при встрече никак не можем наговориться. Приятно, что уже не первый год у нашего сериала неизменно высокие рейтинги. Это о многом говорит. В социальных сетях я подписан на сообщества поклонников «Скорой помощи», и всегда с удовольствием интересуюсь реакцией зрителей.

Фото PR НТВ

«Случайные встречи» и гамма чувств

На телеканале Домашний завершились съемки новой сериальной мелодрамы «Случайные встречи». В фильме снимались Юлия Благая, Иван Гришанов, Ирина Онацкая, Вероника Саркисова, Тимофей Якомкульский, Илья Алексеев и другие артисты. По сюжету фильма Лера Рябинина работает в такси, а все свое свободное время посвящает семье: любимой дочери-студентке Ане, мужу Антону и собаке Элвису.

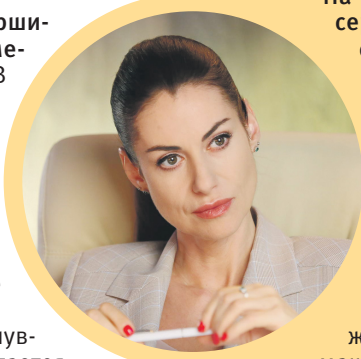
После двадцати лет брака Лера чувствует, что муж к ней охладел. Она пытается оживить отношения, но Антон уходит к другой.



Проблем добавляет дочь – выясняется, что она встречается с женатым мужчиной... Лера пытается образумить Аню, но все заканчивается ссорой, после которой дочь уходит из дома... Валерия остается абсолютно одна...

– Бывают фильмы, после просмотра которых зритель становится другим человеком, – рассказывает Юлия Благая. – Я думаю, что именно это произойдет, когда люди увидят нашу мелодраму. Есть моменты, где можно посмеяться, поплакать...

Фото пресс-службы телеканала Домашний



Анна Ковальчук снова в роли Марии Швецово

На телеканале «Россия» – премьера новых серий детективного сериала «Тайны следствия». Подполковнику юстиции Марии Швецово в исполнении Анны Ковальчук вместе с командой высококлассных специалистов предстоит расследовать новые тайны.

Кроме того, зрителей ждет развязка непростой жизненной ситуации, в которой оказалась не только сама Мария Сергеевна, но и ее близкие люди. В знаменитом сериале, ставшем любимым уже не у одного поколения также сыграли Мирослав Малич, Алексей Комашко, Ольга Павловец и дочь Анны Ковальчук – Злата.

Кстати, в скором времени планируется в эфир уже 22-й сезон, который был снят минувшим летом в Санкт-Петербурге.

Фото телеканала «Россия»

«Голос. Дети» готовится к эфиру

На Первом канале готовится к эфиру новый сезон проекта «Голос. Дети». Первые выпуски «слепых» прослушиваний запланированы уже в первые недели декабря. Это будет уже десятый сезон легендарного проекта. В этом году изменилось многое: и состав наставников, и ведущий, и даты выхода в эфир. Планируется, что телезрители увидят часть выпусков до Нового года, во время праздничных каникул будет сделан перерыв, а потом шоу снова вернется в эфир.

Напомним, что наставниками в этот раз стали Баста, МакСим и Егор Крид. А в качестве ведущих шоу мы увидим Яну Чурикову и Агату Муцениеце.

Фото Вадима Тараканова



«Жуки» идут к финалу

На телеканале ТНТ 5 декабря премьера третьего сезона сериала «Жуки» – истории о трёх московских айтишниках, которые вынуждены разрабатывать приложение для знакомств в глухой русской деревне. Сезон станет финальным: авторы сериала обещают красивое завершение приключений главных героев.

В финальном сезоне сериала к своим ролям вернутся Вячеслав Чепурченко, Павел Комаров, Вадим Дубровин, Максим Лагашкин, Екатерина Стулова, Игорь Верник, Владимир Епифанцев, Анатолий Журавлев. Также к актерскому составу примкнет Марьяна Спивак, которая сыграет нового участкового деревни.

Финальный сезон сериала получился еще более трюковым, чем первые два. Любимые зрителями герои будут гореть, тонуть, получать «лещей», гонять на тракторах и убегать от быка. Не обойдется без автомобильных аварий, массовых драк и даже полетов на воздушном шаре.

– Все хорошее когда-нибудь заканчивается, – говорит нам исполнитель одной из главных ролей Вячеслав Чепурченко. – На мой взгляд, у нас получилось прекрасное окончание прекрасного проекта. За три сезона мы рассказали классную историю.

Фото телеканала ТНТ

Никита Ефремов подарил голос Ивану Царевичу

К прокату готовится российский анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк 5». Это будет новая история об Иване Царевиче, его верном помощнике Сером Волке и возлюбленной Василисе.

Главную роль Ивана Царевича озвучивает Никита Ефремов.

– Первый фильм «Иван Царевич и Серый Волк» вышел в 2011 году, – рассказывает Никита. – И вот теперь я озвучил уже пятую часть. Иван мне искренне симпатичен, потому что он веселый, добрый, солнечный человек, но при этом, как ни странно, довольно ответственный. Иногда говорят, что внешне герой очень похож на меня. Но я точно знаю: когда рисовали первый фильм, еще и речи не шло о том, что озвучивать Ивана предстоит мне.

Мороженое – нежное лакомство на все времена

Первое упоминание о мороженом появилось более четырех тысяч лет назад в Древнем Китае. Сохранился рецепт лакомства из снега, льда с кусочками апельсинов, лимонов и зёрен граната. Давайте проверим и вспомним, что известно вам об этом холодном лакомстве, которое мелькает в комедиях 50-60-х гг.

1 Лет 50 назад в нашей стране было расхожим выражение о том, что приезжают к нам иностранцы, чтобы увидеть лучшие в мире балет и цирк и, конечно, попробовать непревзойдённое советское эскимо – настоящее мороженое. В каком фильме, снятом режиссёром Леонидом Гайдаем о контрабандистах, пытающихся вернуть бриллианты, спрятанные в гипсовой повязке, Геша Козодоев перепутал, кому вручить цветы, а кому мороженое?

- а) «Бриллиантовая рука».
- б) «Экипаж».
- в) «Кавказская пленница».

2 В кинокомедии «Операция «Ы» и другие приключения Шурика» (режиссёр Леонид Гайдай), студентка Лида знакомится с главным героем серии новелл, которого играет Александр Демьяненко. Эпизод с эскимо поражает – из руки Лиды падает мороженое, Шурик его поднимает, вытирает о свой рукав, сдувает с него пыль и...

- а) ...отдает другу.
- б) ...выбрасывает в урну.
- в) ...съедает сам.



3 А в этом фильме Геннадия Казанского по мотивам повести-сказки Лазаря Лагина «Старик Хоттабыч» джин-старик во время представления в цирке пробует эскимо. Мороженое очень понравилось Гассану Абдуррахману: «Я никогда не едал такую роскошь!» Вспомните, сколько эскимо съел Хоттабыч?

- а) Сразу два.
- б) Сколько поместилось в шляпу.
- в) Полный поднос.

4 А какие ложки используют во время дегустации мороженого профессионалы?

- а) Золотые.
- б) Серебряные.
- в) Деревянные.



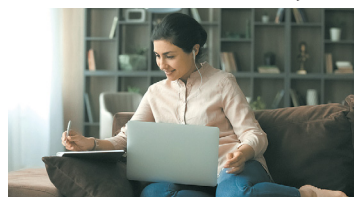
ОТВЕТЫ

1-а. «Бриллиантовая рука». 2-б. Эскимо выбрасывает в урну. 3-в. Хоттабыч забирает у продавщицы поднос, полный эскимо. 4-а. Золотые.

СЕКРЕТ УСПЕХА

Особенности удалёнки

Преимущества работы в родных стенах очевидны: можно сэкономить время на дорогу, деньги на одежду и силы на споры с коллегами. И начальство не стоит над душой: работай и радуйся! Но, как показывает практика, в ряде случаев производительность на удалёнке начинает падать. Почему?



ОФИС ДИСЦИПЛИНИРУЕТ

В нем создана рабочая атмосфера, налажена коммуникация между коллегами, присутствует контроль руководства, а следовательно, меньше соблазнов отвлекаться. На удаленной работе находится множество дел, которые не терпят промедления: приготовить обед, забрать ребенка из сада, купить по дороге хлеб, убрать за котом, ведь кроме вас этого никто не сделает!

ЕСТЬ СОЦИАЛЬНАЯ КОММУНИКАЦИЯ

Делая общее дело, люди чувствуют важность и значимость собственного вклада в результат. Стоит оказаться на удаленке, и эти связи теряются, снижается мотивация хорошо работать и не подводить коллег.

ТЕХНИЧЕСКАЯ СТОРОНА

На работе, например, при неполадках с интернет-связью IT-специалист справится с решением этого вопроса в максимально сжатые сроки. А если такая неприятность произошла дома, то решение проблемы полностью ляжет на плечи самого работника.

Учитывая особенности удаленки, одни сотрудники будут неплохо справляться с работой. Для других же она может быстро превратиться в пытку, а желание вернуться в офис будет огромным. Выбирая удаленную работу, учитывайте собственные качества, особенности характера и домашние технические возможности.

Чем полезна и чем опасна осознанность

Всего пару лет назад тема осознанности была на пике популярности. Гуру психологии и многочисленные коучи призывали всех стать осознаннее и, как следствие, счастливее.

В едь что такое осознанность? Это умение отключиться от суеты и заметить жизнь вокруг себя во всем ее многообразии. Сейчас с призывами к осознанности выступают реже и скромнее, потому что выяснилось, что подходит она не всем. Давайте попробуем поразмышлять на эту тему.



КСТАТИ

Считается, что осознанность благотворно влияет на работу сердца и сосудов.

Очевидные плюсы

Главный плюс осознанности состоит в том, что человек буквально учит свой мозг сосредотачиваться на главном здесь и сейчас. Рой бестолковых надоедливых мыслей покидает голову, жизнь становится наполненной и интересной,

страхи и неуверенность отступают. Это помогает и в семье, и на работе.

В семье мы перестаем заикливаться на раздражающих мелочах и вспоминаем, что рядом любимый человек. Ссоры по пустякам отходят на второй план, никто не брюзжит и никого не пилит. Мы учимся сопереживать друг другу и не

предъявлять завышенных ожиданий.

На работе мы перестаем суетиться и срывать сроки, становимся уверенными в своих силах и эффективными, отказываемся от шаблонов и начинаем мыслить более масштабно. Часто именно это помогает значительно продвинуться по карьерной лестнице.

Как этого добиться?

Методик множество, каждый может подобрать то, что ему по душе. Это и йога, и медитации, и дыхательные гимнастики. Словом, все, что помогает очистить мозг от постоянного надоедливого шума.

Именно поэтому сторонники осознанности отказываются от бесконечного зависания в соцсетях, компьютерных игр, желая постоянно что-то слушать или смотреть. Они также против любых способов повлиять на сознание через алкоголь и курение. Зато за соблюдение режима дня и полноценный сон. Многие даже утверждают, что осознанность позволяет «программировать» приятные сновидения.

Так стоит ли начинать?

Да, стоит! Но стоит также понимать, что путь почти наверняка будет непростым. И все же возможность расширить свои границы, стать более терпимым и сострадательным, успешным и эффективным заслуживает того, чтобы ее добиваться. Впрочем, выбор только за вами.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

На заметку

Кому осознанность противопоказана

Точнее, так: есть люди, которым не стоит искать осознанности прямо сейчас. Вы не готовы начинать этот путь, если:

1 Бойтесь одиночества. Осознанность – не социопатия, но им должно быть комфортно наедине с собой. Если для вас это представляет сложность, то об осознанности думать рано.

2 Не умеете принимать решения. А также делать выводы. Для осознанного человека не существует понятий «хорошо – плохо», он не делит мир и события на «черное и белое». Чтобы выработать свое мнение, придется изучить множество источников информации.

Возможные минусы

Поскольку осознанность – это, по большому счету, честный разговор с самим собой, некоторых разочарований не избежать.

● На пути к осознанности человек может понять, что массу времени потратил впустую, ничего не добился, много лет просто топтался на месте.

● Осознанность может привести и к разочарованию в других людях. Когда человек сосредотачивается на себе, он уже не бежит по первому зову спасти всех подряд, раздавать советы, жертвовать своим комфортом. В окружении сразу проявятся те, кто попросту паразитировал на человеке. Они начнут давить на совесть или на жалость, стараясь вернуть себе утраченный контроль. А сам человек поймет, что окружал себя корыстными нахлебниками.



Чай не только в пакетиках

Почти в каждом доме вы можете найти чай в пакетиках самых разнообразных вкусов. Такой способ заваривания придумал в начале XX века американский торговец Томас Салливан. Точнее, он придумал фасовать чай в мешочки из шелка, чтобы рассылать в рестораны для дегустации. Но в ресторанах решили, что это такой новый способ заваривания, который оказался очень удобным, а впоследствии популярным. Хотя были и другие варианты. Например, чайную крошку прессовали в таблетки и плитки. Но чай получался мутным, и эти способы не прижились.



Чем жуют гусеницы?

Дачники знают: гусеницы страшны тем, что сгрызают зелень почти без остатка. Причем нужную нам зелень! Но как они это делают? Зубов у них нет, а структура листа достаточно жесткая. Оказывается, для жевания у гусениц есть специальные наросты – мандибулы. В отличие от наших челюстей, они двигаются из стороны в сторону и перетирают зелень, как будто жернова. Удивительно, но, став бабочкой, гусеница теряет способность жевать вместе с мандибулами.



Второе дыхание для новичков

«Второе дыхание» встречается у человека, который, например, совершает забег на длинную дистанцию.

Спустя какое-то время после старта силы бегуна покидают и хочется просто упасть и лежать. Но если перетерпеть этот момент, человек будто рождается заново и продолжает бежать без неприятных симптомов. Дело в том, что организму нужно время, чтобы адаптироваться к нагрузке и разогнать обменные процессы. У профессионалов организмы тренированные, поэтому второе дыхание у них встречается гораздо реже, чем у новичков.



Кому полезно «лодыря гонять»?

Произошло это выражение от фамилии медика Ивана Христофоровича Лодыря. В 1828 году он открыл в Москве «Заведение искусственных минеральных вод». Здесь пациентам после распития минеральной воды предписывалась пешая прогулка по саду. Публика, разумеется, лечилась обеспеченная. Ожидавшие их кучера, наблюдая через забор прогулки своих хозяев, говорили: «Лодыря гоняют». Так фамилия трудолюбивого ученого превратилась в обозначение бездельников.

Светлана СИДОРЧУК



ПЛОХОЕ ЗРЕНИЕ НЕ ПРИГОВОР

ИЛИ КАК ВЕРНУТЬ СЕБЕ ЗРЕНИЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА!

*Не вижу на расстоянии вытянутой руки. Почти всю жизнь так живу. На улице страшно выйти. Чувствую себя беспомощной. Горько осознавать, что превратилась в обузу для детей. А что я могу с этим поделать? Так и оказалась в домашнем рабстве на старости лет. Ничего не оставалось, кроме как смириться.
Так было пару месяцев назад. Но ситуация изменилась. И я не могу с Вами не поделиться произошедшим. Ведь для кого-то это станет настоящим спасением.*

МОЯ ИСТОРИЯ НЕ ПРИГОВОР

Плохо видела я с самого детства. С грустью вспоминаю эти годы. Хоть и училась я хорошо, одноклассники смеялись надо мной. Ведь я одна ходила в очках. Но это всё ерунда, ведь тогда я ещё видела. А тяжёлая работа отняла у меня остатки зрения...

Моим спутником по жизни были очки, стационары и операции на глаза. А в 96 году мне поставили диагноз — глаукома. А она, как правило, не лечится. Мне даже группу дали, по инвалидности. Ну инвалид так инвалид, что уж теперь. Я-то думала, моего зрения мне хватит до смерти, но как же я ошибалась... На моей глаукоме стала нарастать катаракта. С каждым днём глаз покрывался пеленой. Видела я ровно то, куда смотрела, про таких ещё говорят «не видит дальше своего носа».

Ещё тогда врачи сказали мне, что, чтобы сохранить зрение, нужно постоянно поддерживать питание глаз. Следить за глазным давлением, не перенапрягаться, ну и регулярно посещать врача. Только как это сделать? В домашних условиях это невозможно, а окулист один на весь город, к нему попросту не попасть! А к платным ходить у меня денег нет. Да и, признаться, водить некому.

Так и мучалась, пока не увидела статью в одном медицинском журнале. Там рассказывали про аппарат ГЛАЗНИК. Современный, запатентованный аппарат для лечения глаз. Отзывы хорошие. К тому же, там писали об акции — результат или возврат денег. А такие предложения встречаются не часто. Недолго думая, я поняла, что я в общем-то ничем не рискую. Тогда чего я жду? И я позвонила. С того дня моя жизнь круто изменилась!

ДОЖДАЛАСЬ

Я, как инвалид по зрению, со стажем, сильных результатов не ждала. Но, как оказалось, напрасно! ГЛАЗНИК действует на глаза лазером. Вы ведь знаете, что сегодня 95 операций из 100 делают именно лазером? Сейчас это настолько популярно и востребовано, что в эффективности не остаётся сомнений. За таким лечением люди в очередях стоят. И, что самое главное, ГЛАЗНИК — это наш, Российский аппарат, отечественного производства и сборки. Честно говоря, Китайский аппарат я бы не рискнула попробовать, а здесь своё, родное!

Производитель аппарата ГЛАЗНИК — ООО «Медприбор СПб», г. Санкт-Петербург. А в Петербурге, как известно, работают лучшие учёные России. К тому же ГЛАЗНИК прошёл все клинические испытания на базе Санкт-Петербургского государственного

медицинского университета им. академика Павлова, где была доказана его высокая эффективность, целых 89%! И это чистая правда. Ведь над созданием этого аппарата трудились ведущие учёные и медики страны.

На сегодняшний день ГЛАЗНИК одобрен Росздравнадзором и имеет сертификат медицинского изделия, а эффективность его не уступает стационарному оборудованию. Лечиться им можно не выходя из дома. И сегодня это лечение доступно любому человеку. Благодаря ГЛАЗНИКУ у меня дома практически своя частная клиника! Представляете?

САМОЕ ЛУЧШЕЕ ЛЕЧЕНИЕ ЗА ВСЮ МОЮ ЖИЗНЬ

Неважно, на какой стадии Ваше заболевание. Любой из нас сможет подобрать свой режим лечения. Ведь у ГЛАЗНИКА их целых 10! Здорово, согласитесь? Каждый режим полезен сам по себе, и при этом усиливает действие других. Именно это сочетание помогает справиться с десятками воспалительных и дистрофических заболеваний глаз.

С глазами как с цветами: нет питания — нет жизни. И именно поэтому ГЛАЗНИК дарует нашим глазам новую жизнь. А дело вот в чём. Именно красное лазерное излучение аппарата расширяет сосуды. Кровь начинает циркулировать быстрее. И это замечательно! Ведь ГЛАЗНИК действует не поверхностно, в отличие от капель, а глубоко, по всей структуре глаза. Благодаря чему питание обильно поступает в глаза, вместе с полезными веществами. Глазные мышцы начинают работать. Пробуждаются те рабочие процессы в глазах, которые практически атрофировались.

Стоит только надеть аппарат ГЛАЗНИК, как сразу чувствуется надёжность и уверенность. Аппарат будто сделан именно под мою голову. Крепления настолько плотные и удобные, сразу видно — качество! И лечиться им приятно и не сложно, даже я разобралась. Теперь лечу глаза сидя в кресле. Одно удовольствие! Будучи в этом аппарате, ощущаешь, как излучение направлено на глаза со всех сторон. Каждая клеточка подвергается лечению.

А главное, что лечение ГЛАЗНИКОМ — это мягкая, восстанавливающая терапия. Которая позволяет справиться с болезнями глаз без операции. Ведь операция решает проблему местно, а ГЛАЗНИК полностью обновляет Ваши глаза. Благодаря ему не только восстанавливается питание, но очищаются слезные каналы и

уходит лишняя жидкость. А значит глазное давление падает (нормализуется) и развитие глаукомы останавливается. Вы можете сами убедиться в этом. Пользуясь аппаратом ГЛАЗНИК, Вы это не только почувствуете, но и увидите изменения в зеркале. Ваш взгляд станет ясным, пройдут отёки и спадут мешки под глазами.

ГЛАЗНИК оказывает прямое действие на самые чувствительные клетки радужной оболочки и сетчатки глаза. Что отлично сказывается не только на лечении заболеваний глаз, но и на работе нервной системы. Красное лазерное излучение восстанавливает её работу, а это благоприятно сказывается не только на настроении, но и на работе организма в целом! Укрепляется иммунитет!

ГЛАЗНИК — ВАШ ШАНС

Сейчас аппаратом ГЛАЗНИК лечусь и я, и мои близкие. И, честно сказать, результат превзошёл ожидания. Я смогла разглядеть рисунок на обоях, представляете? Нет, Вы не представляете, это можно только почувствовать на себе! Это как запотевшее стекло протёрли сухой тряпкой (тканью). Всё видно! Для меня это прорыв, это моя личная победа! Несмотря на то, что у меня одна глазная болячка на другой, ГЛАЗНИК мне помог. Может помочь и Вам!

А вот официальные показания к применению аппарата ГЛАЗНИК:

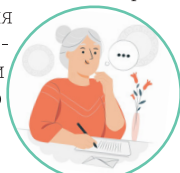
- Глаукома
- Катаракта
- Близорукость (миопия)
- Частичная атрофия и неврит зрительного нерва
- Дистрофические заболевания роговицы
- Конъюнктивит
- Ретинопатия диабетическая

И это далеко не все заболевания. Аппарат ГЛАЗНИК широко применяется в лечении множества заболеваний, и сегодня с его помощью вылечиваются 9 человек из 10! И я в этом числе!

Чем раньше Вы станете обладателем ГЛАЗНИКА, тем больше у Вас шансов сохранить свои глаза! Предотвратить, остановить и победить заболевания глаз! Именно так работает ГЛАЗНИК. У него есть подход к каждому заболеванию, как и метод лечения. Это не просто находка, это гордость современной медицины. ГЛАЗНИК — это прорыв, за которым будущее!

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!

Специальная защитная голограмма на упаковке — это 100%-ная гарантия, что Вы приобрели настоящий медицинский аппарат!



Торопитесь вернуть себе зрение, ведь возможности глаз не безграничны. Главное, будьте внимательны, дабы не нарваться на подделку. Только у аппарата ГЛАЗНИК есть специальная защитная голограмма. Её невозможно подделать, она уникальна. Ну и, конечно, заказывать нужно в проверенном месте.

ВЕРНИТЕСЬ К ЖИЗНИ

Кто бы мне сказал лет 15 назад, что я, «слепаая», смогу лечиться дома... Не поверила б! Ведь во времена моей молодости такого не было. А сейчас медицина вышла на новый уровень в лице аппарата ГЛАЗНИК. Это моя жизнь, и она настоящая. Я вижу, сколько воды наливаю в бокал. Я выхожу на улицу! Я вижу! И Вы тоже можете видеть! Начните сейчас, не теряйте времени. Чем раньше Вы это сделаете, тем больше шансов остаться зрячими! Ведь именно бездействие и страх — наши главные враги на пути к выздоровлению. И если Вы сможете восстановить зрение, то эта статья не напрасна!

Берегите себя! Смотрите на мир «новыми» глазами, свежим взглядом. Здоровья Вам и Вашим близким!

ПОТОРОПИТЕСЬ! В честь наступающего нового года последняя партия товара по низкой цене! Успейте приобрести аппарат!!

ЗАКАЗЫВАЙТЕ «ГЛАЗНИК»
по телефону горячей линии:
8 (800) 333-17-38

433507, г. Димитровград, а/я 476
В письме укажите номер телефона
WWW.PRODEX.RU

ПРИХОДИТЕ НА ВЫСТАВКУ-ПРОДАЖУ ТОВАРОВ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ	
САРАНСК	5 ДЕКАБРЯ
Аптека Фармаимпекс, ул. Косарева, д.13/2 10.00-13.00	
РЯЗАНЬ	6 ДЕКАБРЯ
МКЦ, пл.Победы Первомайский пр., 68/2 10.00-12.00	
ЯРОСЛАВЛЬ	7 ДЕКАБРЯ
ЦНТИ, пр-кт Ленина, д. 2а 10.00-12.00	
НИЖНИЙ НОВГОРОД	8 ДЕКАБРЯ
ДК ГАЗ, ул. Смирнова, д.12 10.00-12.00	
ЧЕБОКСАРЫ	9 ДЕКАБРЯ
Аптека Фармаимпекс, Московский проспект, д. 16 9.00-11.00	
ДК Тракторостроителей, Эгерский б-р, д. 36 12.00-14.00	

Также вы можете сделать заказ на сайте apteka.ru

ИП ЕПИФАНОВА ТАТЬЯНА ВЛАДИМИРОВНА, ОГРНИП 306730205900051. ДОСТАВКА АО «ПОЧТОЙ РОССИИ» ИЛИ КУРЬЕРОМ ДО ДВЕРИ. ОПЛАТА ПРИ ПОЛУЧЕНИИ. *ИНФОРМАЦИЮ О ВОЗВРАТЕ ДЕНЕЖНЫХ СРЕДСТВ УТОЧНИТЕ У ОПЕРАТОРА. СТОИМОСТЬ ДОСТАВКИ УТОЧНЯЙТЕ У ОПЕРАТОРА. ООО «ПОТОК» ОГРН 1211600004550 ЮРИДИЧЕСКИЙ АДРЕС: 420140, РЕСПУБЛИКА ТАТАРСТАН, Г. КАЗАНЬ, УЛ. МИНСКАЯ, Д. 61, ПОМ. 1014 РЕКЛАМА. 18+

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Второй сезон музыкального шоу «Дуэты» на телеканале «Россия» телезрители приняли с восторгом.

Уникальный проект, не имеющий аналогов на российском ТВ, нравится не только им, но даже искусственным участием в разных шоу певцам, музыкантам, актерам и телеведущим. Они сами волнуются, как новички, поскольку не знают, с кем в дуэте им предстоит выступать. Подсказка одна – исполнители должны быть так или иначе связаны между собой. Это может быть кто угодно – друг, родственник, сосед по коттеджному поселку, бывший возлюбленный... Главное, чтобы между ними была протянута ниточка, или, как заметила Татьяна Буланова, толстый канат...

Эмоции должны быть добрые

Напомним, что музыкальный дуэт на проекте разделяет большая зеркальная стена, и главная интрига шоу – кто же за ней находится? Артисту предстоит угадать это еще до окончания песни. Затрудняет задачу специально искаженный голос в наушниках. Во время исполнения артисты судорожно пытаются понять – кто это может быть, и, не догадываясь, волнуются еще больше. И, стоит отметить, сюрпризы получаются очень приятными. «Мы – за добрые эмоции», – заметила по этому поводу ге-



неральный продюсер «Вайт Медиа» Юлия Сумичева.

Таинственное шоу

Тайн в шоу «Дуэты» целая шкатулка! Еще находясь в коридоре «Мосфильма», наш корреспондент отметила, что артистов, которым предстоит спеть дуэтом, тщательно скрывают друг от друга, чтобы они невзначай не пересеклись. Их привозят к разным входам киностудии, сопровождают в гримерки, которые расположены в противоположных концах павильона, и пообщаться они могут лишь после исполнения номера.

– Самая большая сложность – это попасть друг в друга, – делится своими впечатлениями Виктор Салтыков.

– Сложности добавляет мультяшный искаженный голос, который сбивает с толку, плюс подпевки. Так что немало боязно, если честно. Попадаешь в замкнутое пространство и не знаешь, что тебя ждет, не



знаешь, кто там. Так можно и текст подзабыть от волнения...

Мечты сбываются!

– Живой оркестр, живой звук, невероятно красивые декорации! Я в восторге! – делится за кулисами эмоциями Валерия, кото-

рую терпеливо ожидал Иосиф Пригожин. – Мы люди взрослые, удивляемся все реже, потому что многое уже прочувствовано, пережито, а здесь – новые эмоции, возможность выйти за рамки себя привычного. Уверена, что со мной будет петь девочка, поскольку тоналность у песни высокая. Зато Кирилл Туриченко из группы «Иванушки

International», которого поставили в дуэт с Алсу в премьерном выпуске сезона, не мог поверить своему счастью. Он давно мечтал с ней спеть, но не верил в такую возможность. На что один из ведущих шоу Николай Басков заметил: «В нашем шоу возможно все!»

Артист должен переживать

К слову, Николай Басков и Сергей Лазарев – бесценные телеведущие шоу «Дуэты». Их творческий союз невероятно интересен из-за разности индивидуальностей и безусловного таланта. А уж про чувство юмора говорить не приходится. Их шутки способны заставить улыбнуться даже самого серьезного зрителя.

– Все, что остается в нашей жизни, – это эмоции, – утверждает Николай. – Чем они ярче, тем сильнее. Мы приходим сюда, чтобы ими зарядиться, получить удовольствие. Тем более в «Дуэтах» нет жюри, а значит, меньше переживаний.

На что Сергей Лазарев заметил, что «артист должен переживать».

Свидание на сцене

Супруги Регина Тодоренко и Влад Топалов были несказанно удивлены, когда поднялась зеркальная стена, и они увидели друг друга на сцене. Сергей Лазарев, оценив искреннее удивление супружеской пары, прямо спросил: «Неужели никто из вас дома не проговорился, что участвует в нашем шоу? Для вас это действительно был музыкальный сюрприз?»

«Конечно! – взволнованно ответила Регина. – Я даже растрогалась. Впервые, мой муж такой человек, что, если дал слово, то его держит. Во-вторых, мы так мало видимся из-за плотных рабочих графиков, что назначаем друг другу свидания. У нас двое маленьких деток, много работы, и круто, что есть шоу «Дуэты», которое могло нам еще раз встретиться».



ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

2 декабря на сцену шоу «Дуэты» выйдут такие звезды, как Максим Дунаевский, Лариса Долина, Жасмин, Зара, Елена Воробей и другие. Некоторые из них поделились своими впечатлениями.



В ближайшем выпуске

Елена ВОРОБЕЙ:

– Я знала, что за стеной будет тот, кого я хорошо знаю. В этом главная фишка проекта! Когда я услышала в наушниках искаженный голос моего визави, мне показалось, что это кто-то из молодежи. Боялась, что стенка поднимется, а я буду смотреть и думать, как его зовут.

Максим ДУНАЕВСКИЙ:

– Я не пытаюсь даже предполагать, кто будет моим партнером, но жду с большим нетерпением раскрытия этой тайны. Очень здорово, что здесь живой оркестр, живое исполнение – это действительно редко бывает на нашем телевидении. Шоу будит в артисте какие-то совершенно другие чувства, нежели просто волнение перед выступлением. На сцене происходит живое творчество, ты с кем-то творишь, хотя еще и не знаешь, с кем.



Жасмин:

– Проект замечательный, красивый, музыкальный, волнительный, нервишки потрепали конкретно. Песню я не знала совершенно, я ее слышала в глубоком детстве, видела фильм, но никогда в жизни не думала, что буду ее исполнять на сцене. Когда в наушниках слышишь искаженное исполнение твоего партнера, это смешно и очень сбивает. Предполагаю, что со мной в паре может быть Кети Топурия, Юлия Савичева... Но догадаться невозможно, и узнать нереально, за кулисами все шито-крыто, никто ни с кем не общается!



Наталья АНОХИНА

Рыбные блюда есть в каждой кухне мира, и не в последнюю очередь потому, что это не только очень вкусный, но и полезный продукт.

В нашем меню рыба может выступать как сольно – в виде самостоятельного блюда, так и в компании – как яркий ингредиент салатов, закусок, запеканок, выпечки и т.д. Рыба в первую очередь ценна как источник легкоусвояемого белка, витамина D и Омега-3 жирных кислот. Больше всего витамина D в морском окуне: суточная доза содержится всего лишь в половине порции. А «скучный» минтай помимо витамина D содержит еще и достаточно редкие для рыбы B6 и B12. Тем не менее, по совокупности всех факторов, самыми полезными диетологи считают семгу, форель, скумбрию, сайду, пикшу и треску.

Рыбацкий пирог



Британская кухня. На 8 персон
Калорийность (на 100 г): 122 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г филе белой морской рыбы
- 150 г креветок ■ 800 г картофеля
- 2 стебля лука-порея ■ 1 ст. л. муки
- 500 мл молока ■ 50 г сливочного масла
- 50 г тёртого сыра ■ 3 яйца
- 5-6 горошин чёрного перца
- 1-2 лавровых листа ■ молотый чёрный перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1** Картофель сварить до готовности, пюрировать; порей нарезать кольцами.
- 2** Яйца сварить вкрутую, очистить, нарезать.
- 3** В молоко добавить рыбу, перец



горошком и лавровый лист, довести до кипения на небольшом огне, снять с огня, извлечь рыбу, молоко процедить.

4 Рыбу разобрать на небольшие кусочки, выложить в форму для запекания, сверху разложить креветки и яйца.

5 В небольшом ковшике растопить половину масла, добавить муку, перемешать; постепенно, тонкой струйкой влить молоко, помешивая венчиком, довести до однородности, посолить, поперчить, перемешать; готовый соус вылить в форму на рыбу.

6 На оставшемся масле припустить до мягкости порей (на небольшом огне), добавить в картофельное пюре, перемешать, выложить на рыбу, посыпать тертым сыром.

7 Запекать в разогретой до 180-190 градусов духовке 20 минут.



Мужчина спрашивает рыбака: – Как сегодня вода? – Изумительная: рыба вообще не хочет из неё вылезать.



РЫБНЫЙ КЛОНДАЙК: варим, жарим, печём, солим, фаршируем

Мармитак – рыбный суп



Испанская кухня. На 4 персоны
Калорийность (на 100 г): 541 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 рыба ■ 500 г картофеля
- 3 луковицы ■ 2-3 перчика чили
- 1 морковь ■ 1 сладкий перец
- 2 зубчика чеснока ■ 50 г томатной пасты
- 1 ст. л. (без горки) муки ■ 1 лавровый лист
- 5-6 горошин чёрного перца ■ растительное (оливковое) масло ■ сахар ■ молотый чёрный перец ■ паприка ■ соль

ВАЖНО!

Максимально польза рыбы сохраняется при запекании, томлении при низких температурах и при приготовлении на пару.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1** Рыбу почистить, извлечь жабры, выпотрошить, снять филе, нарезать крупными кубиками, посолить, поперчить.
- 2** Кости, плавники и голову рыбы залить водой (1,1 л), добавить 1 луковицу, 1 морковь, черный перец горошком и лавровый лист, сварить бульон; готовый бульон процедить.
- 3** Лук, сладкий перец и картофель – кубиками, перчики чили и чеснок мелко нарубить (из перчиков чили предварительно извлечь семена).



4 В кастрюле с толстым дном на растительном масле обжарить лук до прозрачности, добавить чеснок и все перцы, посолить и тушить, помешивая, 5-7 минут.

5 Добавить в кастрюлю томатную пасту и сахар, перемешать.

6 Добавить муку, перемешать (следить, чтобы не образовывались комочки).

7 Добавить картофель и паприку, влить рыбный бульон (или воду), посолить, варить до готовности картофеля.

8 Добавить куски филе, перемешать, варить еще 2-5 минут; при подаче поперчить.

Пословицы

Всякая рыба хороша, коли на удочку пошла.
Не учи рыбу плавать.
Рыба в реке – не в руке.
На всякую рыбу едок найдётся.
Рыба мелка, да уха сладка.

Светлана ИВАНОВА

Отекают ноги? У Вас застой лимфы!



«У меня целый букет проблем: высокое давление и холестерин, запоры, диабет, лишний вес. Лекарства пью горстями. Появились усталость, отдышка, слабость, головные боли, головокружения. А последнее время стали страшно отекают и болеть ноги! Я практически перестала ходить. Пробую разные средства, но ничего не помогает. Подскажите, почему у меня такие отеки и как мне от них избавиться?» Нина 69 лет, Ставрополь

Отеки ног или лимфоотеки – это первый признак застоя лимфы! Мало кто знает, что лимфатическая система – это часть сердечно-сосудистой системы. Ее главная задача – очищение организма. Именно лимфа, а не кровь, печень или кишечник, обеззараживает шлаки, яды и токсины и выводит их из организма. Но это если мы здоровы и молоды.



С возрастом, из-за отсутствия движения (а лимфу качают мышцы, а не сердце) лимфа начинает застаиваться, токсины забивают лимфоузлы, замедляют

и отравляют лимфоток. В результате начинают отекают ноги, появляются язвы, растет вес, падает иммунитет, мы чаще и тяжелее бодем, сердце и сосуды начинают разрушаться. Знакомая ситуация?

Что же делать? Как избавиться от отеков и застоя? **НАДО ОЧИЩАТЬ ЛИМФУ!** Но это не просто! Попасть в лимфатический сосуд можно только через ворсинки кишечника, которые нужно предварительно очистить. Плюс лимфатический сосуд крайне мал, что еще больше усложняет доступ к лимфе. Поэтому до сегодняшнего дня создать эффективное средство для очищения лимфы никому не удавалось.

Однако российские учёные из подмосковного наукограда Пущино совершили невозможное! На основе дикой водоросли ламинарии, используя уникальную технологию кавитации, они создали **первый**

натуральный молекулярный гель для диетического лечебного питания ЛАМИНОР для очищения и кишечника, и лимфы. «Живые» молекулы-поликлинеры ЛАМИНОРА сначала глубоко очищают кишечник, избавляя от запоров. Затем через ворсинки кишечника проникают в лимфатические сосуды, обеззараживают токсины и выводят их из организма, очищая лимфу и стимулируя лимфоток.

Действие ЛАМИНОРА направлено на:

- ✓ Очищение кишечника и лимфы;
- ✓ Активацию лимфотока;
- ✓ Избавление от запоров и отеков;
- ✓ Предотвращение осложнений на ноги, сердце, сосуды, печень, почки.



ЛАМИНОР поможет вернуть радость движения и долгие годы активной жизни без отеков и боли!

Звоните по бесплатному номеру
8 (800) 100-55-60

Код Вашего подарка «ТЕЛЕК-2210»



Только 5 дней!
1 банка
БЕСПЛАТНО*

* При покупке пяти банок и более. Не является БАД. Не является лекарственным средством. Необходима консультация специалиста. ООО «Национальный центр здоровья», ОГРН 1167746824354, РФ, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр-д, д. 29, стр. 4, пом. 1, к. 24. СГР № RU.77.99.19.004.E.004351.10.18 от 01.10.2018 г. Акция действует с 01.10.2022 по 01.04.2023 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. РЕКЛАМА

ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

СУББОТА

ВОСКРЕСЕНЬЕ

5 декабря

Растущая Луна в Тельце
Подходящий денек, чтобы выбрать зимний аромат, можно также разложить в доме еловые веточки и мандарины. Следует уделить время физической активности, хотя бы пройтись пешком.

12 декабря

Убывающая Луна во Льве
Всевозможные уходовые процедуры за волосами будут сегодня наиболее эффективны. Можно смело начинать курс детокса и подбирать подходящее зимнее меню для укрепления здоровья.

19 декабря

Убывающая Луна в Скорпионе
Пора привести в порядок ноготочки – маникюр, педикюр, смелые дизайны – ни в чем себе не отказывайте. Не забывайте про пользу фейсфитнеса. Прогулка обещает массу позитива.

26 декабря

Растущая Луна в Водолее
Попробуйте на денек свети употребление гаджетов к минимуму. Видеть глаза собеседника и иметь возможность его обнять – настоящее удовольствие. Как и курс антицеллюлитного массажа.

6 декабря

Растущая Луна в Близнецах
Дарсонвализация сделает вашу шевелюру густой и блестящей. Не отказывайте сегодня близким в маленьких радостях, это сблизит вас еще больше. В меню хорошо ввести бобовые и зелень.

13 декабря

Убывающая Луна во Льве
Попробуйте специальные перчатки и носочки с эффектом пилинга, кожа скажет вам спасибо. Большие пушистые шапочки не только очень теплые, но и модные. Пейте больше горячего зеленого чая.

20 декабря

Убывающая Луна в Скорпионе
Небольшая разминка просто необходима для хорошего самочувствия, особый упор можно сделать на растяжку. Кроме того, можно решиться на поход к косметологу и уколы красоты.

27 декабря

Растущая Луна в Рыбах
Позвольте себе хорошо выспаться и выпить чашечку кофе. Компрессы под глаза при помощи чайных пакетиков избавят от синяков. Косметологические обертывания вернут коже гладкость и упругость.

7 декабря

Растущая Луна в Близнецах
Кожа сегодня склонна к аллергическим реакциям, будьте осторожнее с новой косметикой и пищей. В фаворе дня аксессуары из экокожи ярких расцветок. А перед сном подкормите микробиоту ряженкой.

14 декабря

Убывающая Луна в Деве
Скраб с раздробленными кофейными зернышками прекрасно справится с шелушением кожи. Омолаживающие процедуры будут действенны, предпочтение стоит отдавать щадящим средствам.

21 декабря

Убывающая Луна в Стрельце
Эти лунные сутки следует посвятить водным процедурам: бассейн, гидромассаж и баня – то, что сейчас нужно. Самое время побаловать себя шопингом и приобрести модный аксессуар.

28 декабря

Растущая Луна в Рыбах
Окрашивать волосы сегодня лучше всего в теплые оттенки, холодные рискуют быстро вымыться. Можно корректировать форму бровей, а также наращивать и ламинировать реснички.

1 декабря

Растущая Луна в Рыбах
В первый зимний день актуальна глянцевая помада нежно-розовых оттенков и теплые вязаные рукавички. Не поддавайтесь негативным эмоциям, улыбайтесь и берегите кожу от обветривания!

8 декабря

Луна в Близнецах, полнолуние
Хороший денек для просмотра сериалов, отдыха и пряного чая с корицей. Самомассаж поможет справиться с мелкими мимическими морщинками, особое внимание уделите ушкам и шее.

15 декабря

Убывающая Луна в Деве
Не знаете, как усовершенствовать свое тело сегодня? Безотказный вариант – депиляция, эффект сохранится надолго. Короткие асимметричные стрижки очень актуальны, а вот от окрашивания лучше воздержаться.

22 декабря

Убывающая Луна в Стрельце
Интеллектуальное времяпрепровождение принесет удовлетворение, можно начать учить новый язык или заняться повышением квалификации. Кислотный пилинг поможет обновить кожу.

29 декабря

Растущая Луна в Овне
Морепродукты не только вкусны, но и помогают справиться со вздутием и тяжестью в животе. Приветствуются имидж-эксперименты, например, мехенди. Побалуйте себя покупкой шелкового белья.

2 декабря

Растущая Луна в Овне
Побалуйте себя домашними тыквенными кексами – и вкусно, и полезно. Стрижка дня будет удачной – улучшит качество волос, хороша и маска с репейным маслом. Держите ножки в тепле.

9 декабря

Убывающая Луна в Раке
Время для похода к стоматологу, можно проводить профессиональную чистку и отбеливание зубов. Косметические процедуры насытят кожу кислородом и витаминами. А на прогулку захватите термос с чаем.

16 декабря

Луна в Весах, третья четверть
Иногда немного побыть в одиночестве бывает очень полезно. Это помогает разобраться в своих желаниях и планах. Отдавайте предпочтение удобной обуви с ортопедическими стельками.

23 декабря

Луна в Козероге, новолуние
День создан для восстановления женской энергии, все занятия должны быть социальными, не требующими особых энергозатрат, полезна будет вечерняя прогулка с горячим какао в термосе.

30 декабря

Луна в Овне, первая четверть
Предновогодние хлопоты лучше успеть сделать в первой половине дня, а вторую посвятить качественному отдыху. Очень важно хорошо выспаться и увлажнить кожу всего тела.

3 декабря

Растущая Луна в Овне
Гимнастика для стоп и позвоночника зарядит бодростью с самого утра. А стаканчик свежевыжатого сока пойдет на пользу иммунитету. Удачным будет выбор бижутерии для новогоднего торжества.

10 декабря

Убывающая Луна в Раке
Масло для душа устранист сухость кожи, а ванночка для ног с парой ложек меда сделает пяточки бархатными и нежными. Чашка кофе в компании с подругой улучшит настроение.

17 декабря

Убывающая Луна в Весах
День экспериментов настал! Хотите яркий макияж в новогоднюю ночь, но все никак не решались? Самое время примерить его сегодня. Смело дерзайте и покупайте то, о чем давно мечтали.

24 декабря

Растущая Луна в Козероге
Активный отдых на свежем воздухе поможет взбодриться, возможно, стоит сходить на каток или устроить заезд на лыжах. Домашние йогуртовые маски наиболее полезны в этот день.

31 декабря

Растущая Луна в Тельце
Подберите праздничный образ, очень кстати будут каблучки-шпильки. Ни в чем себе не отказывайте за новогодним столом, но весь день пейте большое количество чистой воды. Вы неотразимы!

4 декабря

Растущая Луна в Тельце
Перед прогулкой не забывайте увлажнять губки бальзамом, чтобы уберечь их от мороза. Йога и вдумчивое дыхание помогут поймать внутренний баланс и расслабиться. А для личика – пузырьковая маска.

11 декабря

Убывающая Луна во Льве
Облепиховые морсы – прекрасная подпитка для утомленного межсезоньем иммунитета. Занятия зумбой помогут раскрепоститься и найти себя. И не забудьте про маникюр и покрытие в стиле нюд.

18 декабря

Убывающая Луна в Весах
Виноград будет полезен не только в качестве перекуса, но и для красоты тела, если вы решитесь на ампелотерапию. Защитите шею и грудь от ледяных порывов ветра при помощи шарфаскейча.

25 декабря

Растущая Луна в Водолее
Хорошая осанка – это очень красиво. А что поможет ее заполучить? Танцы или занятия по йоге! В рацион следует ввести орехи и сухофрукты. Ванна с пеной и сухоцветами выполнит роль ароматерапии.



декабрь

Календарь красоты и здоровья

Разложив на диване упаковки с новыми колготками, я смотрела на них и глупо улыбалась.

Гори всё синим пламенем!

Вот зачем мне столько? Тем более цветных? Вот зеленые я куда надену? А фиолетовые? Психанула так психанула!

Даша поучает

– Мам, ты уверена, что так тебе на работу можно? – дочь скорчила скептическую рожицу и покачала головой.

– А кто мне запретит? – легкомысленно ответствовала я, густо малюя алой помадой по губам.

– Ну да, некому запрещать, ты сама себе начальница, – невесело констатировала дочь и в сотый, наверное, раз оценивающе осмотрела меня с ног до головы.

Закончив с макияжем, я потянулась к шкатулке с бижутерией.

– Не смей! – надсадно выкрикнула дочь и, опрометью кинувшись мне наперерез, схватила шкатулку и спрятала за спину. – Не смей, слышишь? – повторила она. – Ты и так похожа на... на... на отчаявшуюся женщину, которая пытается разогнать депрессию фриковой одеждой. Но, молю, не надо еще и цацок. Мам, это перебор. Хватит с тебя и красных колготок.

Я надула губы и обиженно посмотрела на дочь:

– Послушай, ну тебе какое дело до моих колготок? – не сдержала я возмущения. – Что вы все меня учите жить? Даша, тебе двадцать, всего двадцать лет. Ну почему ты решила, что должна меня опекать и контролировать: что я ем, сколько сплю, во что одеваюсь? Я только почувствовала

себя свободной, не обремененной обязательствами, как ты решила стать моей мамочкой. Дашка, живи свою жизнь, хорошо? Я справлюсь.

Дочь посмотрела на меня долгим взглядом, затем медленно вернула шкатулку с бижутерией на мой прикроватный столик и тихо выдала:

– Сходи к психологу, мам.

Я зло выхватила из шкатулки первый попавшийся браслет, демонстративно надела его на руку и, гордо задрав нос, вышла из комнаты. Уже в машине содрала совершенно не подходящую к образу вещь с запястья, швырнула в сумочку и разрыдалась.

Маша объясняет

– Катя, ты просто столько времени не позволяла себе жить так, как ты хочешь, что сейчас тебя немного несет. Но это даже здорово, – констатировала подруга, с которой мы после работы завалились в пятничное кафе, соблазнившись зажигательной музыкой и зазывным обещанием на стойке при входе на-

кормить нас бесплатным мисо-супом при заказе двух порций роллов.

– То есть ты тоже считаешь, что красивые колготки на работу – это перебор? – с тоской наворотившего дела подростка посмотрела я на подругу.

– Колготки? – недоуменно посмотрела на меня та, оторвавшись от увлекательного процесса купания Филадельфии в соевом соусе и обмазывания его васоби с помощью бамбуковых палочек.

– Ну, колготки-колготки, – я развернулась на стуле так, чтобы из-под стола показались мои колени, обтянутые красным спандексом.

– Оу! – восхитилась подруга. – Класс! Где покупала? Дорого? Мне срочно нужен адрес магазина, я тоже такие хочу.

Я посмотрела на Машку – не шутит ли. Нет, кажется, она серьезно. Хлопает накладными ресницами и восхищенно таращится на мои колени.

– Так, если ты не о колготках, тогда о чем? – не ответила я на Машкины вопросы.

– Ну-у-у, – пожалала она плечами и снова погрузилась в увлекательный процесс купания ролла, тот не выдержал повторной экзекуции и вывернул содержимое своей рольей

души прямо в соусник. – Ну вот машину в кредит взяла. На свидание за три недели уже пять раз бегала, и все с разными мужиками.

– Ты что, считала? – удивленно посмотрела я на Машку. Та покраснела и стала одного цвета с моими колготками.

А я себе на уме

А вечером я лежала в своей постели и долго не могла уснуть. Буравила взглядом подсвеченный ночником потолок и думала, думала.

У меня были жесткие, неласковые родители. Не жестокие, нет, именно жесткие. Никаких тебе сюсю-мусю. Есть и спать четко по графику, учиться только на пятерки, кружков вместиается в свободное от учебы время. Шляться по улице без дела – зло, гулять с собакой строго полчаса – полезно. Дискотеки с подружками – зло, уроки в воскресной школе – душевспасительно. И так во всем. Одевайся скромно,

учись хорошо, в свободное время читай. Да не всякую ерунду про влюбленных девиц, а что-нибудь полезное, из классики, мамой одобренное. Как замуж-то вышла, не пойму.

А замужем не легче. И тут запрет на юбки выше колена, на яркую косметику, на встречи с подружками. Ревность без причины, постоянный контроль, просматривание телефона. Готовить только то, что нравится мужу. И дома все сверкать должно было. По телефону разговаривать не дольше пятнадцати минут, даже с мамой. Плов готовить только с бараниной, никакой курицы. Полотенца в ванной менять дважды в день. Постель – каждые три дня. На работу с мужем, с работы – с мужем. Врача для родов и то муж выбирал. Рада ли я была разводу? Как сумасшедшая. Я обрадовалась, еще когда узнала, что муж полюбил другую женщину. Это значит, уйдет сам, это значит, даст согласие на развод.

И вот теперь дочь. Откуда это в ней? Контролировать, что я надела, как накрасилась?

Я перевернулась на бок, закуталась в одеяло до самого носа и сама себе улыбнулась. Хм, пять свиданий за три недели, красные колготки. Ну да, есть такое. Ну и что? Я еще и зеленые купила, надо найти повод выгулять. Пригласят на свидание, надену туда. И гори все синим пламенем!

Я перевернулась на бок, закуталась в одеяло до самого носа и сама себе улыбнулась. Хм, пять свиданий за три недели, красные колготки. Ну да, есть такое. Ну и что? Я еще и зеленые купила, надо найти повод выгулять. Пригласят на свидание, надену туда. И гори все синим пламенем!

Женщина должна вопреки всем прожить свою жизнь как хочет, или ей придется признать, что она не жила совсем.
Дэвид Лоуренс

ЕКАТЕРИНА

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



Судоку

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 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		3	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

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

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

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

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

7 ПЕРВЫЙ



21.45 «ШИФР». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШИФР». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости

РОССИЯ 1



14.55 «Кто против?» (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-22». (16+)
Около своего дома зарезан молодой парень Сергей Розанов. Первая версия следствия - уличное ограбление. Панов считает, что преступников было двое...
- 22.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 03.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)

НТВ



22.10 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА». (16+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 22.10 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА». (16+)
Вадик приходит к своей девушке Алисе, работающей в клубе...
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА». (16+)
- 00.35 «ПРИГОВОРЕННЫЙ». (12+)
- 02.05 «ЗАЩИТА КРАСИНА». (16+)

СТС



12.45 «АРТЕК. БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 09.55 «100 мест, где поесть». (16+)
- 11.00 «ПОДАРОК С ХАРАКТЕРОМ». (0+)
- 12.45 «АРТЕК: БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
- 14.45 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 20.00 «ВЕНОМ». (16+)
Бескомпромиссный и бойкий на язык репортер Эдди Брок выбирает объектом своей критики недостижимую мишень - главу могущественной биоинженерной корпорации Карлтона Дрейка. Эдди обвиняет его в тайных и смертельно опасных экспериментах над людьми.
- 22.00 «СЕДЬМОЙ СЫН». (16+)
- 00.00 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 03.15 «6 кадров». (16+)

ТНТ



20.00 «ЖУКИ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «Звезды в Африке». (16+)
- 11.00 «ФИЗРУК». (16+)
- 14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
- 18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 20.00 «ЖУКИ». (16+)
- 21.00 «ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ-2». (16+)
Все пошло не по сценарию, когда бандиты увезли девушек из заброшенного замка. Суббота и еще несколько участников оказываются у местного криминального авторитета...
- 22.00 «Влюбись, если сможешь». (16+)
- 23.30 «Женский стендап». (18+)
- 00.30 «Импровизация». (16+)
- 03.05 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.40 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.15 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.00 «КОРОЛЬ АРТУР». (12+)

- 06.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 12. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «КОРОЛЬ АРТУР». (12+)
- 22.20 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «КООРДИНАТЫ «ЦИТАДЕЛЬ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|---|---|--|
| ПЯТНИЦА | ЧЕ! | ОТР |
| 05.00 Зов крови. (16+) | 06.00 Улётное видео. (16+) | 06.00 «Утро вместе». (12+) |
| 05.30 Пятница News. (16+) | 06.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (12+)
Продолжение приключений специалистов - работников внутренних органов и их собаки. | 10.10 18.00 «НАЗАД В СССР». (16+) |
| 05.50 Кондитер. (16+) | 08.00 Дорожные войны 2.0. (16+) | 11.30 «Новости Совета Федерации». (12+) |
| 08.20 «КОМИССАР РЕКС». (16+) | 10.00 Улётное видео. (16+) | 11.45 «СЕМЬ НЯНЕК». (12+) |
| 10.20 Руссо-экспресс. (16+) | 14.00 Решала. (16+) | 15.10 23.10 «СЕКРЕТАРША». (16+) |
| 11.20 На ножах. (16+) | 15.00 Охотники. (16+) | 16.05 00.05 «Глубокая разведка». (12+) |
| 14.40 Битва шефов. (16+) | 17.00 Решала. (16+) | 17.00 «Формула здоровья». (12+) |
| 19.00 Тревел-баттл. (16+) | 17.00 Охотники. (16+) | 18.00 «Губернские новости». (12+) |
| 20.00 Битва шефов. (16+) | 21.00 Охотники. (16+) | 21.00 «ПОКЛОННИК». (16+) |
| 00.20 «РЭМБО-4». (16+) | 23.00 Опасные связи. (18+) | 22.30 «Очень личное». (12+) |
| 01.50 Пятница News. (16+) | 02.50 Улётное видео. (16+) | 01.00 «Вспомнить всё». (12+) |
| 02.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+) | | 01.30 ОТражение. Главное. (12+) |
| 03.40 Пятница News. (16+) | | |
| 04.10 Зов крови. (16+) | | |
| Ю | МИР | ПОБЕДА |
| 05.15 «Маша и Медведь». (0+) | 05.15 «АЗАЗЕЛЬ». (12+) | 04.30 «Путь к Победе» (16+) |
| 09.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) | 08.45, 10.20 «ТУРЕЦКИЙ ГАМБИТ». (12+) | 05.30 «30Я». (16+) |
| 11.00 «Дом-2. Lite». (16+) | 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости | 07.10 «КАЛАШНИКОВ». (16+) |
| 12.55 «Супермама». (16+) | 10.10 Белорусский стандарт. (12+) | 08.50 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+) |
| 15.00 «Мама дорогая». (12+)
С чего начинается семья? Он делает предложение, она соглашается и... тут должно быть «живут они долго и счастливо», но есть одно но: для их мам предстоящая свадьба - стресс и волнение. | 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+) | 16.50 «ИКРА». (16+)
В приморском городе погибает следователь ОБХСС Михаил Федоров. Его лучший друг и коллега Александр Костенко узнаёт о том, что гибель Федорова не была несчастным случаем. Он было сам берется за расследование, но неожиданно без объяснения причин его отстраняют. |
| 18.00 «Непыльный вопрос». (16+) | 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) | 23.59 «Путь к Победе» (16+) |
| 19.00 «Маленькие». (12+) | 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+) | 01.00 «ЕДИНИЧКА». (16+) |
| 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) | 17.05 Мировое соглашение. (16+) | 02.40 «В ДАЛЕКОМ СОРОК ПЯТОМ... ВСТРЕЧИ НА ЭЛЬБЕ». (18+) |
| 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) | 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+) | |
| 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+) | 20.50 Слабое звено. (12+) | |
| 01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) | 21.45 Назад в будущее. (16+) | |
| | 22.40 «ГАИШНИКИ». (16+) | |
| | 01.55 «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (0+) | |

ДЕТСКИЕ

- | | |
|---|--|
| КАНАЛ DISNEY | КАРУСЕЛЬ |
| 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) | 05.00 Ранние пташки. (0+) |
| 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) | 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) |
| 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) | 07.30 «Звездная логика». (0+)
КосмоМишка и космоМышка приглашают малышей в большое космическое путешествие! |
| 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+) | 07.40 «Монски». (0+) |
| 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+) | 08.10 «Каревны». (0+) |
| 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) | 10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+) |
| 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) | 11.05 «Простоквашино». (0+) |
| 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) | 12.40 «Инфинити Надо». (6+) |
| 07.55 «Город героев: Новая история». (6+) | 13.30 «Петроникс». (0+) |
| 08.20 «Утиные истории». (6+) | 14.00 «Навигатор. Новости». (0+) |
| 08.55 «Пёс Пэт». (6+) | 14.10 «Барбоскины». (0+) |
| 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) | 17.00 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+) |
| 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+) | 17.25 «Черепашки». (0+) |
| 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) | 18.50 «Оранжевая корова». (0+) |
| 14.15 «Утиные истории». (6+) | 20.05 «Отель у Овечек». (0+) |
| 15.05 «Неудержимый жёлтый йети». (6+) | 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) |
| 15.40 «Гравити Фолз». (12+) | 20.45 «Сказочный патруль». (0+) |
| 16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) | 22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+) |
| 19.10 «Неудержимый жёлтый йети». (6+) | 22.30 «Инфинити Надо». (6+) |
| 19.30 «Тайна Коко». (12+)
12-летний Мигель живёт в мексиканской деревушке и мечтает стать певцом и гитаристом, но в его семье музыка находится под запретом. | 22.55 «Фьюжн Макс». (6+) |
| 21.15 «Гравити Фолз». (12+) | 23.20 «Союзмультфильм» представляет: «Закладочный мальчишка». (0+) |
| 23.00 «Стражи Галактики». (12+) | 00.05 «Синеглазка». (0+) |
| 23.55 «Амфибия». (12+) | 00.20 «Смешарики». (0+) |
| 02.05 «С приветом по планетам». (12+) | 01.30 «Еда на ура. Рецепты». (0+) |
| 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+) | 01.55 «Скай Бластерс». (6+) |
| | 02.50 «С добрым утром, малыши!» (0+) |
| | 03.15 «Каша-малаша». (0+) |
| | 03.45 «Слон дядюшки Брэда». (6+) |
| | 04.45 «Что в тарелке?» (0+) |

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | | | | |
|--|--|--|--|
| 365 | 365 ДНЕЙ ТВ | VIASAT HISTORY | ДОКТОР |
| 02.35, 04.40 Маленькие тайны великих полотен. (12+) | 06.00 Невероятные изобретения. (12+) | 06.00 Невероятные изобретения. (12+) | 06.00, 11.30, 17.35, 23.55 О самом главном. Горечь во рту. (12+) |
| 03.05, 05.05, 07.45 Пешком по Москве. (6+) | 06.25 Тайны музеев. (12+) | 06.25 Тайны музеев. (12+) | 06.55, 07.20 Истории болезней. (12+) |
| 03.20, 06.15 Историада. (12+) | 07.10, 08.05 Великая война. (12+) | 07.10, 08.05 Великая война. (12+) | 07.55, 13.55, 01.45 Шифры нашего тела. Известные органы. (16+) |
| 04.15, 07.15 Монастырские стены. (6+) | 09.00, 09.55 Планета сокровищ. (6+) | 09.00, 09.55 Планета сокровищ. (6+) | 08.45 О самом главном. Алкоголизм. (12+) |
| 05.20 Библиотеки России. (6+) | 10.55 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз. (12+) | 10.55 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз. (12+) | 09.40 О самом главном. Психология. Бессонница. (12+) |
| 05.50 Из истории Крыма. (12+) | 11.45 Расцвет древних цивилизаций. (12+) | 11.45 Расцвет древних цивилизаций. (12+) | 10.10 Премия «Здравомыслие-2022». (12+) |
| 08.00 «ТАНКИ». (12+) | 12.45 Мифы: великие тайны человечества: Призраки и привидения. (12+) | 12.45 Мифы: великие тайны человечества: Призраки и привидения. (12+) | 10.40 Химия нашего тела. Гормоны. (12+) |
| 09.30 На пути к Великой Победе. (12+) | 13.40 Мифы: великие тайны человечества: Обратни. (12+) | 13.40 Мифы: великие тайны человечества: Обратни. (12+) | 12.30, 12.55 Прозрение с доктором Шиловой. (12+) |
| 09.55 «ГЕРОИ ШИПКИ» (12+) | 14.40 Американские принцессы на миллион долларов: Деньги за стиль. (12+) | 14.40 Американские принцессы на миллион долларов: Деньги за стиль. (12+) | 13.25, 19.30, 00.55 Открытые органы. (12+) |
| 12.00 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (12+) | 14.45 Скажите, доктор! Нейрореабилитация. (12+) | 14.45 Скажите, доктор! Нейрореабилитация. (12+) | 14.45 Скажите, доктор! Нейрореабилитация. (12+) |
| 13.50 Лектор Персармии. (12+) | 15.15 О самом главном (12+) | 15.15 О самом главном (12+) | 16.15 На приёме у доктора Исагулына. (12+) |
| 14.15, 17.45 Семь дней истории. (12+) | 16.45 Химия нашего тела. Витамины. (12+) | 16.45 Химия нашего тела. Витамины. (12+) | 18.35, 02.30, 05.10 Теледоктор. (12+) |
| 14.25 Навски с небом. (12+) | 20.00, 03.20 Основной элемент. Мужчины vs Женщины. Часть 1. (12+) | 20.00, 03.20 Основной элемент. Мужчины vs Женщины. Часть 1. (12+) | 21.00 О самом главном. Сезонная аллергия. (12+) |
| 15.10 Петербург космический. (12+) | 21.55 Правда о сахаре. (12+) | 21.55 Правда о сахаре. (12+) | 23.00, 04.15 Большой скачок. Гормоны. На страже здоровья. (12+) |
| 16.00 Не квартира - музей. (12+) | 23.00, 04.15 Большой скачок. Гормоны. На страже здоровья. (12+) | 23.00, 04.15 Большой скачок. Гормоны. На страже здоровья. (12+) | 01.20 Скажите, доктор! Нейрохирургия мозга. (12+) |
| 16.10 Историкограф. (12+) | | | |
| 16.55 Н. М. Карамзин. (12+) | | | |
| 17.05 Александр Суворов. (12+) | | | |
| 17.55 Хроники общественно-го быта. (12+) | | | |
| 18.10 Забытый полководец. (12+) | | | |
| 18.45 Россия научная. (12+) | | | |
| 19.05 Люди Гитлера. (16+) | | | |
| 20.00, 20.20, 20.45 В поисках утраченного искусства. (12+) | | | |
| 21.10 Байкальская переправа. (12+) | | | |
| 22.05 Обыкновенная история. (6+) | | | |
| 22.15 108 минут, которые перевернули мир. (12+) | | | |
| 23.00 Великие живописцы. (12+) | | | |

РОССИЯ К
Культура



08.35 «ДЛИННЫЙ ДЕНЬ»

06.30 07.00 07.30 08.30
10.00 15.00 19.30 23.30
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
07.35 Черные дыры. Белые пятна
08.15 16.25 Цвет времени
08.35 «ДЛИННЫЙ ДЕНЬ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.30 ХХ век
12.00 «Забывтое ремесло»
12.20 22.15 «ТИХИЙ ДОН»
13.10 Эпизоды
13.50 «Первые в мире»
14.05 «Рубеж»
15.05 Новости. АРТ
15.20 «Агора»
16.35 «Щелкунчик». II тур
18.35 01.20 «Генрих VIII и его окружение»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.35 «Биохакинг»
21.30 «Сати. Нескучная классика...»
23.00 «Рэгтайм»
23.50 «Кинескоп»

ТВЦ



18.10 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

06.00 «Настроение»
08.00 «Жанна Прохоренко. Баллада о любви». (12+)
09.05 «КАБИНЕТ ПУТЕШЕСТВЕННИКА». (12+)
10.55 «Городское собрание». (12+)
11.30 14.30 17.50 События
11.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ГОСТЬЯ ИЗ ПРОШЛОГО». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ: МЫШЕЛОВКА». (12+)
16.55 «Право на безопасность». (12+)
17.35 «Петровка, 38». (16+)
18.10 20.00 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
22.00 События
22.40 Спецрепортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Следствие ведет КГБ. Чёрный крест Пенковского». (12+)

ТВ-3



11.15 Знаки судьбы. (16+)

06.00 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
09.15 Утренние гадания. (16+)
09.30 17.20 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Вернувшиеся. (16+)
13.30 Гадалка. (16+)
16.05 Я хочу такой дизайн. (12+)
16.10 Гадалка. (16+)
16.45 Секреты. (16+)
19.30 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (16+)
20.30 «ГРИММ». (16+)
23.15 «12 ОБЕЗЬЯН». (16+)
К 2035 году неизлечимый вирус уничтожил пять миллиардов человек, то есть большую часть населения Земли. Выжившие всеми силами борются за свое благополучие, вынужденные теперь обитать под землей.
01.45 Наследники и самозванцы. (16+)
03.00 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ



14.45 «ЧУЖАЯ ДОЧЬ». (16+)

06.30 «б кадров». (16+)
06.45 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.45 Давай разведёмся! (16+)
09.45 Тест на отцовство. (16+)
12.00 «Понять. Простить». (16+)
13.05 «Порча». (16+)
13.35 «Знахарка». (16+)
14.10 «Верну любимого». (16+)
14.45 «ЧУЖАЯ ДОЧЬ». (16+)
19.00 20.35 «ОТПУСК В СОСНОВОМ ЛЕСУ». (16+)
20.30 Шаг в карьеру. (16+)
23.00 «Порча». (16+)
00.05 «Знахарка». (16+)
00.35 «Верну любимого». (16+)
01.05 «Понять. Простить». (16+)
02.00 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)
02.50 Тест на отцовство. (16+)
04.30 Давай разведёмся! (16+)

5-Й КАНАЛ

05.25 «ЧУЖОЕ». (12+)
06.50 «ТРИО». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
09.30 13.30 18.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
19.50 «СЛЕД». (16+)
22.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.20 23.25 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.25 15.05 «КОМАНДА 8». (16+)
18.15 «Специальный репортаж». (16+)
18.50 «Холодная война. Битва экономик». (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
01.10 «В ТРУДНЫЙ ЧАС». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Марафон». (12+)
12.00 «Неделя». (12+)
12.30 «Здоровый интерес». (12+)
12.45 01.30 «Записки из провинции». (12+)
13.15 «Специальный репортаж». (12+)
13.30 «Просто жизнь». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)
16.30 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)
17.30 03.15 «Собрание сочинений». (12+)
17.45 «Служу Отечеству». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
18.45 22.30 «Полицейский вестник». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 04.00 «Такие разные». (12+)
22.00 03.00 «В тени чемпионов». (12+)
22.45 «КОРОЛЬ РАДБОД: ПОСЛЕДНИЙ ВИКИНГ». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Новости
06.05 Все на Матч!
09.05 Новости
09.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. (0+)
11.15 «Оазис футбола»
12.15 Новости
12.20 Футбол. Чемпионат мира-2022. Обзор. (0+)
12.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. (0+)
17.00 Новости
17.05 Катар-2022. Все на футбол!
17.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. Прямая трансляция из Катара
20.00 Катар-2022. Все на футбол!
21.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. Прямая трансляция из Катара
00.00 Все на Матч!
00.45 «Один день в Катаре». (16+)
01.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. Трансляция из Катара. (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ СТРАНА
06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. (0+)
07.50 10.00 13.00 Новости
07.55 01.30 «Первые леди». (6+)
08.20 02.00 «Самые сильные». (12+)
08.45 «Рождённые побеждать». (12+)
09.30 20.50 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
10.05 18.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
11.55 18.40 22.10 Спецрепортаж. (12+)
12.10 Лица страны. (12+)
12.35 «Ярушин. Хоккей шоу». (12+)
13.05 Фехтование. (0+)
15.00 21.15 Неделя КХЛ. (12+)
16.00 Сумо. Кубок содружества. (0+)
22.30 Смешанные единоборства. (16+)
00.10 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
02.25 04.10 Биатлон. Кубок России. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 02.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
07.30 Teen чарт. (16+)
08.00 «10 самых». (16+)
08.30 15.00 Про-новости. Лучшее. (16+)
09.00 TikTok чарт. (16+)
10.00 «Спасите наши уши! Песни-вирусы». (16+)
11.00 #НАМУЗТВ. (16+)
12.00 Прогноз по году. (16+)

13.00 Моя волна. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)
15.30 МузРаскрутка. (16+)
16.00 Top 15 Like FM. (16+)
17.00 Ждите ответа. (16+)
18.00 22.40 Про-новости. (16+)
18.20 23.00 Плейлист. Зима. (16+)
19.00 Яндекс.Музыка. (16+)
20.00 Хит-сториз. (16+)
20.30 Top-30. (16+)
00.00 Муз'итив. (18+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 TV1000
05.40, 06.20 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
07.00 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)
08.35 «500 ДНЕЙ ЛЕТА». (16+)
10.10 «СУПРУГИ МОРГАН В БЕГАХ». (16+)
12.00 «МОШЕННИКИ». (12+)
13.45 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
15.25 «ОХОТНИК ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)
17.30, 18.15 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
19.00 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (16+)
Великобритания, Франция, США, 2018 г.
21.10 «ВОСПОМИНАНИЯ О БУДУЩЕМ». (16+)
23.30 «ЧТЕЦ». (16+)
01.40 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
03.25 «500 ДНЕЙ ЛЕТА». (16+)

ТВ1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «Фиксики», «Пин-код». Мультисериалы. (6+)
07.10 «Три кота». Мультисериал. (6+)
08.05 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
09.45 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
11.45 «АРТЕК. БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
13.30 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
15.05 «КОМА». (16+)
17.05, 18.00 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)
19.00 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». Россия, 2022 г.
21.05 «ПЯТНИЦА». (16+)
22.35 «СТАТУС: СВОБОДЕН». (16+)
00.15 «БРАТ». (16+)
01.55 «БРАТ-2». (16+)
03.55 «СЕСТРЫ». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
07.00 «Карлик Нос». Мультфильм. (6+)
08.30 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
09.50 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
11.30 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
12.55 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
14.25 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
15.35 «Кошей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «БРАТ». (16+)
01.20 «БРАТ-2». (16+)
03.25 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
05.25 «ЗАКАЗ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультисериалы. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
8 сезон. Сериал. Фантастика, США, 2005 г.
19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
23.35 Суббота! News 2022. (16+)
23.40, 00.50 Богиня шопинга. (16+)
02.10, 02.50 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
03.30 «ИЗ 13 В 30». (12+)
США, 2004 г.
04.55 «Маша и Медведь». Мультисериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ
02.00 «ШПИОНЫ ПО СОСЕДСТВУ». (16+)
04.25 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)
06.05 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)
08.00 «МОЯ МАЧЕХА - ИНОПЛАНЕТЯНКА». (12+)
10.00 «ШАЛУН». (12+)
11.45 «ЦЫПОЧКА». (16+)
13.40 «КАНИКУЛЫ ПРЕЗИДЕНТА». (16+)
Комедия, Россия, 2018 г.
15.35 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
17.25 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
19.30 «ВАСАБИ». (16+)
21.15 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
Фантастика, комедия, США
23.05 «ЧТО МОГЛО БЫТЬ ХУЖЕ?» (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.00 «БРОНЕНОСЕЦ «ПОТЕМИН»». (12+)
07.15 Мультфильм. (0+)
07.20, 07.30, 07.45 «Обезьянки». Мультисериал. (0+)
07.55 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
09.45, 11.20, 13.00, 15.20, 16.45 «ОСВОБОЖДЕНИЕ». (12+)
18.05, 03.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-5». (16+)
19.50 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
21.30 «АФОНЯ». (16+)
23.10 «ВАЛЕНТИН И ВАЛЕНТИНА». (12+)
00.50 «СЛАДКАЯ ЖЕНЩИНА». (12+)
02.20 «СТРЯПУХА». (12+)
05.00 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПЛАН «Б»». (16+)
В ролях: Константин Юшкевич, Елисеев Михаил, Константин Воробьев, Наталья Бурмистрова, Александра Куликова, Сергей Рулкин

СТC LOVE СТC LOVE
06.00 «Три кота». Мультисериал. (0+)
09.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
Андрей запрещает себе думать о личной жизни, на первом месте - работа. Кира откровенничает с Викой, она готова играть в любовь с Никитой, но не больше. Начальник скрывает от Андрея информацию.
11.30 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
14.30 «КУХНЯ». (12+)
20.00 «МОЛОДЕЖКА». (0+)
23.50 Даешь молодёжь! (16+)
01.40 «РАНЕТКИ». (12+)
04.00 «Фиксики». Мультисериал. (0+)
05.00 «Царевны». Мультисериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Лица церкви. (6+)
05.25 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Доктор Пирогов. Цикл: Русские праведники. (0+)
11.05 Завет. (6+)
12.10 Расскажи мне о Боге. (6+)
12.40 Двенадцать. (12+)
13.15 Знак равенства. (16+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Воины Христовы. (0+)
16.10 «ПИРОГОВ». (0+)

18.10 «ВОРОТА В НЕБО». (0+)
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00 Война и Библия. (16+)
22.35 Ледовое побоище. Рождение России. (0+)
23.35 Прямая линия жизни. (16+)
00.30 День Патриарха. (0+)
00.45 Завет. (6+)
01.45 Щипков. (12+)
02.20 Благоверные князья. Цикл: Русские праведники. (0+)
Программа рассказывает о русских святых, ставших символом воинской доблести и объединения государства.
03.10 Встреча. (12+)
04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

5 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Попразднство Введения во храм Пресвятой Богородицы. Апп. от 70 Филимона и Архиппа и мц. равноап. Аппии.
Блгв. кн. Михаила Тверского. Мц. Кикилии (Цецилии) и мчч. Валерияна, Тивуртия и Максима. Мч. Менигна. Мч. Прокопия тчеца. Прп. Агаввы исмаильянина. Прав. Михаила воина, болгарина. Блгв. Ярополка, во Святом Крещении Петра, кн. Владимир-Вольнского. Сщмч. Владимира пресвитера. Сщмч. Иоасафа, еп. Могилевского, сщмчч. Иоанна, Василия, Павла, Иакова, Феодора, Или, Алексия, Афанасия пресвитера и Иоанна диакона, прмчч. Герасима, Евтихия, Авенира, Саввы, Марка и мч. Бориса. Прп. Параскевы исп.
Рождественский пост.
« В том и состоит отличие наше от бес- словесных и пресходство наше над зверями, что мы видим порок и добродетель, знаем зло и не знаем добра». Свт. Иоанн Златоуст

ПЕРВЫЙ



05.00 «Доброе утро»

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШИФР». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости

РОССИЯ 1



16.30 «Малахов». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?». (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-22». (16+)
В деле появляется подозреваемый - Коля Матвейчев, которого видели рядом с местом убийства. На записи камеры слежения он и его приятель Забродин от кого-то убегают.
- 22.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 03.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)

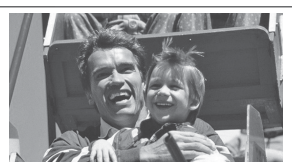
НТВ



22.10 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА». (16+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 22.10 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА». (16+)
- 00.20 «Англия - Россия. Коварство без любви». «Битва за третий мир». (16+)
- 01.30 «ЗАЩИТА КРАСИНА». (16+)

СТС



11.40 «ДЕТСАДОВСКИЙ ПОЛИЦЕЙСКИЙ». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 08.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 09.00 Маска. Танцы. (16+)
- 11.20 Уральские пельмени. (16+)
- 11.40 «ДЕТСАДОВСКИЙ ПОЛИЦЕЙСКИЙ». (0+)
Детектив Джон Кимбл готов справиться с кем угодно. Но для того, чтобы заманить в ловушку хитрого преступника, ему придется устроиться воспитателем в детский сад.
- 14.00 «КЛАССНАЯ КАТЯ». (16+)
- 18.30 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 20.00 «ПЕРСИ ДЖЕКСОН И ПОХИТИТЕЛЬ МОЛНИЙ». (12+)
- 22.25 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
- 01.05 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 03.15 «6 кадров». (16+)
- 05.40 Ералаш. (0+)

ТНТ



18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 08.30 «Модные игры». (16+)
- 09.00 «ФИЗРУК». (16+)
- 14.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
- 18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 20.00 «ЖУКИ». (16+)
- 21.00 «ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ-2». (16+)
Раненый Верник приходит в себя у организаторов и хочет выйти из игры, но от Главного узнает, что у всего этого есть высшая цель, которая оправдывает любые средства...
- 22.00 «Влюбись, если сможешь». (16+)
- 23.30 «Женский стендап». (18+)
- 00.35 «Импровизация». (16+)
- 03.10 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.30 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.20 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



10.00 «СОВБЕЗ». (16+)

- 06.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «КОЛОМБИАНА». (16+)
- 22.00 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 00.30 «ТАЧКА НА МИЛЛИОН». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Зов крови. (16+)
- 05.20 Пятница News. (16+)
- 05.50 Кондитер. (16+)
- 08.10 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
- 10.10 На ножах. (16+)
- 13.20 Король десертов. (16+)
- 14.50 Битва шефов. (16+)
- 19.00 Король десертов. (16+)
- 20.40 Вундеркинды-3. (16+)
- 23.30 Умный дом. (16+)
- 00.00 «НЕУДЕРЖИМЫЙ». (16+)
- 01.40 Пятница News. (16+)
- 02.00 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (18+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (12+)
- 08.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
Программа «Дорожные войны 2.0» - это своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными.
- 10.00 Улётное видео. (16+)
- 14.00 Решала. (16+)
- 15.00 Охотники. (16+)
- 17.00 Решала. (16+)
- 21.00 Охотники. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 18.00 «НАЗАД В СССР». (16+)
- 11.30 «ПОКЛОННИК». (16+)
- 15.10 23.10 «СЕКРЕТАРША». (16+)
- 16.05 00.05 «Женщина, которая строила города». (12+)
- 17.00 «Такие разные». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 18.15 «Вечер вместе». (12+)
- 21.00 «МИР ВХОДЯЩЕМУ». (12+)
- 22.30 «За дело! Поговорим». (12+)
- 01.00 «Сделано с умом». (12+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
- 12.55 «Супермама». (16+)
Психологическое семейное реалии, в котором каждую неделю четыре мамочки соревнуются за звание лучшей. С понедельника по четверг они ходят друг к другу в гости и оценивают все и вся.
- 15.00 «Беременная в 16». (16+)
- 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

- 05.00, 03.15 «РАЗВОД» (16+)
- 05.30 Мультфильмы. (6+)
- 07.30 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (6+)
- 09.00, 10.10 «СТАТСКИЙ СОВЕТНИК». (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 17.05 Мирное соглашение. (16+)
- 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 22.40 «ГАИШНИКИ». (16+)
- 01.30 Наше кино. (12+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе» (16+)
- 05.30 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
- 07.20 «ТАНКИ». (16+)
- 08.50 «ОДНАЖДЫ В ВОСТОКЕ». (16+)
- 16.50 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)
Дальний Восток, 70-е годы. Маленький гарнизон на границе с Китаем. Здесь, как и всюду, живут мужчины и женщины. У каждого - своя история, своя судьба, своя любовь. Общее одно - все они попали сюда однажды по долгу службы и остались надолго.
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «СОЛДАТИК». (12+)
- 02.20 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.55 «Город героев: Новая история». (6+)
- 08.20 «Утиные истории». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 14.15 «Утиные истории». (6+)
- 15.05 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 15.40 «Гравити Фолз». (12+)
- 16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 19.10 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 19.30 «Суперсемейка». (12+)
В прошлом они легко справлялись с мировым злом, но давно отошли от «больших дел».
- 21.40 «Гравити Фолз». (12+)
- 23.00 «Стражи Галактики». (12+)
- 23.55 «С приветом по планетам». (12+)
- 02.05 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Звёздная логика». (0+)
- 07.40 «Монсики». (0+)
- 08.10 «Чуч-Мяуч». (0+)
- 10.45 «Что в тарелке?» (0+)
- 11.00 «Простоквашино». (0+)
- 12.40 «Инфинити Надо». (6+)
- 13.05 «Длинные скричеры!» (6+)
- 13.30 «Петроникс». (0+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Лунтик». (0+)
- 17.00 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)
- 17.25 «Черепашки». (0+)
- 18.50 «Оранжевая корова». (0+)
- 20.05 «Отель у Овечек». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Сказочный патруль». (0+)
- 22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 22.30 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.55 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.20 «Союзмультфильм» представляет: «Каникулы Бонифация». (0+)
- 23.35 «Приключения кузнечика Кузи». (0+)
- 23.55 «Крашенный лис». (0+)
- 00.10 «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка». (0+)
- 00.20 «Смешарики». (0+)
- 01.30 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
- 01.55 «Скай Бластерс». (6+)
- 02.50 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 03.15 «Каша-малаша». (0+)
- 03.45 «Салон дядюшки Брэда». (6+)
- 04.45 «Что в тарелке?» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 05.05, 07.45, 19.00 Пешком по Москве. (6+)
- 05.20 Пешком в историю. (12+)
- 05.50 Из истории Крыма. (12+)
- 06.15 Историада. (12+)
- 07.15 Монастырские стены. (6+)
- 08.00 «ИГРА В ИМИТАЦИЮ». (12+)
- 09.50 Лектор Персармии. (12+)
- 10.15, 17.50 Семь дней истории. (12+)
- 10.25, 11.15 «БАУХАУС - НОВАЯ ЭРА». (16+)
- 12.00 Навеки с небом. (12+)
- 12.45 Петербург космический. (12+)
- 13.30 Забытый полководец. (12+)
- 13.55 Хроники общественно-го быта. (12+)
- 14.10 Жил-был Дом. (12+)
- 14.45 Всемирное наследие. (12+)
- 15.30 Жил-был Дом. (6+)
- 16.00 Не квартира - музей. (12+)
- 16.10 Историограф. (12+)
- 16.55 Н. М. Карамзин. Историк государства Российского. (12+)
- 17.05 Александр I. Тень Фёдора Кузьмича. (12+)
- 18.00 Байкальская переправа. (12+)
- 19.15 108 минут, которые перевернули мир. (12+)
- 20.00, 20.30 Трудные вопросы истории России. (12+)
- 21.00 Урарту. Забытое царство. (12+)
- 21.55 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 22.15, 23.05 Исторические города Британии. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.05 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.30 Тайны музеев. (12+)
- 07.15, 08.15 Великая война. (12+)
- 09.05 Планета сокровищ: Юго-восточная Азия. (6+)
- 10.05 Помпеи: после извержения. (12+)
- 11.15, 12.10 Расцвет древних цивилизаций. (12+)
- 13.05, 14.00 Исторические убийства. (16+)
- 14.50 Американские принцессы на миллион долларов: Воротицы. (12+)
- 15.40 Американская мечта Роберта Кеннеди. (12+)
- 16.40, 17.40 Мегалополис: секреты древнего мира. (12+)
- 18.40 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)
- 19.40 Расцвет древних цивилизаций: Карфаген. (12+)
- 20.35 Исторические убийства: Дьявол в Белом городе. (16+)
- 21.30 Исторические убийства: Берлинский нацист-потрошитель. (16+)
- 22.20 23.15 Великая война. (12+)
- 00.15 Американские принцессы на миллион долларов: Воротицы. (12+)
- 01.10 Американская мечта Роберта Кеннеди. (12+)
- 02.05, 03.00 Мегалополис: секреты древнего мира. (12+)
- 03.55, 04.45 Исторические убийства. (16+)
- 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 11.25, 17.40, 23.55 О самом главном. Сместерапия. (12+)
- 06.55, 07.20 Прозрение с доктором Шиловой. (12+)
- 07.50, 13.55, 01.45 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. (12+)
- 08.40 О самом главном. Симптомы панкреатита. (12+)
- 09.40 На приёме у доктора Исагуляна. (12+)
- 10.10 Это лечится. (12+)
- 10.40 Химия нашего тела. Витамины. (12+)
- 12.25 Теледоктор. (12+)
- 13.25, 19.30, 00.55 Откровенный разговор с психологом. (12+)
- 14.45, 01.20 Скажите, доктор! (12+)
- 15.10 О самом главном. Сезонная аллергия. (12+)
- 16.10 Премия «Здравомыслие-2022». (12+)
- 16.40 Правда о сахаре (12+)
- 18.35, 05.05 Без химии. Простуда. (12+)
- 19.05, 05.35 Метод исследования. Паразиты. (12+)
- 20.00, 03.20 Психо. Расстройства шизофренического спектра. (12+)
- 20.30, 04.15 Клинический случай. (12+)
- 21.00 О самом главном. Нейродегенеративные расстройства. (12+)
- 21.55 Правда об углеводах. (12+)
- 23.00, 03.45 Психо. (12+)
- 23.30, 04.40 Клинический случай. (12+)
- 02.30 Без химии. (12+)
- 02.55 Метод исследования. (12+)

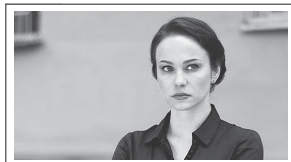
РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



15.50 «Сати. Нескучная классика...»

07.30 08.30 10.00 15.00
19.30 23.30 Новости культуры
07.35 18.35 00.55 «Генрих VIII и его окружение»
08.35 Цвет времени
08.50 «ПЕРЕХОДИМ К ЛЮБВИ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 ХХ век
12.20 22.15 «ТИХИЙ ДОН»
13.10 «Забывтое ремесло»
13.30 «Игра в бисер»
14.10 «Монологи кинорежиссера»
15.05 Новости. Книжки
15.20 «Эрмитаж»
15.50 «Сати. Нескучная классика...»
16.35 «Щелкунчик». II тур
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Искусственный отбор
21.30 «Белая студия»
23.00 «Рэгтайм»
01.45 «Вода. Голубое спокойствие»

ТВЦ



18.15 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

06.00 «Настроение».
08.00 «Право на безопасность». (12+)
08.30 «Доктор И...» (16+)
09.05 «КАБИНЕТ ПУТЕШЕСТВЕННИКА». (12+)
10.55 «Актёрские судьбы». (12+)
11.30 14.30 17.50 События
11.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.05 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
16.55 «Право на безопасность». (12+)
17.35 «Петровка, 38». (16+)
18.15 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
22.00 События
22.35 «Закон и порядок». (16+)
23.10 «Лидия Иванова. Секс и жареная картошка». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е» (16+)

ТВ-3



23.15 «ВЕТРЕНАЯ РЕКА». (18+)

06.00 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
08.15 Дом исполнения желаний. Лучшая версия себя. (16+)
09.15 Утренние гадания. (16+)
09.30 17.20 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 Гадалка. (16+)
16.45 Секреты. (16+)
19.30 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (16+)
20.30 «ГРИММ». (16+)
23.15 «ВЕТРЕНАЯ РЕКА». (18+)
На севере США, в штате Вайоминг, в индейской резервации под названием «Уинд-Ривер» егер по имени Кори Ламберт находит тело молодой индианки Натали.
01.15 «СКОРОСТЬ: АВТОБУС-657». (18+)
02.45 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ



02.00 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
08.45 Давай разведёмся! (16+)
09.45 Тест на отцовство. (16+)
12.00 «Понять. Простить». (16+)
13.05 23.00 «Порча». (16+)
13.35 «Знахарка». (16+)
14.10 «Верну любимого». (16+)
14.45 «ЧУЖАЯ ДОЧЬ». (16+)
19.00 «СКАЖИ ТОЛЬКО СЛОВО». (16+)
20.30 Шаг в карьеру. (16+)
20.35 «СКАЖИ ТОЛЬКО СЛОВО». (16+)
00.05 «Знахарка». (16+)
00.35 «Верну любимого». (16+)
01.05 «Понять. Простить». (16+)
02.00 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)
02.50 Тест на отцовство. (16+)
04.30 Давай разведёмся! (16+)

5-Й КАНАЛ

05.25 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)
06.50 «ДВОЕ». (16+)
08.30 09.30 «БАРСЫ». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
13.30 18.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
22.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.20 23.25 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.20 18.15 «Специальный репортаж». (16+)
14.00 15.05 «ТОЧКА ВЗРЫВА». (16+)
18.50 «Холодная война. Битва экономик». (16+)
19.40 «Улика из прошлого». (16+)
22.55 «Между тем». (12+)
01.10 «ПОВЕСТЬ О ЧЕКИСТЕ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)
12.00 18.00 «Депутатский журнал». (12+)
12.15 22.30 «Полицейский вестник». (12+)
12.30 04.30 «Точка.ру». (12+)
13.00 16.30 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
18.15 «Эксперт». (12+)
18.30 01.00 03.00 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 01.30 «От 7 до 17». (12+)
20.30 00.30 03.30 «Футбол губернии». (12+)
22.45 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВЫХ». (16+)
Чумовая блондинка с богатым бой-френдом и успешный бизнесмен «Мурзик» в содружестве подружки-модели летят в Ниццу, а попадают в Тайгу.

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Новости
06.05 Все на Матч!
09.05 Новости
09.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. (0+)
11.15 «Оазис футбола»
12.15 Новости
12.20 Футбол. Чемпионат мира-2022. Обзор. (0+)
12.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. (0+)
14.50 Новости
14.55 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. (0+)
17.00 Новости
17.05 Катар-2022. Все на футбол!
17.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. Прямая трансляция из Катара
20.00 Катар-2022. Все на футбол!
21.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. Прямая трансляция из Катара
00.00 Все на Матч!
00.45 «Один день в Катаре». (16+)
01.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. Трансляция из Катара. (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ СТРАНА
06.00 10.05 16.00 21.30 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
07.55 23.20 «Спортивный детектив». (12+)
08.45 01.30 «Точка». (12+)
09.10 19.30 Неделя КХЛ. (12+)
11.55 20.20 21.15 01.55 Спецрепортаж. (12+)
12.15 «Рождённые побеждать». (6+)
13.05 Фехтование. (0+)
15.00 «Самые сильные». (12+)
15.25 20.45 «бхб». Волейбольное обозрение. (0+)
17.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины
00.10 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. (0+)
02.10 «Несвободное падение». (16+)
03.00 04.30 Биатлон. Кубок России. Спринт. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 02.00 Муз'итив. (16+)
06.00 07.00 Каждое утро. (16+)
06.40 08.40 15.00 18.00 22.40 Про-новости. (16+)
09.00 Муз-ТВ Чарт. (16+)
10.00 Топ-30. Плейлист недели. (16+)
12.00 Юмор FM чарт. (16+)
13.00 Консервы. (16+)
14.00 TikTok чарт. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Плейлист по кайфу. (16+)
16.30 20.30 Хиты по-русски. (16+)
17.00 Прогноз по году. (16+)
18.20 23.00 Плейлист. Зима. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 «10 самых!» (16+)
00.00 Хиты по-русски. (18+)
01.30 Муз'итив. (18+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000
05.00, 05.40 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
06.35 «ЧЕПЦ». (16+)
08.45 «ВОСПОМИНАНИЯ О БУДУЩЕМ». (16+)
11.05 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (16+)
13.15 «ОДИН ДЕНЬ». (16+)
15.15 «В МЕТРЕ ДРУГ ОТ ДРУГА». (16+)
17.20, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
19.00 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ!». (16+)
21.05 «ОХОТНИК ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)
23.00 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ!». (16+)
01.00 «ИСЧЕЗНУВАША». (18+)
03.15 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)

ТВ1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.40 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
08.15 «Три кота». Мультсериал. (6+)
09.15 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
11.15 «СТАТУС: СВОБОДЕН». (16+)
13.00 «БРАТ». (16+)
14.45 «БРАТ-2». (16+)
17.05, 18.00 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)
19.00 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
20.40 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
22.55 «КОЛЛЕКТОР». (16+)
00.05 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
01.45 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (6+)
03.25 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (6+)

ДОМ КИНО
06.50 «Пиноккио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)
08.30 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
09.50 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
11.25 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
12.50 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
14.10 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
15.30 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
16.50 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «БУМЕР». (18+)
01.35 «ПОБЕГ». (16+)
03.35 «ПАПА». (16+)
05.05 «МНЕ НЕ БОЛЬНО». (16+)

СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 17.00, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
14 сезон. Сериал. Фантастика, США, Канада, 2018 г.
23.35 Суббота! News 2022. (16+)
23.50, 00.50 Богиня шопинга. (16+)
02.10, 02.50, 03.30 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
04.10 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.55 «МАСКА ЗОРРО». (12+)
03.20 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». (6+)
05.45 «УДАЧИ, ЧАК!» (16+)
07.35 «КОПЫ В ЮБКАХ». (16+)
09.50 «СВАДЬБА ЛУЧШЕГО ДРУГА». (12+)
11.45 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+)
13.30 «ОХОТНИК ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)
15.35 «ВАСАБИ». (16+)
17.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ «КЛЕОПАТРА». (12+)
19.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
Комедия, Россия, 2018 г.
21.15 «ДРУЖИТЬ ПО-РУССКИ!» (18+)
23.05 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.05, 06.10, 06.20 «Обезьянки». Мультсериал. (0+)
06.30 «Песенка мышонка». Мультфильм. (0+)
06.40 «Жил-был пёс». Мультфильм. (0+)
06.50, 09.35 «ЛЕГЕНДА О ТИЛЕ». (12+)
12.25 «ТЕГЕРАН-43». (12+)
15.05 «АССА». (16+)
17.55, 04.05 «ТАЙНЫ СПЕДСТВИЯ-5». (16+)
19.35 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
21.30 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ СЛЕГКИМ ПАРОМ!» (12+)
СССР, 1975 г. В ролях: Андрей Мягков, Барбара Брыльска, Юрий Яковлев
01.00 «БЕГ». (12+)
05.30 «АЭЛИТА, НЕ ПРИСТАВАЙ К МУЖЧИНАМ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
13.00, 21.00 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
14.00, 22.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПЛАН «Б»». (16+)
05.00 «РОКОВАЯ ОШИБКА». (16+)
06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-2». (16+)

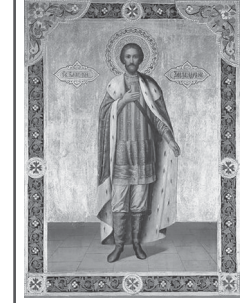
СТС LOVE
06.00 «Три кота». (0+)
09.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
11.30 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
Гадалка нагадала Виктории, что Максима у неё уведёт блондинка. Вика начинает с подозрением присматриваться ко всем блондинкам. При повторном посещении гадалки Вика догадывается, что неправильно поняла её слова.
14.30 «КУХНЯ». (12+)
20.00 «МОЛОДЕЖКА». (12+)
23.50 Даёшь молодёжи! (16+)
01.40 «РАНЕТКИ». (12+)
04.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 В поисках Бога. (6+)
05.40 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО». 4 серия. (0+)
07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Война и Библия. (16+)
11.05 Александр Невский. Между Востоком и Западом. (0+)
12.10 Русский мир. (12+)
13.15 Лица церкви. (6+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Ледовое побоище. Рождение России. (0+)
16.00 Александрова обитель. (0+)
16.20 «ВОРОТА В НЕБО». (0+)
18.10 «КОРПУС ГЕНЕРАЛА ШУБНИКОВА». (12+)
СССР, 1980 г.
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00 Война и Библия. (16+)
22.35, 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
23.05 Крестный ход. (16+)
23.35 Служба спасения семьи. (16+)
00.30 День Патриарха. (0+)
00.45 Ефрем Аризонский. Цикл: Старцы. (0+)
01.15 Расскажи мне о Боге. (6+)
01.45 Ной. (12+)
02.15 В поисках Бога. (6+)
02.40 Физики и клирики. (0+)
03.10 Встреча. (12+)

Православный календарь

6 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Блгв. вел. кн. Александра Невского,
в схиме Алексия.



Свт. Амфилохия, еп. Иконийского. Свт. Григория, еп. Акрагантского. Свт. Митрофана, в схиме Макария, еп. Воронежского. Сщмч. Сисиния, еп. Кизического, Мч. Феодора Антиохийского. Прп. Колумбана, игумена Люксейского. Прмч. Серафима. Св. Иоанна исп. Сщмч. Елеазара пресвитера и мч. Александра.

Рождественский пост. Разрешается рыба.
«Если же не захотим повиноваться совести, то она умолкнет и оставит нас, а мы впадём в руки наших врагов, которые уже не пощадят нас». Прп. Авва Исайя (Скитский)

ПЕРВЫЙ



21.45 «ШИФР». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШИФР». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости

РОССИЯ 1



22.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-22». (16+)
Ранним утром на пробежке застрелен аспирант химфака Валентин Харитонов. Документы и бумажник, найденные при нём, исключают версию ограбления...
- 22.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 03.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)

НТВ



22.10 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА». (16+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 22.10 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «АДМИРАЛЫ РАЙОНА». (16+)
- 00.20 «Англия - Россия. Коварство без любви». «Сепаратизм с британским акцентом». (16+)
- 01.35 «ЗАЩИТА КРАСИНА». (16+)

СТС



08.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 08.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 09.00 Маска. Танцы. (16+)
- 11.35 Уральские пельмени. (16+)
- 11.50 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
- 14.40 «КЛАССНАЯ КАТЯ». (16+)
- 18.30 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 20.00 «ПЕРСИ ДЖЕКСОН И МОРЕ ЧУДОВИЩ». (6+)
- 22.00 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (16+)
Питеру Паркеру приходится жить сложной жизнью - останавливать преступников и готовиться к выпускным экзаменам в школе.
- 00.55 «ПОЙМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (12+)
- 03.20 «6 кадров». (16+)

ТНТ



14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «ОЛЬГА». (16+)
- 14.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
- 18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 20.00 «ЖУКИ». (16+)
- 21.00 «ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ-2». (16+)
Пока игроки пытаются пройти все выпавшие им испытания, Угрюмов выслеживает человека организаторов, который вынимает из трупов чипы, куда пишутся все показатели состояния участников.
- 22.00 «Влюбись, если сможешь». (16+)
- 23.30 «Женский стендап». (18+)
- 00.30 «Импровизация». (16+)
- 03.10 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.40 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



00.30 «ДРАКУЛА». (16+)

- 06.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ПАССАЖИР». (16+)
- 22.00 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «ДРАКУЛА». (16+)
- 04.35 «Документальный проект». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Пятница News. (16+)
- 05.20 Кондитер. (16+)
- 07.50 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
- 09.50 На ножах. (16+)
- 12.00 Адский шеф. (16+)
- 14.50 На ножах. (16+)
- 19.00 Адский шеф. (16+)
- 21.00 «ЕВГЕНИЧ». (16+)
- 23.10 Теперь я Босс! (16+)
- 00.10 «13-Й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (16+)
- 02.00 Пятница News. (16+)
- 02.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 03.40 Пятница News. (16+)
- 04.10 Зов крови. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (12+)
- 08.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 10.00 «+100500». (16+)
- 14.00 Решала. (16+)
- 15.00 21.00 Охотники. (16+)
- 17.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 18.00 «НАЗАД В СССР». (16+)
- 11.30 «МИР ВХОДЯЩЕМУ». (12+)
- 15.10 23.10 «СЕКРЕТАРША». (16+)
- 16.05 00.05 «Случайные носители мышления». (12+)
- 17.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 21.00 «ПОЛЁТЫ ВО СНЕ И НАЯВУ». (12+)
- 22.30 «На приёме у главного врача». (12+)
- 01.00 «Свет и тени». (12+)
- 01.30 Отражение. (12+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
- 12.55 «Супермама». (16+)
- 15.00 «Беременная в 16». (16+)
- 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
Вы будете закрывать глаза, но вряд ли захотите переключить телевизор. Этот проект - горькое лекарство для тех, кто оставляет свое здоровье на потом.
- 02.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

- 05.00, 03.15 «РАЗВОД». (16+)
- 07.50, 12.15, 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 10.10, 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 11.00, 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 22.40 «ГАИШНИКИ». (16+)
- 01.25 Наше кино. (12+)
- 01.50 «ТАХИР И ЗУХРА». (0+)

ПОБЕДА

- 04.10 «Путь к Победе» (16+)
- 05.10 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
- 06.50 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
- 08.50 «ОДНАЖДЫ В РОСТОВЕ». (16+)
- 16.40 «ОХОТНИКИ ЗА БРИЛЛИАНТАМИ». (16+)
В 1980 году произошло ограбление вдовы Алексея Толстого. Из квартиры были похищены ценные вещи. Личность жертвы и масштаб преступления, естественно, вызвали к нему интерес. Для расследования привлекаются самые лучшие сыщики.
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
- 02.10 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.55 «Город героев: Новая история». (6+)
- 08.20 «Утиные истории». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 14.15 «Утиные истории». (6+)
- 15.05 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 15.40 «Гравити Фолз». (12+)
- 16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 19.10 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 19.30 «Суперсемейка-2». (6+)
После событий первого фильма Суперсемейка пользуется вниманием со стороны журналистов.
- 21.40 «Гравити Фолз». (12+)
- 23.00 «Стражи Галактики». (12+)
- 23.55 «Звёздная принцесса и силы зла». (12+)
- 02.05 «Город героев: Новая история». (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Звёздная логика». (0+)
- 07.40 «Монсики». (0+)
- 08.10 «Супер МЯУ». (0+)
- 10.45 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
- 11.10 «Простоквашино». (0+)
- 12.40 «Инфинити Надо». (6+)
- 13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.30 «Петроникс». (0+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 17.00 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)
- 17.25 «Кошечки-собачки». (0+)
- 18.50 «Команда Флоры». (0+)
- 20.05 «Отель у Овечек». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Сказочный патруль». (0+)
- 22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 22.30 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.55 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.20 «Вовка в тридевятом царстве». (0+)
- 23.35 «Сказка о золотом петушке». (0+)
- 00.10 «Глаша и Кикимора». (0+)
- 00.20 «Смешарики». (0+)
- 01.30 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
- 01.55 «Скай Бластерс». (6+)
- 02.50 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 03.15 «Каша-малаша». (0+)
- 03.45 «Салон дядюшки Брэда». (6+)
- 04.45 «Что в тарелке?» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 05.50 Из истории Крыма. (12+)
- 06.15 Историада. (12+)
- 07.15 Монастырские стены. (6+)
- 07.45 Пешком по Москве. (6+)
- 08.00 Навеки с небом. (12+)
- 08.45 Петербург космический. (12+)
- 09.30 Забытый полководец. (12+)
- 09.55 Хроники общественно-го быта. (12+)
- 10.10 Жил-был Дом. (12+)
- 10.45 Всемирное наследие. (12+)
- 11.30 Жил-был Дом. (6+)
- 11.55, 12.20, 12.45 В поисках утраченного искусства. (12+)
- 13.15 Байкальская переправа. (12+)
- 14.10 Обыкновенная история. (6+)
- 14.20 108 минут, которые перевернули мир. (12+)
- 15.00 Великие живописцы. (12+)
- 16.00 Не квартира - музей. (12+)
- 16.10 Историограф. (12+)
- 16.55 Н. М. Карамзин. (12+)
- 17.05 Камчатка. (12+)
- 17.50 Семь дней истории. (12+)
- 18.00 Урарту. Забытое царство. (12+)
- 18.55, 19.25 Трудные вопросы истории России. (12+)
- 20.00 Марциальный ренессанс. (12+)
- 20.40 Жизнь в эпоху мушкетёров. (12+)
- 22.15 Возмездие. (12+)
- 23.00 В рядах сопротивления. Дворцы и замки. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00, 06.40 Тайны музеев. (12+)
- 07.30, 08.20 Великая война. (12+)
- 09.20, 10.15 Мегapolis: секреты древнего мира. (12+)
- 11.15 Древние конструкторы. (12+)
- 12.10 Расцвет древних цивилизаций: Карфаген. (12+)
- 13.05, 14.00 Исторические убийства. (16+)
- 14.45 Пропавшие миллионы Грей Келли. (12+)
- 15.40 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
- 16.35 Мегapolis: секреты древнего мира: Тикаль. (12+)
- 17.35 Мегapolis: секреты древнего мира: Рим. (12+)
- 18.35 Расцвет древних цивилизаций: Германские племена. (12+)
- 19.30 Расцвет древних цивилизаций: Арабы. (12+)
- 20.30 21.25 Исторические убийства. (16+)
- 22.15 Великая война: Битва за Берлин. (12+)
- 23.10 Великая война: Война с Японией. (12+)
- 00.10 Пропавшие миллионы Грей Келли. (12+)
- 01.05 Мата Хари - прекрасная шпионка. (12+)
- 02.00, 02.50 Мегapolis: секреты древнего мира. (12+)
- 03.45, 04.35 Исторические убийства. (16+)
- 05.20 Невероятные изобретения. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 11.40, 17.45, 23.50 О самом главном. Потеря слуха. (12+)
- 06.55 Теледоктор. (12+)
- 07.50, 13.55, 01.40 Химия нашего тела. Сахар. (12+)
- 08.40 О самом главном. Сезонная аллергия. (12+)
- 09.40 Основной элемент. Мужчины vs Женщины. Часть 1. (12+)
- 10.05 Основной элемент. Мужчины vs Женщины. Часть 2. (12+)
- 10.35 Правда о сахаре. (12+)
- 12.40, 23.00, 04.30 Научные сенсации. Продлить жизнь. (12+)
- 13.25, 19.30, 00.45 Откровенный разговор с нутрициологом. (12+)
- 14.45 Скажите, доктор! Планирование беременности и роды. (12+)
- 15.15 О самом главном (12+)
- 16.10 Психи. (12+)
- 16.40 Правда об углеводах. (12+)
- 18.45, 05.15 Медицинский квест. Логоневроз. (12+)
- 20.00, 03.35 Угрозы современного мира. Еда, которая нас ест. (12+)
- 20.30, 04.05 Угрозы современного мира. Грязный воздух. (12+)
- 21.00 О самом главном (12+)
- 21.55 Правда о сне. (12+)
- 01.15 Скажите, доктор! Стандарт оказания медицинской помощи КДЦ. (12+)
- 02.25 Медицинский квест. Мигрень. (12+)
- 03.10 Премия «Здоровымыслие-2022». (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



12.20 «ТИХИЙ
ДОН»

- 06.30 07.00 07.30 08.30
10.00 15.00 19.30 23.30
Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 18.35 00.50 «Генрих VIII и его окружение»
- 08.40 12.10 Цвет времени
- 08.50 «ПЕРЕХОДИМ К ЛЮБВИ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.50 XX век
- 12.20 22.15 «ТИХИЙ ДОН»
- 13.10 «Людмила Макарова»
- 13.35 Искусственный отбор
- 14.20 «Сезар Франк»
- 15.05 Новости. Кино
- 15.20 «Библейский сюжет»
- 15.50 «Белая студия»
- 16.35 «Щелкунчик». II тур
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Абсолютный слух
- 21.30 Власть факта
- 23.00 «Рэгтайм»
- 01.40 «Лебединый рай»

ТВЦ



17.35 «Петровка, 38». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.00 «Право на безопасность». (12+)
- 08.30 «Доктор И...» (16+)
- 08.55 «МАМЕНЬКИН СЫНОК». (12+)
- 10.55 «Актёрские судьбы». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- 16.55 «Право на безопасность». (12+)
- 17.35 «Петровка, 38». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН». (12+)
- 20.00 Наш город. Диалог с мэром. Прямой эфир
- 22.00 События
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)

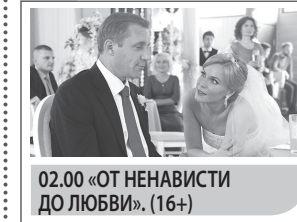
ТВ-3



20.30 «ГРИММ». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.45 Секреты. (16+)
- 17.20 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (16+)
- 20.30 «ГРИММ». (16+)
- 23.15 «ПРИЗРАК». (16+)
- Главный герой - наемный тайный писатель. О нем ничего не известно, не разглашается даже имя - его называют призраком, мастерски пишущим контент для известных людей. Призрака нанимают к бывшему премьер-министру Великобритании.
- 01.45 «СТУКАЧ». (16+)
- 03.30 «Городские легенды». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

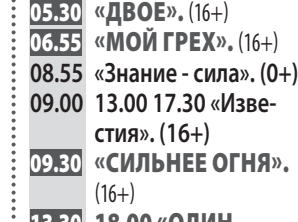
ДОМАШНИЙ



02.00 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.45 Давай разведёмся! (16+)
- 09.50 Тест на отцовство. (16+)
- 12.05 «Понять. Простить». (16+)
- 13.10 «Порча». (16+)
- 13.40 «Знахарка». (16+)
- 14.15 «Верну любимого». (16+)
- 14.50 «ОТПУСК В СОСНОВОМ ЛЕСУ». (16+)
- 19.00 «АКВАМАРИН». (16+)
- 20.30 Шаг в карьеру. (16+)
- 20.35 «АКВАМАРИН». (16+)
- 23.00 «Порча». (16+)
- 00.05 «Знахарка». (16+)
- 00.35 «Верну любимого». (16+)
- 01.10 «Понять. Простить». (16+)
- 02.00 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)
- 02.50 Тест на отцовство. (16+)
- 04.30 Давай разведёмся! (16+)

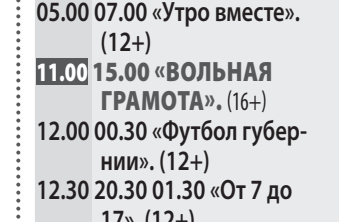
5-Й КАНАЛ



05.30 «ДВОЕ». (16+)

- 06.55 «МОЙ ГРЕХ». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 09.30 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
- 13.30 18.00 «ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 19.45 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.20 23.25 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 18.15 «Специальный репортаж». (16+)
- 14.00 15.05 03.55 «БАТЯ». (16+)
- 18.50 «Холодная война. Битва экономик». (16+)
- 19.40 «Секретные материалы». (16+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 01.10 «СХВАТКА». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)
- 12.00 00.30 «Футбол губернии». (12+)
- 12.30 20.30 01.30 «От 7 до 17». (12+)
- 13.00 16.30 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 18.00 «#open vrn». (12+)
- 14.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.15 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 18.45 22.00 «Парламентский дневник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.15 01.00 «Формула здоровья». (12+)
- 22.45 «ДИКАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- История любви Джерри и Жанетт: о разбитом сердце, об ошибках, глупостях и утрате иллюзий, но главной движущей силой остаётся любовь.
- 04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Матчи ТВ
- 06.05 Все на Матч!
- 09.05 Новости
- 09.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. (0+)
- 11.15 «Оазис футбола»
- 12.15 Новости
- 12.20 Футбол. Чемпионат мира-2022. Обзор. (0+)
- 12.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. (0+)
- 14.50 Новости
- 14.55 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. (0+)
- 16.55 Спортивная гимнастика
- 18.55 Катар-2022. Все на футбол!
- 19.25 Баскетбол. МБА (Москва) - «Астана» (Казахстан). Единая лига ВТБ
- 21.20 Катар-2022. Все на футбол!
- 21.55 Новости
- 22.00 Все на Матч!
- 22.40 Футбол. Чемпионат мира-2022. (0+)
- 00.45 «Один день в Катаре». (16+)
- 01.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. Трансляция из Катара. (0+)

- 06.00 21.30 23.15 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Виктор Царёв. Капитан великой команды». (12+)
- 08.45 15.10 16.00 18.50 20.45 05.05 Спецрепортаж. (12+)
- 09.00 16.20 «Мой первый тренер». (12+)
- 09.15 16.35 Лица страны (12+)
- 09.30 05.30 «бхб». Вольноборное обозрение. (0+)
- 10.05 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. (0+)
- 11.25 «Спортивный детектив». (12+)
- 12.15 «Удар по мифам». (12+)
- 12.30 «Точка». (12+)
- 13.05 Фехтование. (0+)
- 15.25 21.00 «Вид сверху». (12+)
- 16.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига единорборства. (16+)
- 19.05 Смешанные единоборства. (16+)
- 01.00 Спортивная гимнастика. (0+)
- 03.10 04.00 Биатлон. Кубок России. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 07.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 08.40 15.00 18.00 22.40 Про-новости. (16+)
- 08.15 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Тор Чарт Европы плюс. (16+)
- 10.00 МузРаскрутка. (16+)
- 10.30 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Золотая дюжина. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Top 15 Like FM. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Битва фанклубов. (16+)
- 17.00 Приехали! (16+)
- 17.30 Лига клипов. (16+)
- 18.20 23.00 Плейлист. (16+)
- 19.00 TikTok чарт. (16+)
- 20.00 Хит-сториз. (16+)
- 20.30 Top-30. (16+)
- 00.00 Лайкер. (18+)
- 02.00 Лайкер. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.00, 05.40, 17.20, 18.10 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
- 06.20 «ОХОТНИК ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)
- 08.10 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- 10.05 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (16+)
- 12.05 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 13.40 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 15.30 «НЕВИДИМЫЙ ГОСТЬ». (16+)
- 19.00 «СУПРУГИ МОРГАН В БЕГАХ». (16+)
- 20.55 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 22.40 «МОШЕННИКИ». (12+)
- 00.25 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
- 02.05 «КОЛУНЬЯ». (12+)
- 03.45 «В МЕТРЕ ДРУГ ОТ ДРУГА». (16+)

- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 08.25 «КОЛЛЕКТОР». (16+)
- 09.40 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
- 11.45 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 13.30 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)
- 15.15 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (6+)
- 17.05, 18.00 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)
- 19.00 «ЗЕЛЁНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 20.40 «МНОГОЗТАЖКА». (16+)
- 22.20 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)
- 00.00 «СЕСТРЫ». (16+)
- 01.25 «БУМЕР». (18+)
- 03.15 «БУМЕР-2». (16+)

- 06.55 «Смешарики. Дежавю». Мультфильм. (6+)
- 08.15 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 09.35 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 10.55 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 12.30 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 13.55 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 15.15 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «БУМЕР. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
- Россия, 2003 г.
- 01.35 «ОДЕССА». (18+)
- 03.40 «ДОМ СОЛНЦА». (16+)
- 05.15 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 19.20, 20.00, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 23.30 Суббота! News 2022. (16+)
- 23.40, 01.00 Богиня шопинга. (16+)
- 02.10, 02.50, 03.30 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 04.05, 04.15 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.10 «Мальшарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

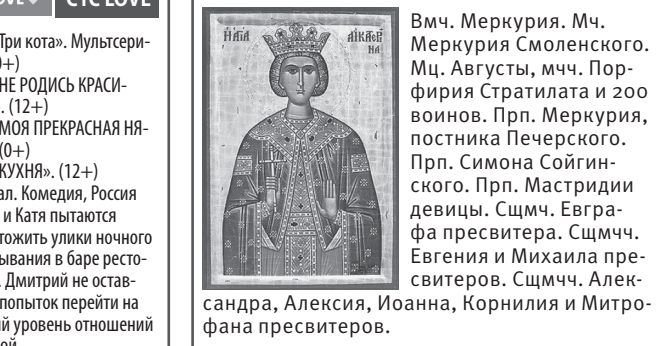
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 11.30 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
- 14.30 «КУХНЯ». (12+)
- Сериал. Комедия, Россия Макс и Катя пытаются уничтожить улики ночного пребывания в баре ресторана. Дмитрий не оставляет попыток перейти на новый уровень отношений с Викой...
- 20.00 «МОЛОДЕЖКА». (12+)
- 23.50 Даёшь молодёжь! (16+)
- 01.40 «РАНЕТКИ». (12+)
- 04.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Пилигрим. (6+)
- 05.50 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО». 5 серия. (0+)
- 07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Война и Библия. (16+)
- 11.05 Простые чудеса. (12+)
- 11.55 Следы империи. (16+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Крестный ход. (16+)
- 15.35 Ефрем Арizonский. Цикл: Старцы. (0+)
- 16.10 «КОРПУС ГЕНЕРАЛА ШУБНИКОВА». (12+)
- 18.00 «ПОДРАНКИ». (12+)
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.00 Война и Библия. (16+)
- 22.35 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.05 Донбасс. Дети. (16+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 Следы империи. (16+)
- 01.50 Двенадцать (12+)
- 02.20 Двойной портрет. Булгаков и Флоренский. (0+)
- Фильм расскажет о двух великих русских мыслителях - Павле Флоренском и Сергее Булгакове, запечатлённых вместе на портрете М. Нестерова «Философы».
- 03.10 Встреча. (12+)
- 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

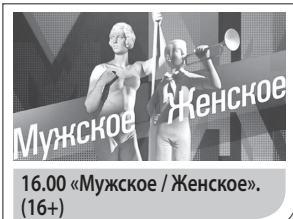
7 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Вмц. Екатерины.



Вмч. Меркурия. Мч. Меркурия Смоленского. Мч. Августы, мчч. Порфирия Стратилата и 200 воинов. Прп. Меркурия, постника Печерского. Прп. Симона Сойгинского. Прп. Матридии девицы. Сщмч. Евграф пресвитера. Сщмчч. Евгения и Михаила пресвитеров. Сщмчч. Александра, Алексия, Иоанна, Корнилия и Митрофана пресвитеров.

Рожественский пост.
«Тело твое, христианин, есть храм Святого Духа, желающего обитать в тебе. Поэтому имей заботу о храме, чтобы не оскорбить Обитающего в нем». Прп. Ефрем Сирийский

7 ПЕРВЫЙ



16.00 «Мужское / Женское». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ШИФР». (16+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости

РОССИЯ 1 РОССИЯ



20.00 Вести

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-22». (16+) Все факты указывают на то, что следствие имеет дело с серийным убийцей. Обнаружен ещё один труп. На этот раз застрелен трижды судимый Тишук. Картина преступления такая же...
- 22.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 03.00 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)

НТВ НТВ



08.25 «ЛЕСНИК». (16+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 23.55 «Сегодня»
- 00.20 «Поздняков». (16+)
- 00.35 «Мы и наука. Наука и мы». (12+) Из очередного выпуска мы узнаем, что через 10 лет наука запретит минеральные удобрения...
- 01.30 «ЗАЩИТА КРАСИНА». (16+)
- 04.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС СТС



09.00 Маска. Танцы. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 08.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 09.00 Маска. Танцы. (16+)
- 11.35 Уральские пельмени. (16+)
- 11.40 «НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (16+)
- 14.25 «КЛАССНАЯ КАТЯ». (16+)
- 18.30 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 20.00 «КАРАТЭ-ПАЦАН». (12+) Двенадцатилетний Дре Паркер вместе с матерью переезжает из США в Китай. Чтобы противостоять местным хулиганам и произвести впечатление на девочку, ему нужно овладеть навыками кунг-фу.
- 22.50 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (16+)
- 00.45 «ГЛАДИАТОР». (18+)
- 03.45 «6 кадров». (16+)

ТНТ ТНТ



08.30 «Перезагрузка». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 08.30 «Перезагрузка». (16+)
- 09.00 «ОЛЬГА». (16+)
- 14.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ-5». (16+)
- 18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 20.00 «ЖУКИ». (16+)
- 21.00 «ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ-2». (16+) Оставшиеся в живых игроки собираются вместе и садятся в поезд. К ним выходит Верник и объявляет, что поезд заминирован, точнее, устройство закреплено на нем...
- 22.00 «Влюбись, если сможешь». (16+)
- 23.30 «Женский стендап». (18+)
- 00.30 «Импровизация». (16+)
- 03.05 «Comedy Баттл». (16+)
- 04.40 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
- 06.15 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN REN



07.00 «С бодрим утром!» (16+)

- 06.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Неизвестная история». (16+)
- 17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ОГРАБЛЕНИЕ В УРАГАН». (16+)
- 22.00 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «МЕДАЛЬОН». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Черный список. (16+)
- 05.50 Пятница News. (16+)
- 06.10 Кондитер. (16+)
- 07.50 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
- 10.50 Новые Пацанки. (16+)
- 14.00 Четыре свадьбы. (16+)
- 19.00 Новые Пацанки. (16+)
- 21.50 Сердце Ивлеевой. (16+)
- 00.10 «РАСПЛАТА». (18+)
- 02.20 Пятница News. (16+)
- 02.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (18+)
- 04.00 Пятница News. (16+)
- 04.30 Зов крови. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (12+)
- 08.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
- 10.00 «+100500». (16+) «+100500» - это самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео.
- 14.00 Решала. (16+)
- 15.00 21.00 Охотники. (16+)
- 17.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.50 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 18.05 «НАЗАД В СССР». (16+)
- 11.30 «ПОЛЁТЫ ВО СНЕ И НАЯВУ». (12+)
- 15.10 23.10 «СЕКРЕТАРША». (16+)
- 16.05 00.05 «Исследуя искусство». (16+)
- 17.00 «Формула здоровья». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 21.00 «СОРОК ПЕРВЫЙ». (12+)
- 22.30 «Моя история». (12+)
- 01.00 «Дом «Э». (12+)
- 01.30 ОТражение. Главное. (12+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 11.00 «Дом-2. Lite». (16+)
- 12.55 «Супермама». (16+)
- 14.05 «Супермама. Битва недели». (16+)
- 16.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 03.20 «Моя свекровь - монстр». (16+) В течение 5 выпусков, с понедельника по пятницу, за звание лучших хозяек поборются 5 команд, состоящих из свекрови и невестки.

МИР

- 05.00, 03.15 «РАЗВОД» (16+)
- 07.50, 12.15, 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 10.10, 13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 11.00, 14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 17.05 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 22.40 «ГАИШНИКИ». (16+)
- 01.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 01.55 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (0+)

ПОБЕДА

- 04.20 «Путь к Победе» (16+)
- 05.20 «ГЕРОЙ 115». (16+)
- 06.20 «СПАСТИ ИЛИ УНИЧТОЖИТЬ?». (16+)
- 10.00 «ГОРОД». (16+) Городок Струнёво. Преступления здесь случаются не часто, а раскрываемость - одна из лучших в СССР. Но, расследуя смерть школьного учителя, оперативник Родион Стоцкий приходит к выводу, что, на самом деле, все не так просто, как кажется на первый взгляд, и за благополучным фасадом Струнёво скрывает свои мрачные тайны...
- 17.10 «ГУРЗУФ». (16+)
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «ПРО ПЕТРА И ПАВЛА». (12+)
- 02.30 «ПЕРЕГОН». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 07.55 «Город героев: Новая история». (6+)
- 08.20 «Утиные истории». (6+)
- 08.55 «Пёс Пэт». (6+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
- 11.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 14.15 «Утиные истории». (6+)
- 15.05 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 15.40 «Гравити Фолз». (12+)
- 16.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 19.10 «Неудержимый жёлтый йети». (6+)
- 19.30 «В поисках Немо». (0+) В районе Большого барьерного рифа в уединении живет рыба-клоун по имени Марлин. Он растит своего единственного сына Немо.
- 21.15 «Гравити Фолз». (12+)
- 23.00 «Стражи Галактики». (12+)
- 23.55 «Город героев: Новая история». (6+)
- 02.05 «Амфибия». (12+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Звёздная логика». (0+)
- 07.40 «Монски». (0+)
- 08.10 «Зук». (0+)
- 10.45 «Проще простого!» (0+)
- 11.00 «Простоквашино». (0+)
- 12.40 «Инфинити Надо». (6+)
- 13.05 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.30 «Петроник». (0+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Буба». (6+)
- 17.00 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)
- 17.25 «Кошечки-собачки». (0+)
- 18.50 «Оранжевая корова». (0+)
- 20.05 «Отель у Овечек». (0+) Про дружную семью овечек и гостей их отеля.
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Сказочный патруль». (0+)
- 22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 22.30 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.55 «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.20 «Союзмультфильм» представляет: «Котенок по имени Гав». (0+)
- 00.05 «Хвосты». (0+)
- 00.20 «Смешарики». (0+)
- 01.30 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
- 01.55 «Скай Бластсерс». (6+)
- 02.50 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 03.15 «Каша-малаша». (0+)
- 03.45 «Салон дядюшки Брэда». (6+)
- 04.45 «Что в тарелке?» (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 03.05, 07.45 Пешком по Москве. (6+)
- 03.20, 06.15, 20.00 Историада. (12+)
- 04.15, 07.15 Монастырские стены. (6+)
- 04.40, 16.10 Историкограф. (12+)
- 05.20 Пешком в историю. (12+)
- 05.50 Из истории Крыма. (12+)
- 08.00, 08.20, 08.45 В поисках утраченного искусства. (12+)
- 09.10 Байкальская переправа. (12+)
- 10.05 Обыкновенная история. (6+)
- 10.15 108 минут, которые перевернули мир. (12+)
- 11.00 Великие живописцы. (12+)
- 12.00, 12.30 Трудные вопросы. (12+)
- 13.00 Урарту. Забытое царство. (12+)
- 13.55 Россия научная. (12+)
- 14.15, 15.05 Исторические города Британии. (12+)
- 16.00 Не квартира - музей. (12+)
- 16.55 Н. М. Карамзин. (12+)
- 17.10 Посол Империи. (12+)
- 17.50 Семь дней истории. (12+)
- 18.00 Марциальный ренессанс. (12+)
- 18.45 На пути к Великой Победе. (12+)
- 19.10 Возмездие. После Нюрнберга. (12+)
- 20.55 Испанская кровь (12+)
- 21.40 Карл V. (16+)
- 22.40 Сыны России. (12+)
- 22.40 События в истории. (12+)
- 23.05 Трамвай идет на фронт. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.25, 07.05 Тайны музеев. (12+)
- 07.55, 08.45 Великая война. (12+)
- 09.45, 10.45 Меганополис: секреты древнего мира. (12+)
- 11.40, 12.40 Расцвет древних цивилизаций. (12+)
- 13.35, 14.25 Исторические убийства. (16+)
- 15.15 Тайны музеев: Государственный исторический музей, Москва. (12+)
- 16.05 Тайны музеев: Музей Израиля, Иерусалим. (12+)
- 16.55 Сокровища Инда: Пакистан без прикрас. (12+)
- 17.45 Сокровища Инда: Другая сторона Тадж-Махала. (12+)
- 18.35 Сокровища Древней Греции: Эпоха героев. (12+)
- 19.30 Сокровища Древней Греции: Классическая революция. (12+)
- 20.30 21.20 Карты убийства. (16+)
- 22.10 Поля сражений: 1942: битва за Дьеп. (12+)
- 23.15 Поля сражений: 1940: буря над Альпами. (12+)
- 00.25, 01.10 Тайны музеев. (12+)
- 01.55, 02.40 Сокровища Инда. (12+)
- 03.25, 04.15 Исторические убийства. (16+)
- 05.00 Мифы: великие тайны человечества: Призраки и привидения. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.00, 17.40, 23.50 О самом главном. Алкоголизм. (12+)
- 06.55, 13.00 Без химии. Простуда. (12+)
- 07.20 Метод исследования. Паразиты. (12+)
- 07.55, 13.55, 01.40 Химия нашего тела. Гормоны. (12+)
- 08.45 О самом главном. Нейродегенеративные расстройства. (12+)
- 09.40 Шифры нашего тела. Неизвестные органы. (12+)
- 10.30 Психи. (12+)
- 11.00 Теледоктор. Прямая трансляция
- 13.25, 19.30, 00.50 Открытый разговор с тренером. (12+)
- 14.45 Скажите, доктор! (12+)
- 15.10 О самом главном. (12+)
- 16.10 Угрозы современного мира. (12+)
- 16.35 Правда о сне. (12+)
- 18.35, 05.05 На приёме у психолога. Курение. (12+)
- 19.05, 05.35 Психология. Профессиональное выгорание. (12+)
- 20.00, 03.20 Эпидемия. Полиомиелит. (12+)
- 20.30, 03.45 Эпидемия. Туберкулез. (12+)
- 21.00 О самом главном. Коэнзим Q10. (12+)
- 21.55 Генетический код (12+)
- 22.55, 04.10, 23.20, 04.40 Истории болезней. (16+)
- 01.10 Скажите, доктор! (12+)
- 02.25 На приёме у психолога. Бессонница. (12+)
- 02.50 Психология. (12+)

РОССИЯ **R** РОССИЯ К
Культура



10.15
«Наблюдатель»

- 07.30 08.30 10.00 15.00
18.45 23.30 Новости культуры
- 07.35 «Генрих VIII и его окружение»
- 08.35 Цвет времени
- 08.45 16.35 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.50 XX век
- 12.20 22.15 «ТИХИЙ ДОН»
- 13.10 «Проповедники»
- 13.35 Абсолютный слух
- 14.15 «Лебединый рай»
- 15.05 Новости. Театр
- 15.20 Моя любовь - Россия!
- 15.45 «2 Верник 2»
- 17.50 «Разгадка тайной любовной переписки Марии- Антуанетты»
- 19.00 «Щелкунчик». Закрытие. Прямая трансляция из КЗЧ
- 21.00 Открытая книга
- 21.30 «Энигма»
- 23.00 «Рэгтайм»
- 00.55 «Разгадка тайной любовной переписки Марии-Антуанетты»

ТВЦ



13.40 «Мой герой». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.00 «Право на безопасность». (12+)
- 08.30 «Доктор И...» (16+)
- 09.05 «МАМЕНЬКИН СЫНОК». (12+)
- 10.55 «Актёрские судьбы». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- 16.55 «Право на безопасность». (12+)
- 17.35 «Петровка, 38». (16+)
- 18.10 «ОБРАТНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)
- 22.00 События
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Закулисные войны. Спорт». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Актёрские судьбы». (12+)
- 01.25 «90-е. Тур для дур» (16+)

ТВ-3



12.20 Мистические истории. (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 17.20 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 14.25 Я хочу такой дизайн. (12+)
- 14.30 Гадалка. (16+)
- 16.45 Секреты. (16+)
- 19.30 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (16+)
- 20.30 «ГРИММ». (16+)
- 23.15 «КОНТРАБАНДА». (16+)
- Крис Фарадей в прошлом известный контрабандист, а ныне примерный семьянин, заботливый отец и любящий муж. Но однажды, благодаря брату жены - Энди, семейной идиллии приходит конец.
- 01.30 «НЕРВ». (16+)
- 02.45 «ЖЕНСКАЯ ДОЛЯ». (16+)

ДОМАШНИЙ



18.45 Спасите мою кухню. (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.25 Давай разведёмся! (16+)
- 09.30 Тест на отцовство. (16+)
- 11.40 «Понять. Простить». (16+)
- 12.45 «Порча». (16+)
- 13.15 «Знахарка». (16+)
- 13.50 00.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.25 «СКАЖИ ТОЛЬКО СЛОВО». (16+)
- 18.45 Спасите мою кухню. (16+)
- 19.00 20.35 «В ОДНУ РЕКУ ДВАЖДЫ». (16+)
- 20.30 Шаг в карьеру. (16+)
- 23.00 «Порча». (16+)
- 00.05 «Знахарка». (16+)
- 01.05 «Понять. Простить». (16+)
- 02.00 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)
- 02.50 Тест на отцовство. (16+)
- 04.30 Давай разведёмся! (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.25 «СТАРОЕ РУЖЬЕ». (16+)

- 08.30 «День ангела». (0+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 09.30 «ОРДЕН». (12+)
- 13.30 18.00 «ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 19.45 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.20 23.25 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 18.15 «Специальный репортаж». (16+)
- 14.00 15.05 05.00 «БАТЯ». (16+)
- 18.50 «Холодная война. Битва экономик». (16+)
- 19.40 «Код доступа». (12+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 01.15 «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)
- 12.00 17.30 02.00 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 18.00 «Парламентский дневник». (12+)
- 12.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 13.00 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК». (16+)
- 14.00 16.00 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 16.30 «ЛЕГАЛЬНЫЙ ДОПИНГ». (16+)
- 18.15 «Футбол губернии». (12+)
- 18.45 22.20 01.20 «Общее дело». (12+)
- 19.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Бурани» - «ХК Тамбов». (12+)
- 22.00 01.00 Арт-Перспект. (12+)
- 22.30 01.30 04.30 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
- 23.00 «ГОД ЗОЛОТОЙ РЫБКИ». (12+)
- 00.45 «Эксперт». (12+)
- 03.00 «От 7 до 17». (12+)
- 03.30 «Заметные люди». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Новости
- 06.05 Все на Матч!
- 08.50 Биатлон. Раги Кубок России. Спринт. Мужчины
- 10.15 «Вид сверху». (12+)
- 10.45 «Оазис футбола»
- 11.45 Новости
- 11.50 Биатлон. Раги Кубок России. Спринт. Женщины
- 13.05 Футбол. Чемпионат мира-2022. (0+)
- 15.10 Новости
- 15.15 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. Обзор. (0+)
- 15.45 Все на Матч!
- 16.25 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ
- 18.50 Катар-2022. Все на футбол!
- 19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ
- 21.55 Новости
- 22.00 Все на Матч!
- 22.40 Футбол. Чемпионат мира-2022. (0+)
- 00.45 «Один день в Катаре». (16+)
- 01.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. из. (0+)
- 06.00 13.05 22.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 «Анатомия спорта». (0+)
- 08.20 15.05 «Спортивный детектив». (12+)
- 09.15 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 «Вид сверху». (12+)
- 10.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. (0+)
- 11.55 00.15 «бхб». Волейбольное обозрение. (0+)
- 12.20 16.00 21.25 22.10 Спецрепортаж. (12+)
- 12.35 «Самые сильные». (12+)
- 14.50 «Удар по мифам». (12+)
- 16.20 Спортивная гимнастика. (0+)
- 18.30 20.00 Биатлон. Кубок России. (0+)
- 21.45 «Точка». (12+)
- 00.45 Сумо. Кубок содружества. (0+)
- 03.25 Бадминтон. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 02.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 07.00 08.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40 08.40 15.00 18.00 22.40 Про-новости. (16+)
- 07.35 Топ чарт. (16+)
- 07.55 Про-Клип. (16+)
- 09.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 10.00 Топ-30. (16+)
- 12.00 Плейлист по кайфу. (16+)
- 12.30 МузРаскрутка. (16+)
- 13.00 Прогноз по годе. (16+)
- 14.00 Топ Чарт. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 17.00 Консервы. (16+)
- 18.20 23.00 Плейлист. (16+)
- 19.00 Муз-ТВ Чарт. (16+)
- 20.00 «10 самых!» (16+)
- 20.30 Лайкер. (16+)
- 00.00 Хиты по-русски. (18+)
- 01.30 Муз'итив. (18+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.50, 06.30 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)
- 07.45 «СУПРУГИ МОРГАН В БЕГАХ». (16+)
- 09.40 «МОШЕННИКИ». (12+)
- 11.20 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 13.10 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
- 15.05 «КОЛДУНЬЯ». (12+)
- 17.00, 18.40 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (18+)
- 19.35 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)
- США, 2001 г. В ролях: Дженифер Лопес, Мэттью МакКонахи, Бриджетт Уильсон
- 21.30 «ДНЕВНИКИ НИЯНИ». (16+)
- 23.20 «СВАДЬБА ЛУЧШЕГО ДРУГА». (12+)
- 01.15 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 02.40 «ЛЕВ». (16+)
- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.45 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (6+)
- 10.00 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
- 11.45 «ЗЕЛЁНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 13.20 «АРТЕК. БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
- 15.05, 03.20 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 17.10, 18.00 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)
- 19.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 21.00 «АЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 22.35 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)
- 00.20 «ПЯТНИЦА». (16+)
- 01.50 «СТАТУС: СВОБОДЕН». (16+)
- 06.50 «Кошей. Похититель невест». (6+)
- 08.10 «Полное погружение». (6+)
- 09.40 «Три богатыря и Шаманская царица». (12+)
- 11.00 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
- 12.20 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)
- 13.40 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
- 15.05 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
- 16.45 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
- 01.15 «Я ОБЪЯВЛЯЮ ВАМ ВОЙНУ». (16+)
- 02.45 «ТЕСТЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (16+)
- 03.55 «ПРОХИНДИДА-2». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 15.50, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 19.20, 20.10, 21.00, 22.00, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 23.35 Суббота! News 2022. (16+)
- 23.50, 00.50 Богиня шопинга. (16+)
- 02.00, 02.40, 03.20 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 04.00, 04.20 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.15 «Мальшарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг. В ролях: Юлия Пожидаева, Алина Сандрацкая
- 12.00, 22.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «РОКОВАЯ ОШИБКА». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СУСКА-2». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПЛАН «Б». (16+)
- 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-8». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 11.30 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НИЯ». (0+)
- 14.30 «КУХНЯ». (12+)
- 20.00 «МОЛОДЁЖКА». (12+)
- Сериал «Медведь» приезжают в другой город, чтобы встретиться с соперниками на их территории. Хоккеисты знакомятся с местными обычаями весьма неординарным способом.
- 23.50 Даёшь молодёжь! (16+)
- 01.40 «РАНЕЧКИ». (12+)
- 04.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 06.05 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
- 07.35, 08.15 Мультфильмы. (0+)
- 08.05 Мультфильм. (6+)
- 08.25 «УРОК ЛИТЕРАТУРЫ». (12+)
- 09.50 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
- 11.10 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)
- 13.40 «Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЕРА». (12+)
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-6». (16+)
- 20.00 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
- 22.40 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ». (12+)
- 00.20 «СТАЛКЕР». (12+)
- 02.55 «АНДРЕЙ РУБЛЕВ». (12+)
- 05.45 «ПЫШКА». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СЕЛЬСКИЙ ВРАЧ». (0+)
- СССР, 1951 г. В ролях: Тамара Макарова, Григорий Белов, Всеволод Санаев, Василий Капустин, Иван Кузнецов
- 07.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Война и Библия. (16+)
- 11.05 Пилигрим. (6+)
- 11.55 Ной. (12+)
- 12.30 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Донбасс. Дети. (16+)
- 16.05 «ПОДРАНККИ». (12+)
- 18.05 «ПЕРВОЕ СВИДАНИЕ». (12+)
- СССР, 1960 г. В ролях: Лидия Шапоренко, Георгий Юматов, Валентин Грачёв
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.00 Война и Библия. (16+)
- 22.35 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.05 Донбасс. Вчера, сегодня, завтра. (16+)
- 00.10 Русский мир. (12+)
- 01.10 День Патриарха. (0+)
- 01.25 В поисках Бога. (6+)
- 01.55 Пилигрим. (6+)
- 02.40 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

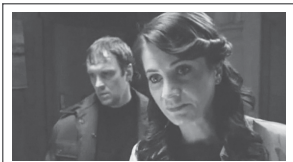
Православный календарь

8 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Отдание праздника Введения во храм Пресвятой Богородицы.
Сщмчч. Климента, папы Римского, и Петра, архиеп. Александрийского.



Прп. Петра, молчальника Галатийского. Прмц. Магдалины. Сщмчч. Серафима, архиеп. Смоленского, Григория, Иоанна, Василия, Космы, Иоанна, Симеона, Илариона, Ярослава, Александра, Иоанна, Виктора, Андрея, Варлаама пресвитеров и мч. Павла. Мч. Николая.
Рождественский пост.
«Вот что есть человек – животное смертное и бессмертное, видимое и невидимое, чувственное и мысленное, способное видеть видимое творение и познавать мысленное».
Прп. Симеон Новый Богослов

7 ПЕРВЫЙ



01.15 «СУДЬБА НА ВЫБОР». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 «Человек и закон». (16+)
- 19.45 «Поле чудес». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «Голос. Дети». (0+)
- 23.20 «АНИМАТОР». (16+)
- 01.15 «СУДЬБА НА ВЫБОР». (16+)

РОССИЯ 1



23.45 «Улыбка на ночь». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.15 Вести. Местное время
- 21.30 «Дуэты». (12+)
- 23.45 «Улыбка на ночь». (16+)
- 00.50 «Я НЕ СМОГУ ТЕБЯ ЗАБЫТЬ». (12+)
Полина и ее отец живут в станице неподалёку от моря. Полине 19 лет, она работает медсестрой, а отец занимается фермерством. Здесь же живёт Михаил - он держится чужаком, у него репутация человека с тёмным прошлым.
- 04.10 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (16+)

НТВ



16.45 «ДНК». (16+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
- 09.25 10.35 «Следствие вели...» (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 11.00 «Запчасти для человека». (12+)
- 12.00 «ДедСад». (0+)
- 13.00 16.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.45 «ДНК». (16+)
- 17.55 «Жди меня». (12+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ПРАКТИКАНТ-3». (16+)
- 00.00 «Своя правда». (16+)
- 01.55 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
- 02.20 «Квартирный вопрос». (0+)
- 03.10 «ЗАЩИТА КРАСИНА». (16+)

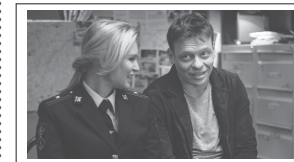
СТС



02.40 «6 кадров». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 08.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 09.00 Маска. Танцы. (16+)
- 10.55 «КАРАТЭ-ПАЦАН». (12+)
- 13.45 Уральские пельмени. (16+)
- 15.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 21.00 «ДЕДУШКА НЕЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+)
Питер вступает в борьбу за своё личное пространство с овдовевшим дедушкой, который переселяется в его любимую комнату. Желая вытеснить деда, Питер разворачивает целую кампанию шалостей.
- 23.00 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (18+)
- 00.55 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (16+)
- 02.40 «6 кадров». (16+)
- 05.40 Ералаш. (0+)

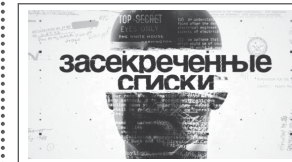
ТНТ



10.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 08.30 «Звездная кухня». (16+)
- 09.00 «Вызов». (16+)
- 10.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
- 18.00 «Концерты». (16+)
- 19.00 «Однажды в России». (16+)
- 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 23.00 «Открытый микрофон». (16+)
- 00.00 «ВОЛК С УОЛЛ-СТРИТ». (18+)
Джордан Белфорт основал одну из крупнейших брокерских контор в 1987 году, но десять лет спустя был осужден за отмывание денег и ряд прочих финансовых преступлений...
- 03.05 «Импровизация». (16+)
- 04.40 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.30 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
- 06.20 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



15.00 «Засекреченные списки». (16+)

- 06.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 04.30 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 20.00 «ПОХИЩЕНИЕ». (16+)
- 21.45 «КРАСОТКА НА ВЗВОДЕ». (16+)
- 23.30 «САБОТАЖ». (18+)
- 01.35 «ПАССАЖИР». (16+)
- 03.15 «ФОБОС». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|--|---|---|
| <p>ПЯТНИЦА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Черный список. (16+) 05.50 Пятница News. (16+) 06.10 Кондитер. (16+) 07.50 «КОМИССАР РЕКС». (16+) 10.50 Новые Пацанки. (16+) 14.00 Четыре свадьбы. (16+) 19.00 Сердце Ивлеевой. (16+) 21.20 «ДЖОН УИК-2». (16+) 23.30 «ДЖОН УИК-3». (18+) 01.50 Пятница News. (16+) 02.10 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+) 04.20 Пятница News. (16+) 04.40 Черный список. (16+) | <p>ЧЕ!</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Улётное видео. (16+) 06.30 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (12+) 08.10 «СОЛДАТЫ-11». (12+)
Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине. 12.00 «СОЛДАТЫ-12». (12+) 18.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.50 Улётное видео. (16+) | <p>ОТР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (12+) 10.10 16.10 «Не дожидесь!» (12+) 11.30 «СОРОК ПЕРВЫЙ». (12+) 15.10 «На приеме у главного врача». (12+) 15.55 «Хроники общественного быта». (12+) 17.00 «Служу Отечеству». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 21.00 «ЧИСТОЕ НЕБО». (12+) 22.45 Концерт, посвященный Дню Героев Отечества «Здравствуй, страна героев!» (12+) 00.00 «Свет и тени». (12+) |
| <p>Ю</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Маша и Медведь». (0+) 09.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) 11.00 «Дом-2. Lite». (16+) 12.55 «Беременная в 16. По ту сторону океана». (16+) 20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 01.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
Когда обычные криминалисты заходят в тупик, за расследование берется спецподразделение. Их метод - мыслить, как преступник. Вместо изучения улики они исследуют психологическую сторону происшествия. 03.20 «Моя свекровь - монстр». (16+) | <p>МИР</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «РАЗВОД». (16+) 07.50 12.10 15.15 17.55 Дела судебные. Новые истории. (16+) 10.00 13.00 16.00 18.30 Новости 10.10 В гостях у цифры. (12+) 10.20 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 11.10 14.05 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 17.05 Мировое соглашение. (16+) 18.50 Слабое звено. (12+) 19.40 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (0+) 21.25 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+) 23.05 «ХОД КОНЕМ». (0+) 00.30 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ» (6+) 01.50 Наше кино. Георгий Вицин. (12+) | <p>ПОБЕДА</p> <ul style="list-style-type: none"> 04.50 «Путь к Победе» (16+) 05.50 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+) 07.00 «ТАНКИСТ». (16+) 10.00 «ФРОНТ». (16+) 17.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-5». (16+)
Светлана Елагина и Иван Рокотов собираются в Минск, однако этим планам не суждено осуществиться: на полпути их разворачивает подполковник Дремов, вернувшийся в Кёнигсберг. Скоро Рокотов и Елагина понимают, что обстановка в городе гораздо сложнее, чем им казалось на первый взгляд. 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «72 ЧАСА». (16+) 02.40 «ВЫСОТА 89». (16+) 04.30 «КУКУШКА». (16+) |

ДЕТСКИЕ

- | | |
|--|--|
| <p>КАНАЛ DISNEY</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+) 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+) 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+) 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.50 «Чудеса на виражах». (0+) 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+) 07.30 «Русалочка». (6+) 09.00 Доброе утро с Микки. (0+) 11.00 «КНИГА ДЖУНГЛЕЙ». (12+) 13.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 15.35 «Суперсемейка». (12+) 17.35 «Суперсемейка-2». (6+) 19.30 «В поисках Дори». (6+)
Приключения жизнерадостной рыбки Дори, знакомой зрителям по анимационному хиту «В поисках Немо». 21.15 «МАЛЕФИСЕНТА: ВЛАДЫЧИЦА ТЬМЫ». (6+)
«Малефисента: Владычица тьмы» предлагает зрителям вновь встретиться с принцессой Авророй и неотразимой чародейкой Малефисентой. 23.20 «Корпорация монстров». (6+) 01.00 «Университет монстров». (6+) 02.35 «Красавица и Чудовище». (0+) 04.00 «Рапунцель: Новая история». (6+) 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+) | <p>КАРУСЕЛЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Ранние пташки. (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Звездная логика». (0+) 07.40 «Монсики». (0+) 08.10 «Волшебная кухня». (0+)
Малышка Майя приглашает вас на Волшебную кухню! 10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+) 11.10 «Готовим с Бубой». (0+) 12.40 «Инфинити Надо». (6+) 13.05 «Дикие скричеры!» (6+) 13.30 «Петроникс». (0+) 14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+) 14.10 «Три кота». (0+) 16.55 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Оранжевая корова». (0+)
Музыкальный мультсериал про семью дружных оранжевых коров. 22.30 «Инфинити Надо». (6+) 22.55 «Фьюжн Макс». (6+) 23.20 «Союзмультфильм» представляет: «Дед Мороз и лето». (0+) 23.40 «Кот в сапогах». (0+) 23.55 «Хитрая ворона». (0+) 00.05 «Ежик в тумане». (0+) 00.15 «Просто так!» (0+) 00.20 «Смешарики». (0+) 01.25 «Еда на ура. Рецепты». (0+) 01.50 «Космический рейнджер Роджер». (6+) 02.50 «С добрым утром, малыши!» (0+) 03.15 «Каша-малаша». (0+) 03.45 «Домики». (0+) 04.30 «Каша-малаша». (0+) |
|--|--|

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | | | |
|---|--|--|
| <p>365 ДНЕЙ ТВ</p> <ul style="list-style-type: none"> 00.00 Час истины. (12+) 01.00, 05.20 Пешком в историю. (12+) 01.30 Из истории Крыма. (12+) 01.55, 04.40, 16.10 Историкограф. (12+) 02.40 Жил-был Дом. (12+) 03.05 Тайное становится явным. (12+) 03.20, 06.20 Историада. (12+) 04.15, 07.15 Монастырские стены. (6+) 05.50 Из истории советского периода. (6+) 07.45, 18.45 Пешком по Москве. (6+) 08.00, 08.30 Трудные вопросы истории России. (12+) 09.00 Урарту. Забытое царство. (12+) 09.55, 21.45 Россия научная. Великие имена. (12+) 10.15, 11.05 Исторические города Британии. (12+) 12.00 Марциальный ренессанс. (12+) 12.40 Жизнь в эпоху мушкетёров. (12+) 14.15 Возмездие. (12+) 15.00 В рядах сопротивления. Дворцы и замки. (12+) 16.00 Не квартира - музей. (12+) 16.55 Н. М. Карамзин. (12+) 17.05 Роковое письмо (12+) 17.50 Семь дней истории. (12+) 18.00 Испанская кровь (12+) 19.05 Сыны России. (12+) 19.30 События в истории. (12+) 20.00 «ЕДИНИЧКА». (12+) 22.05 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (6+) | <p>VIASAT HISTORY</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.10, 06.55 Тайны музеев. (12+) 07.40 Поля сражений: 1942: битва за Дьеп. (12+) 08.45 Поля сражений: 1940: буря над Альпами. (12+) 09.50, 10.40 Сокровища Инда. (12+) 11.30 Сокровища Древней Греции: Эпоха героев. (12+) 12.30 Сокровища Древней Греции: Классическая революция. (12+) 13.25 Карты убийства: Питер Мануэль - Зверь из Биркеншо. (16+) 14.15 Карты убийства: Мэри Коттон - Черная вдова. (16+) 15.05 Тайны музеев: Королевский дворец, Мадрид. (12+) 15.50 Тайны музеев: Галерея Уффици, Флоренция. (12+) 16.40 Сокровища Инда: Земля и люди. (12+) 17.30 Новые тайны терракотовых воинов. (12+) 18.30 Сокровища Древней Греции. (12+) 19.30 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+) 20.30 Карты убийства: Бак Ракстон - убийца-расчленитель. (16+) 21.20 Карты убийства: Убийства в Шепердс Буш. (16+) 22.10 23.55 Поля сражений. (12+) 01.05, 01.50, 02.35 Тайны музеев. (12+) 03.20, 04.05, 04.50 Карты убийства. (16+) 05.35 Невероятные изобретения. (12+) | <p>ДОКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00, 12.00, 18.05, 23.55 О самом главном. Симптомы панкреатита. (12+) 06.50 Медицинский квест. Логоневроз. (12+) 07.40, 13.55, 01.15 Химия нашего тела. (12+) 08.30 О самом главном. Признаки преддиабета. (12+) 09.30, 09.55 Угрозы современного мира. (12+) 10.25 Клинический случай. Спасти Шалапина. (12+) 10.55 Правда о сне. (12+) 12.55 На приеме у психолога. Курение. (12+) 13.25 Психология. (12+) 14.45, 00.50 Скажите, доктор! (12+) 15.15 О самом главном. Коэнзим Q10. (12+) 16.10, 16.40 Эпидемия (12+) 17.10 Генетический код. (12+) 19.05, 05.05 Прозрение с доктором Шиловой. Глаукома. (12+) 19.30, 05.30 Прозрение с доктором Шиловой. (12+) 20.00, 02.50 На приеме у доктора Горелова. Инфекция. Новая эра. (12+) 20.30, 03.45 Это лечится. Шейка бедра. (12+) 21.00 О самом главном (12+) 22.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+) 22.55, 03.20 На приеме у доктора Исагуляна. (12+) 23.25, 04.10 Это лечится. Эпилепсия. (12+) 02.00, 02.25 Прозрение с доктором Шиловой. (12+) 04.40 Без химии. (12+) |
|---|--|--|

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура

- 12.25 «ТИХИЙ ДОН»
- 07.30 08.30 10.00 15.00
19.30 23.00 Новости культуры
- 07.35 «Разгадка тайной любовной переписки Мари-Антуанетты»
- 08.35 16.15 Цвет времени
- 08.45 16.35 «И ЭТО ВСЁ О НЁМ»
- 10.15 Шедевры старого кино
- 11.55 Открытая книга
- 12.25 22.15 «ТИХИЙ ДОН»
- 13.10 «Первые в мире»
- 13.25 «Сохранить образы святости»
- 14.05 «Нерка»
- 15.05 Письма из провинции
- 15.35 «Энигма»
- 17.50 «Была ли убийцей единственная женщина-император Китая?»
- 18.45 «Царская ложа»
- 19.45 «Смехоностальгия»
- 20.10 «Синяя птица»
- 21.15 Линия жизни
- 23.20 «2 Верник 2»
- 00.05 «НИЧЕГО ЛИЧНОГО»
- 01.45 «Искатели»

ТВЦ

- 22.00 «В центре событий»
- 06.00 «Настроение»
- 08.05 «Право на безопасность». (12+)
- 08.40 «ГРАЖДАНКА КАТЕРИНА». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ГРАЖДАНКА КАТЕРИНА». (12+)
- 12.35 «ЖЕНСКИЙ ПРИГОВОР». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ЖЕНСКИЙ ПРИГОВОР». (12+)
- 16.55 «Право на безопасность». (12+)
- 17.35 «Петровка, 38». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «ВЫСОКО НАД СТРАХОМ». (12+)
- 20.00 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
- 22.00 «В центре событий»
- 23.00 «Хорошие песни». (12+)
- 00.25 «Русский рок. Виктор Цой». (12+)
- 01.05 «ПРИСТУПИТЬ К ЛИКВИДАЦИИ». (12+)
- 03.15 «ФАНФАН-ТЮЛЬПАН». (12+)

ТВ-3

- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 10.35 Я хочу такой дизайн. (12+)
- 10.40 «Слепая». (16+)
- 11.15 Новый день. (12+)
- 11.50 «Слепая». (16+)
- 13.00 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 16.45 «Слепая». (16+)
- 19.30 «ЛЕДЯНОЙ ДЕМОН». (16+)
- Ксюша росла без отца. О нем в уголках памяти остались едва уловимые воспоминания. И вот спустя 10 лет в горах обнаружили его обледенелое тело.
- 21.30 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 23.30 «ДОМ ДОРМ: ЛЕГЕНДА СИНЕГО МОРЯ». (16+)
- 01.45 «ДОКТОР ХЭРРОУ». (16+)

ДОМАШНИЙ

- 14.15 «Верну любимого». (16+)
- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.45 Давай разведёмся! (16+)
- 09.50 Тест на отцовство. (16+)
- 12.05 «Понять. Простить». (16+)
- 13.10 23.00 «Порча». (16+)
- 13.40 «Знахарка». (16+)
- 14.15 00.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.50 «АКВАМАРИН». (16+)
- 19.00 «БЛИЗКО К СЕРДЦУ». (16+)
- 20.30 Шаг в карьеру. (16+)
- 20.35 «БЛИЗКО К СЕРДЦУ». (16+)
- 00.05 «Знахарка». (16+)
- 01.10 «Понять. Простить». (16+)
- 02.00 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)
- 02.50 Тест на отцовство. (16+)
- 04.30 Давай разведёмся! (16+)
- 05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)
- 05.25 09.30 «СНАЙПЕРЫ». (16+)
- 13.30 18.00 «ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 19.45 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 00.55 02.15 03.30 04.50 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 01.35 02.50 04.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.40 «БАТЯ». (16+)
- 09.20 23.55 «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА». (12+)
- 13.20 15.05 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 18.55 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 19.55 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (12+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 Музыка+. (12+)
- 02.45 «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)
- 12.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «ЛЕГАЛЬНЫЙ ДОПИНГ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 18.30 «Общее дело». (12+)
- 15.15 «Формула здоровья». (12+)
- 15.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 17.30 03.30 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 18.00 03.00 «Up&Down». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 20.30 01.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 02.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 03.45 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «В ПОГОНЕ ЗА ВЕТРОМ». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 Новости
- 06.05 Все на Матч!
- 09.05 Новости
- 09.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. (0+)
- 11.15 «Оазис футбола»
- 12.10 Новости
- 12.15 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/8 финала. Обзор. (0+)
- 12.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. (0+)
- 14.50 Новости
- 14.55 Футбол. Чемпионат мира-2022. (0+)
- 17.00 Новости
- 17.05 Катар-2022. Все на футбол!
- 17.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала
- 20.00 Катар-2022. Все на футбол!
- 21.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала. Прямая трансляция из Катар
- 00.00 Все на Матч!
- 00.45 «Один день в Катаре». (16+)
- 01.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала. Трансляция из Катар. (0+)
- 06.00 16.00 01.45 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Человек из футбола. (16+)
- 08.20 «Спортивный детектив». (12+)
- 09.10 09.25 09.40 14.55 15.10 17.50 21.35 04.25 Спецрепортаж. (12+)
- 10.05 Спортивная гимнастика. (0+)
- 12.10 «Виктор Царёв. Капитан великой команды». (12+)
- 13.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 15.25 21.55 Страна смотрит спорт. (12+)
- 18.10 19.55 Гандбол. Газпром Лига
- 22.25 Дзюдо. Кубок России. (0+)
- 00.00 Баскетбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 03.30 «Вид сверху». (12+)
- 04.00 «Анатомия спорта». (0+)
- 04.40 Гандбол. Газпром Лига. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 02.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 07.25 Каждое утро. (16+)
- 06.40 08.40 15.00 18.00 21.35 Про-новости. (16+)
- 07.00 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 «Шоубиз по понятиям». (16+)
- 11.00 # ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Top 15 Like FM. (16+)
- 13.00 «10 самых!» (16+)
- 13.30 Приехали! (16+)
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Ждите ответа. (16+)
- 17.00 Хиты по-русски. (16+)
- 18.20 Плейлист. Зима. (16+)
- 19.00 Дискотека Муз-ТВ «Золотые хиты». Лучшее! (16+)
- 22.00 00.35 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - dance chart. (16+)
- 01.00 Муз'итив. (18+)
- 03.00 Карaoke. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

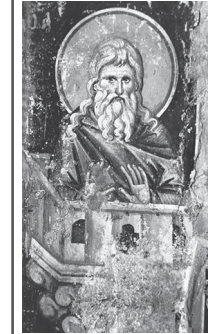
- TV1000 TV1000
- 05.00, 06.30 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (18+)
- 07.45 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)
- 09.35 «ДЕНЬНИКИ НАНИ». (16+)
- 11.30 «ЛЕВ». (16+)
- 13.45 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 15.15 «СВАДЬБА ЛУЧШЕГО ДРУГА». (12+)
- 17.10, 18.05 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (18+)
- 19.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
- 21.30 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 00.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 1». (16+)
- 01.55 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (16+)
- 03.45 «ЧЕЦ». (16+)
- 05.30 «Фиксики», «Пин-код», «Три кота». Мультсериалы. (6+)
- 08.25 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)
- 10.10 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 11.40 «СТАТУС: СВОБОДЕН». (16+)
- 13.25 «ПЯТНИЦА». (16+)
- 15.05, 01.40 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
- 17.00, 18.00 «ЖИЗНЬ И ПРИКЛЮЧЕНИЯ МИШКИ ЯПОНЧИКА». (16+)
- 19.00 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ». (6+)
- 20.50 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ-2». (6+)
- 22.40 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ-3: ПРИВЕТ, ВЗРОСЛАЯ ЖИЗНЬ!» (12+)
- 00.25 «КОЛЛЕКТОР». (16+)
- 03.30 «ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ». (16+)
- 07.00 «Садко». (6+)
- 08.25 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 09.40 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (6+)
- 11.10 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 12.20 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- 13.50 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
- 15.15 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
- 16.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- Россия, 2018 г.
- 01.15 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
- 02.45 «ДЖУНГЛИ». (12+)
- 04.05 «ЛЕГКО НА ПОМИНЕ». (12+)
- 05.20 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
- 15.50, 16.40, 17.30, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 23.35 Суббота! News 2022. (16+)
- 23.40, 01.00 Богиня шопинга. (16+)
- 02.10, 02.50 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 03.30 Барышня-крестьянка. (16+)
- 04.10 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
- 04.25 «Мальшарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 11.30 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ няня». (0+)
- 14.35 «КУХНЯ». (12+)
- 20.00 «МОЛОДЁЖКА». (12+)
- 23.40 Даёшь молодёжь! (16+)
- 01.40 «РАНЕТКИ». (12+)
- Степанов и Рассказов сообщают девочкам свой план: они могут продолжить репетиции под прикрытием подготовки к спектаклю. Антон и Матвей выясняют, что Аня устраивала проверку им обоим.
- 04.00 «Фиксики». (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 06.50 Мультфильмы. (0+)
- 08.10 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА. (16+)
- 09.55 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». (12+)
- 11.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
- 14.40 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (12+)
- 16.15 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (12+)
- 17.45 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)
- 19.30 «САМАЯ ОБЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
- 21.00 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 22.50 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)
- 01.45 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (12+)
- 03.10 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 11.30 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ няня». (0+)
- 14.35 «КУХНЯ». (12+)
- 20.00 «МОЛОДЁЖКА». (12+)
- 23.40 Даёшь молодёжь! (16+)
- 01.40 «РАНЕТКИ». (12+)
- Степанов и Рассказов сообщают девочкам свой план: они могут продолжить репетиции под прикрытием подготовки к спектаклю. Антон и Матвей выясняют, что Аня устраивала проверку им обоим.
- 04.00 «Фиксики». (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПОВЕСТЬ О НАСТОЯЩЕМ ЧЕЛОВЕКЕ». (0+)
- В основе драматической истории - реальные факты биографии летчика-истребителя Алексея Маресьева.
- 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Война и Библия. (16+)
- 11.10 В поисках Бога. (6+)
- 11.45 Профессор Осипов. (0+)
- 12.20 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Двенадцать. (12+)
- 15.35 Донбасс. Вчера, сегодня, завтра. (16+)
- 16.45 «ПЕРВОЕ СВИДАНИЕ». (12+)
- 18.40 «БЕЗ ГОДУ НЕДЕЛЯ». (12+)
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 21.30 Кино и смыслы. (12+)
- 21.35 «ЗЕРКАЛО». (12+)
- СССР, 1974 г.
- Герой картины мучительно боится потерять любовь и понимание близких людей: матери, любимой женщины, сына.
- 23.40 Кино и смыслы. (12+)
- 00.20 День Патриарха. (0+)
- 00.35, 01.10, 01.40, 02.10 Война и Библия. (16+)
- 02.45 Простые чудеса. (12+)
- 03.30 Следы империи. (16+)

Православный календарь

9 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Прп. Алипия столпника.



Освящение церкви в мч. Георгия в Киеве. Свт. Иннокентия, еп. Иркутского. Прп. Иакова отшельника Сирийского. Прп. Стилиана Пафлагонского. Сщмчч. Иоанна, Георгия, Назария, Василия, Василия, Или, Василия, Даниила, Михаила, Николая пресвитеров, прмч. Тихона. Мч. Петра.

Рождественский пост.

« Бог ожидает горячего, по мере сил наших, устремления к Нему нашей благодатью от произволения веры и усердия, всякое же преуспеяние производит в нас Сам». Прп. Макарий Великий

ПЕРВЫЙ



14.25 «БЕГ». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.00 «Умницы и умники». (12+)
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «ПроУют». (0+)
- 11.10 «Поехали!» (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Бог войны. История русской артиллерии». (12+)
- 13.45 «Все, что успел». (12+)
- 14.25 «БЕГ». (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «Снова вместе. Ледниковый период». (0+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «Сегодня вечером». (16+)
- 23.40 «НОТР-ДАМ». (16+)
- 01.25 «Великие династии. Пушкины». (12+)
- 02.20 «Моя родословная». (12+)
- 03.00 «Россия от края до края». (12+)

РОССИЯ 1



12.35 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)

- 05.00 Утро России. Суббота
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.20 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 «Формула еды». (12+)
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 «Доктор Мясников». (12+)
- 12.35 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «ЛЕКАРИ ДУШ». (12+) Олег Романов - бывший хирург, который вынужден пойти работать в ветклинику. Он уверен, что это временно, но скоро уже мчится в клинику по первому звонку...
- 01.05 «ВОПРЕКИ ВСЕМУ». (12+)
- 04.20 «КОГДА ЦВЕТЁТ СИРЕНЬ». (16+)

НТВ



19.00 «Центральное телевидение»

- 05.00 «Спето в СССР». (12+)
- 05.45 «ИНСПЕКТОР КУПЕР». (16+)
- 07.25 «Смотр». (0+)
- 08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
- 08.20 «Поедем, поедим!» (0+)
- 09.20 «Едим дома». (0+)
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос»
- 13.00 «Секрет на миллион». (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
- 17.00 «Следствие вели...» (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение»
- 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
- 21.25 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: СИМБИРСКИЕ МОРОЗЫ». (12+)
- 23.30 «Международная пилорама» (НТВ). (16+)
- 00.15 «Квартирный вопрос». (16+)
- 01.35 «Дачный ответ». (0+)
- 02.30 «ЗАЩИТА КРАСИНА». (16+)

СТС



06.05 «Фиксики». (0+)

- 06.00 05.40 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 Премьера! «Отель «У овечек». (0+)
- 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 08.25 10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 ПростО кухня. (12+)
- 10.05 «ДАМБО». (6+)
- 12.25 «ПЕРСИ ДЖЕКСОН И ПОХИТИТЕЛЬ МОЛНИЙ». (12+)
- 14.55 «ПЕРСИ ДЖЕКСОН И МОРЕ ЧУДОВИЩ». (6+)
- 17.00 «ВЕНОМ». (16+)
- 19.00 «История игрушек-4». (6+)
- 21.00 «СОНИК В КИНО». (6+)
- 22.55 «ДЕДУШКА НЕЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+)
- 00.45 «ДОСТАТЬ НОЖИ». (16+)
- 03.05 «6 кадров». (16+)

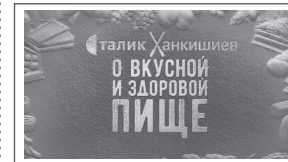
СТС



04.25 «Comedy Баттл». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «Модные игры». (16+)
- 09.30 «Звездная кухня». (16+)
- 10.00 «Однажды в России». (16+)
- 14.00 «Вызов». (16+) 12 селебрити и молодые ученые собрались в Карелии, чтобы пройти испытания и выиграть 10 миллионов рублей. Участникам из разных миров придётся научиться понимать друг друга и побороть свои страхи...
- 14.50 «Новая битва экстрасенсов». (16+)
- 21.00 «Новые танцы». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (18+)
- 00.05 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 02.50 «Импровизация». (16+)
- 04.25 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.15 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)
- 06.00 «Открытый микрофон». (16+)

РЕН



08.00 «О вкусной и здоровой пище». (16+)

- 05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.00 «О вкусной и здоровой пище». (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+)
- 14.30 «СОВБЕЗ». (16+)
- 15.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 17.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 18.00 «ХОРОШИЙ, ПЛОХОЙ, КОП». (16+)
- 20.00 «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (16+)
- 22.20 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА». (16+)
- 00.35 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (18+)
- 02.20 «ПОХИЩЕНИЕ». (18+)
- 03.45 «Тайны Чапман». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Пятница News. (16+)
- 05.20 «Три мушкетера». (6+)
- 06.40 «СЭМ: ПЕСОЧНЫЙ Эльф». (6+)
- 08.50 Черный список. (16+)
- 10.10 Пробный переезд. (16+)
- 11.10 Руссо-экспресс. (16+)
- 12.10 Тревел-баттл. (16+)
- 13.10 На ножах. (16+)
- 23.00 «ДЖОН УИК-2». (16+)
- 01.20 «ПРИСЯЖНАЯ». (16+)
- 03.10 Пятница News. (16+)
- 03.30 Черный список. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.30 Идеальный ужин. (16+)
- Пятеро участников ходят друг к другу в гости на званый ужин, где пробуют блюда, приготовленные хозяином вечера. На кону - звание самого гостеприимного хозяина и денежный приз.
- 08.10 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
- 21.00 Большой кэш. (16+)
- 22.00 Большой кэш. (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 23.30 iПочик-2. (16+)
- 01.30 Рюкзак. (16+)
- 02.25 Улётное видео. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.05 Отражение. Суббота
- 12.35 «ЖЕНА УШЛА». (16+)
- 15.30 «Открывая Россию». (12+)
- 16.15 «Свет и тени». (12+)
- 16.40 «Хроники общественного быта». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Точка.ру». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 19.05 «Очень личное». (12+)
- 19.45 «Ректорат». (12+)
- 20.30 «ДНЕВНИК ЕГО ЖЕНЫ». (12+)
- 22.15 «ПОДСАДНОЙ». (16+)
- 23.50 «ВЕЛИКАЯ КРАСОТА». (18+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 11.00 «Чадю из ада». (12+) Реальти о перевоспитании богатых и избалованных подростков из обеспеченных семей, где герой на три дня отправляется жить в простую семью со скромным достатком.
- 11.00 «Непыльный вопрос». (16+)
- 12.00 МечтайО. (16+)
- 13.00 «Беременная в 16». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 01.00 «Измены». (18+)
- 02.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
- 04.05 «Дорогая, я забил». (12+)

МИР

- 05.00, 03.10 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (16+)
- 05.50, 06.15 Мультфильмы. (6+)
- 06.00 Все, как у людей. (6+)
- 08.10 Наше кино. История большой любви. К юбилею В. Наумова. (12+)
- 08.40 Исторический детектив с Николаем Валувым. (12+)
- 09.05 Слабое звено. (12+)
- 10.00 Погода в мире
- 10.10 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (0+)
- 11.45, 16.15, 18.45 «СЫН ОЦА НАРОДОВ». (12+)
- 16.00, 18.30 Новости
- 00.15 «ИСЧЕЗНУВАША ИМПЕРИЯ». (16+)
- 02.15 «ПОДКИДЫШ». (0+)

ПОБЕДА

- 06.10 «72 МЕТРА». (16+)
- 08.40 «9 РОТА». (16+)
- 11.00 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)
- 13.10 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (12+) В 1965-м году космонавты Павел Беляев и Алексей Леонов шагнули в неизвестность, чтобы отстоять честь своей страны...
- 15.40 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОС». (12+)
- 17.30 «КОРОЛЁВ». (16+)
- 19.30 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 21.40 «МЕТРО». (16+)
- 23.50 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 01.10 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 03.00 «Я ПОДАРОЮ ТЕБЕ ПОБЕДУ». (16+)
- 04.30 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Пёс Пэт». (6+)
- 07.40 «Русалочка-2: Возвращение в море». (0+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Анастасия». (12+)
- 12.45 «МАЛЕФИСЕНТА: ВЛАДЫЧИЦА ТЬМЫ». (6+)
- 14.50 «Олаф и холодное приключение». (0+)
- 15.10 «История игрушек и ужасов». (6+)
- 15.35 «История игрушек: Забытые времена». (6+)
- 16.00 «В поисках Немо». (0+)
- 17.45 «В поисках Дори». (6+)
- 19.30 «Король Лев». (6+)
- 21.40 «СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ». (12+) Автомобиль Херби - уникальный! Сначала его новой хозяйке Мэгги Пейтон было трудно привыкнуть к тому, что ее машина живая, но вскоре они подружились.
- 23.25 «СПАСТИ МИСТЕРА БЭНКСА». (12+)
- 01.35 «ОДИН ДОМА-5: ПРАЗДНИЧНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (12+)
- 03.05 «Мулан». (0+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+) Захватывающий мультсериал в духе лучших историй про машины и гонки.
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Деревяшки». (0+)
- 09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
- 09.20 «Морики Дорики». (0+)
- 09.45 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 11.00 «Семья на ура!» (0+)
- 11.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 13.00 «Зелёный проект». (0+)
- 13.25 «Монски». (0+)
- 13.50 «Геройчики». (0+)
- 15.00 «За секунду до счастья!» (0+)
- 15.30 «Ералаш». (6+)
- 16.50 «Союзмультфильм» представляет: «Трое из Простоквашино». (0+)
- 17.10 «Каникулы в Простоквашино». (0+)
- 17.30 «Пёс в сапогах». (0+)
- 17.50 «Три кота». (0+)
- 19.10 Семейное кино. «Смешарики. Дежавю». (6+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 22.30 «Инфинити Надю». (6+)
- 22.55 «Приключения пингвиненка Лоло». (0+)
- 00.15 «Бобр добр». (0+)
- 01.25 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
- 01.50 «Космический рейнджер Роджер». (6+)
- 02.50 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 03.15 «Каша-малаша». (0+)
- 03.45 «Домики». (0+)
- 04.30 «Каша-малаша». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00, 05.25 Пешком в историю. (12+)
- 01.30, 05.50 Из истории советского периода. (6+)
- 02.00, 04.40 Историограф. (12+)
- 02.40 Жил-был Дом. (12+)
- 03.05 Тайное становится явным. (12+)
- 03.20, 06.20, 12.00 Историада. (12+)
- 04.15, 07.15 Монастырские стены. (6+)
- 07.45 Пешком по Москве. (6+)
- 08.00 Марциальный ренессанс. (12+)
- 08.40 Жизнь в эпоху мушкетёров. (12+)
- 10.15 Везде. После Нюрнберга. (12+)
- 11.00 В рядах сопротивления. Дворцы и замки. (12+)
- 12.55 Испанская кровь. (12+)
- 13.40, 14.45 События в истории. (12+)
- 14.15 Сыны России: Завещание Владимира Бехтерева. (12+)
- 15.10 Трамвай идет на фронт. (12+)
- 16.00 «ЕДИНИЧКА». (12+) Военная драма, история, Россия, 2015 г.
- 17.45 Россия научная. Великие имена: Иван Губкин. (12+)
- 18.05 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (6+)
- 20.00, 21.40 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+) Серия. Биография, драма, история, Австрия, Венгрия, 2017 г.
- 23.30 Они были первыми. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.25 Исторические убийства. (16+)
- 07.10 Планета сокровищ: Юго-восточная Азия. (6+)
- 08.05 Помпеи: после извержения. (12+)
- 09.20 Мегополис: секреты древнего мира: Афины. (12+)
- 10.20 Мегополис: секреты древнего мира: Александрия. (12+)
- 11.20 Новые тайны терракотовых воинов. (12+)
- 12.15, 13.15 Расцвет древних цивилизаций. (12+)
- 14.10 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)
- 15.05 16.05 Расцвет древних цивилизаций. (12+)
- 17.00, 17.50, 18.45 Генрих VIII: человек, монарх, чудовище. (12+)
- 19.35 Анна Бойлей: арест, суд и казнь: Арест. (16+)
- 20.30 Анна Бойлей: арест, суд и казнь: Суд. (16+)
- 21.20 Анна Бойлей: арест, суд и казнь: Казнь. (16+)
- 22.10 Великая война: Война на море. (12+)
- 23.15 Великая война: Партизаны. (12+)
- 00.10 Великая война: Агентурная разведка. (12+)
- 01.05 Исторические убийства: Лондонский блицубийца. (16+)
- 01.55, 02.40, 03.25 Исторические убийства. (16+)
- 04.10, 05.05 Мифы: великие тайны человечества. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 23.05 Правда о сахаре. (12+)
- 07.00, 13.50, 22.35, 03.20 Это лечится. Боли в спине. (12+)
- 07.30, 16.20, 01.10, 05.35 Эпидемия. СПИД. (12+)
- 07.55, 16.50, 01.35 Эпидемия. Испанский грипп. (12+)
- 08.25, 17.20, 02.00 Психология. Анорекия. (12+)
- 08.55, 17.50, 02.30 Клинический случай. Сердце Эйнштейна. (12+)
- 09.25, 18.15 Теледоктор. (12+)
- 10.20, 00.10 Правда об углеводах. (12+)
- 11.25, 20.10 Угрозы современного мира. Смертельный диагноз. (12+)
- 11.55, 20.40 Угрозы современного мира. Пандемия. (12+)
- 12.25, 21.10, 04.40 Основной элемент. Восстановить тело. (12+)
- 12.50, 21.40, 05.05 Основной элемент. Миф об IQ. (12+)
- 13.20, 22.05, 02.55 На приеме у доктора Шестаковой. Диабет. Распознать и вылечить. (12+)
- 14.20 Правда о сне. (12+)
- 15.25, 03.50 Генетический код. (12+)
- Генетический код всех живых организмов записан в ДНК и теми же «буковнами» - их всего четыре. Ученые освоили этот язык и научились читать на нем...
- 19.15 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



21.15 «Эстрада,
которую нельзя забыть»

- 07.05 Мультфильм «ВОТ ТАКАЯ ИСТОРИЯ...»
- 07.55 «Обыкновенный концерт»
- 09.35 «СЕМЕЙНОЕ СЧАСТЬЕ»
- 11.30 «Эрмитаж»
- 11.55 Черные дыры. Белые пятна
- 12.40 «Эффект бабочки»
- 13.05 00.35 «Дикая природа Уругвая»
- 14.05 «Рассказы из русской истории»
- 15.10 Отсекая лишнее
- 15.55 01.30 «Искатели»
- 16.40 «НА ВОЙНЕ КАК НА ВОЙНЕ»
- 18.10 «Репортажи из будущего»
- 18.50 «Елена Щербакова»
- 19.50 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ»
- 21.15 «Эстрада, которую нельзя забыть»
- 22.00 «Агора»
- 23.00 «ТРИ ЦВЕТА: БЕЛЫЙ»

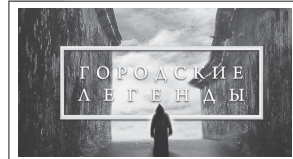
ТВЦ



14.30
События

- 05.25 «ВЫСОКО НАД СТРАХОМ». (12+)
- 07.00 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.25 «За шуткой в карман». (12+)
- 08.35 «ПРАВДА». (12+)
- 10.15 «НАД ТИССОЙ». (12+)
- 11.30 СОБЫТИЯ
- 11.45 «НАД ТИССОЙ». (12+)
- 12.10 «ОДНАЖДЫ ДВАДЦАТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (12+)
- 13.45 «ЗАГОВОР НЕБЕС». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 «ЗАГОВОР НЕБЕС». (12+)
- 17.30 «СМЕРТЬ НЕ ТАНЦУЕТ ОДНА». (12+)
- 21.00 «Постскриптум»
- 22.05 «Право знать!». (16+)
- 23.20 События
- 23.30 «Политический мордобой». (16+)
- 00.10 «90-е. Компромат». (16+)
- 00.50 Спецрепортаж. (16+)
- 01.20 «Хватит слухов!». (16+)

ТВ-3



05.30 «Городские легенды». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.45 «ЧЕРНОБЫЛЬ-2: ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ». (16+)
- 15.30 «СВОРА». (16+)
- 17.15 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 19.30 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)
- Отправившись на поэтический вечер, Клеры Фрей и не подозревала, чем он может закончиться. Открывшаяся реальность преворачивает ее жизнь с ног на голову. А исчезновение матери не оставляет ей шансов отсидеться в стороне. Ей приходится принять, что она одна из Сумеречных охотников, древнейшей касты воинов, сражающихся с нечистью.
- 22.00 Наследники и самозванцы. (16+)
- 23.30 «ОХОТА». (18+)
- 01.15 «ДОКТОР ХЭРРОУ». (16+)
- 05.30 «Городские легенды». (16+)

ДОМАШНИЙ



06.30 «6 кадров». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.50 «ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- Елена - преуспевающая бизнесвумен. В её жизни всё прекрасно. Она собирается выйти замуж за успешного предпринимателя Евгения. Однажды, спеша к нему на встречу, Елена становится невольной виновницей ДТП.
- 10.30 Шаг в карьеру. (16+)
- 10.35 «ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 11.00 «ТРИ СЕСТРЫ». (16+)
- Праздник в семейном особняке Кравченко оборачивается страшной трагедией - вспыхивает пожар, в котором погибает ребёнок. Официальное следствие придерживается версии несчастного случая.
- 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 22.30 «ТРИ ИСТОРИИ ЛЮБВИ». (16+)
- 02.15 «ТРИ СЕСТРЫ». (16+)
- 05.15 «Нотариус». (16+)
- 06.05 «6 кадров». (16+)

5-Й КАНАЛ

- 05.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
- 06.10 «АКВАТОРИЯ». (16+)
- 09.00 «Светская хроника». (16+)
- 10.10 Они потрясли мир. (12+)
- 10.55 «ПРОВИНЦИАЛ». (16+)
- 19.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.05 Загадки подсознания. (12+)
- 23.05 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 01.05 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)

ЗВЕЗДА

- 07.30 «10 декабря - День образования ФГАУ «Патриот». (16+)
- 08.20 04.25 «ВОЛШЕБНАЯ ЛАМПА АЛАДИНА». (6+)
- 10.00 01.35 «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ». (12+)
- 14.20 «Знак качества». (12+)
- 16.25 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (16+)
- 18.30 «ВЫСОТА 89». (16+)
- 21.00 «Легендарные матчи». (12+)
- 00.00 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Дракоша Тоша». (0+)
- 11.00 «ЛЕГАЛЬНЫЙ ДОПИНГ». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 «Документальное кино». (12+)
- 13.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 13.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.30 «В ПОГОНЕ ЗА ВЕТРОМ». (12+)
- 15.15 «НЕОДИНОКИЕ». (12+)
- 17.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буря» - «Дизель». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Понятная политика». (12+)
- 20.00 «Марафон». (12+)
- 21.00 «Территория успеха». (12+)
- 21.30 «ВО БОРУ БРУСНИКА». (12+)
- 00.15 «Малая сцена». (12+)
- 01.30 «Просто жизнь». (12+)
- 02.00 «Точка.ру». (12+)
- 02.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 03.30 «Формула здоровья». (12+)
- 04.00 «МАРАФОН». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Новости
- 06.05 Все на Матч!
- 08.50 Биатлон. Рэги Кубок России. Гонка преследования. Мужчины
- 09.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала. (0+)
- 11.50 Биатлон. Рэги Кубок России. Гонка преследования. Женщины
- 12.40 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала. (0+)
- 14.45 Новости
- 14.50 Все на Матч!
- 15.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины
- 17.00 Новости
- 17.05 Катар-2022. Все на футбол!
- 17.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала
- 20.00 Катар-2022. Все на футбол!
- 21.45 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала
- 00.00 Все на Матч!
- 00.45 «Один день в Катаре». (16+)
- 01.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала. Трансляция из Катара. (0+)

- 06.00 Баскетбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 Гандбол. Газпром Лига. (0+)
- 09.15 11.45 12.20 02.05 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 17.55 Страна смотрит спорт. (12+)
- 10.05 22.25 Дзюдо. Кубок России. (0+)
- 12.05 01.50 «Александр Иванович». (12+)
- 12.35 02.20 «Хоккей наш!». (12+)
- 13.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (0+)
- 14.55 Мини-футбол. Суперлига. Мужчины
- 16.55 02.45 «Анатолий Тарасов. Век хоккея». (12+)
- 18.20 19.15 Биатлон. Кубок России. (0+)
- 20.10 04.40 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. (0+)
- 21.30 «Несвободное падение». (16+)
- 00.00 Мини-футбол. Суперлига. Мужчины. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 03.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.20 08.40 Про-новости. (16+)
- 06.40 Плейлист. Зима. (16+)
- 07.40 Ждите ответа. (16+)
- 09.00 # ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 10.00 Моя волна. (16+)
- 11.00 Тор Чарт. (16+)
- 12.00 Про-новости. (16+)
- 12.30 Хит-сториз. (16+)

- 13.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 15.00 Приехали! (16+)
- 15.30 Хиты по-русски. (16+)
- 16.00 «Кайфули». (16+)
- 17.00 DFM - dance chart. (16+)
- 18.00 Дискотека Муз-ТВ «Золотые хиты». (16+)
- 20.40 Топ-30. (16+)
- 22.45 Плейлист по кайфу. (16+)
- 23.20 Танцпол. (16+)
- 01.00 Лайкер. (18+)
- 02.00 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.40 «ВОСПОМИНАНИЯ О БУДУЩЕМ». (16+)
- 07.45 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
- 10.10 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
- 12.45 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 1». (16+)
- 14.55 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (16+)
- 17.05 «ОДАРЕННАЯ». (12+)
- 19.00 «ХИЖИНА». (16+)
- США, 2017 г. В ролях: Эм Уоррингтон, Октавия Спенсер, Тим Макгроу
- 21.15 «ПРИСЛУГА». (16+)
- 23.55 «СКРЫТЫЕ ФИГУРЫ». (12+)
- 02.05 «ВОСПОМИНАНИЯ О БУДУЩЕМ». (16+)
- 04.10 «ОДАРЕННАЯ». (12+)

- 05.30 Мультсериалы. (6+)
- 10.00, 10.25, 10.50, 11.20, 11.45, 12.15 «ПСИХОЛОГИИ». (16+)
- 12.45 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ-2». (6+)
- 14.30 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ-3: ПРИВЕТ, ВЗРОСЛАЯ ЖИЗНЬ!». (12+)
- 16.25 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ-3: ПРИВЕТ, ВЗРОСЛАЯ ЖИЗНЬ!». (12+)
- 18.05 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 19.50 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- 21.25 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- 22.45 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГ-КОК». (16+)
- 02.35 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
- 04.25 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)
- 05.40 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ». (6+)

- 06.40 «ТАКСИ-5». (16+)
- 08.35 «ТАКСИ-3». (16+)
- Весь Марсель знает о таксисте-лихаче Даниэле Моралисе. У него нет прав, он носит как ураган, пугая пассажиров, прохожих и водителей, но ему нет равных, когда кого-то надо догнать.
- 10.10 «ТАКСИ-2». (16+)
- 11.45 «ТАКСИ-3». (16+)
- 13.20 «ТАКСИ-4». (16+)
- 15.00 «ВАСАБИ». (16+)
- 16.45 «СВАТЫ». (16+)
- 23.30 «ОТЧАЯННЫЕ ДОЛЖИКИ». (16+)
- 01.00 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
- 02.35 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
- 04.25 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)
- 05.40 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ». (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.05 «ВАСАБИ». (16+)
- 02.45 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+)
- 04.20 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)
- 06.05 «ВАМ ПИСЬМО». (16+)
- 08.20 «ПРИШЕЛЫЦЫ». (12+)
- 10.20 «ПРИШЕЛЫЦЫ-2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+)
- 12.35 «ЦЫПОЧКА». (16+)
- 14.30 «ДОМ С ПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ». (16+)
- 16.05 «ДОМ С ПАРАНОРМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)
- 17.35 «ГИТЛЕР КАПУТ». (16+)
- 19.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- Комедия, Россия, 2018 г.
- 21.15 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+)
- 23.00 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.45 «ДЕТИ ДОН-КИХОТА». (12+)
- 08.05 «ГАРАЖ». (12+)
- 09.55 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- Молодой финн Раймо мечтает поучаствовать в настоящей русской охоте и рассказать об ее особенностях своим читателям.
- 11.40 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 13.30 «ЗЕЛЕННЫЙ ФУРГОН». (12+)
- 16.00 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ». (12+)
- 22.55 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (12+)
- 00.50 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (16+)
- 02.25 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЛЕСТНИЦА В НЕБЕСАХ». (16+)
- Сериал. Драма, мелодрама, Россия, 2013 г. В ролях: Вера Житникова, Микаэл Арамян
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ ВСЕГДА»-8». (16+)
- 13.00, 21.00 «РОКОВАЯ ОШИБКА». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-2». (16+)
- 15.00, 23.00 «ПЛАН «Б». (16+)
- 05.00 «ТО, ЧТО НЕЛЬЗЯ КУПИТЬ». (16+)
- 07.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)

СТC LOVE

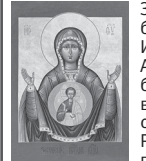
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- Сериал
- В СССР всё самое лучшее было запланировано в будущем. Коммунизм - к 1980 году, отдельная квартира каждой семье - к 2000. А когда будущее наступило, оказалось, что всё, чем мы гордимся, осталось в прошлом. Победа - в 1945, полет Гагарина - в 1961, олимпийский Мишка - в 1980. Ваня понял, что всё это время шёл не туда. Осталось найти новую дорогу.
- 00.05 Сутки на декор. (16+)
- 00.55 Сердца за любовь. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 06.20 «МАЛЯЖКИ И КОМПАНИЯ». 1-2 серии. (0+)
- 07.40 Преподобный Кронид. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 08.10, 08.50, 04.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.35, 04.25 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 09.15 Простые чудеса. (12+)
- 10.05 В поисках Бога. (6+)
- 10.35 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 11.10 Пилигрим. (6+)
- 12.35 Русский мир. (12+)
- 13.40, 14.10, 14.45, 15.20 Война и Библия. (16+)
- 15.55 «ВНИМАНИЕ, ЦУНАМИ!» (12+)
- 17.30 Кино и смыслы. (12+)
- 17.35 «ЗЕРКАЛО». (12+)
- 19.50 Кино и смыслы. (12+)
- 20.30 Простые чудеса. (12+)
- 21.20 Русский мир. (12+)
- 22.20 Профессор Осипов. (0+)
- 22.55 Пилигрим. (6+)
- 23.40 Ной. (12+)
- 00.10 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 01.10 День Патриарха. (0+)
- 01.25 Священномученик Серафим (Чичагов). Цикл: День Ангела. (0+)
- 01.55 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 02.25 Простые чудеса. (12+)
- 03.10 Пилигрим. (6+)
- 03.55 Профессор Осипов. (0+)

Православный календарь

10 декабря
Седмица 26-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Иконы Божией Матери, именуемой «Знамение».



Знамение Пресвятой Богородицы, бывшее в Новгороде Великом. Вмч. Иакова Персянина. Прп. Палладия Александрийского. Обретение мощей блгв. кн. Новгородского Всеволода, во Святом Крещении Гавриила, Псковского, чудотворца. Свт. Иакова, еп. Ростовского. Блж. Андрея Симбирского. Собор новомучеников и исповедников Радонежских. Прмчч. 17 монахов в Индии. Прп. Романа чудотворца. Сщмчч. Николая, архиеп. Владимирского, Василия, Бориса, Феодора, Николая, Алексия, Иоанна, Сергия, Иоанна, Сергия, Николая, Димитрия, Владимира, Иоанна пресвитеров, прмчч. Иоасафа, Кронида, Николая, Ксенофонта, Алексия, Аполлоса, Серафима, Никона и мч. Иоанна. Икон Божией Матери «Знамение»: Курской-Коренной, Абалакской, Царскосельской, Верхнетагильской, именуемой «Корчменная», Серафимо-Понетаевской.

Рождественский пост. Разрешается рыба.
Сердцем христианин должен стремиться к Небу, так как он небесный гражданин». (Свт. Тихон Задонский)

ПЕРВЫЙ



09.40 «Непутевые заметки». (12+)

- 06.00 Новости
- 06.10 «БЕГ». (12+)
- 06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 07.40 «Часовой». (12+)
- 08.10 «Здоровье». (16+)
- 09.20 «Мечталлион». (12+)
- 09.40 «Непутевые заметки». (12+)
- 10.00 12.15 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Жизнь своих». (12+)
- 11.10 «Повара на колесах». (12+)
- 12.15 «Голос наших побед». (12+)
- 13.20 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА» и «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
- 18.25 «Михаил Задорнов. От первого лица». (16+)
- 19.10 «Поем на кухне всей страной». (12+)
- 21.00 «Время»
- 22.35 «Что? Где? Когда?» (16+)
- 23.45 «Романовы». (12+)
- 00.45 «Камера. Мотор. Страна». (16+)
- 02.05 «Моя родословная». (12+)

РОССИЯ 1



18.00 «Синяя Птица»

- 06.15 «АРИФМЕТИКА ПОДЛОСТИ». (16+)
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.50 «ЛУЧШАЯ ПОДРУГА». (12+)
- 16.00 Вести
- 17.00 «Песни от всей души». (12+)
- 18.00 «Синяя Птица»
- 19.00 «Песни от всей души». (12+)
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 02.30 «АРИФМЕТИКА ПОДЛОСТИ». (16+)

НТВ



10.20 «Первая передача». (16+)

- 05.00 «ИНСПЕКТОР КУЛПЕР». (16+)
- 06.35 «Центральное телевидение». (16+)
- 08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
- 08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
- 10.20 «Первая передача». (16+)
- 11.00 «Чудо техники». (12+)
- 11.55 «Дачный ответ». (0+)
- 13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
- 14.05 «Однажды...» (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.20 «Следствие вели...» (16+)
- 18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
- 19.00 «Итоги недели»
- 20.20 «Суперстар! Возвращение». Новый сезон. (16+)
- 23.15 «Звезды сошлись». (16+)
- 00.50 «Основано на реальных событиях». (16+)
- 03.25 «ЗАЩИТА КРАСИНА». (16+)

СТС



07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 07.55 10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 Премьера! Рогов+. (16+)
- 10.35 «Кунг-фу Панда». (0+)
- 12.25 «Кунг-фу Панда-2». (0+)
- 14.05 «Кунг-фу Панда-3». (6+)
- 16.00 «МУЛАН». (12+)
- 18.10 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)
- 20.35 «ДЖУМАНДЖИ: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)
- Затосковав по былым подвигам, Спенсер втайне восстанавливает чудо-приставку и возвращается в дикий мир Джуманджи.
- 23.00 Премьера! Маска. Танцы. (16+)
- 00.55 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 03.10 «6 кадров». (16+)

СТС



07.00 «БИТЛДЖУС». (12+)

- 07.00 «БИТЛДЖУС». (12+)
- 08.40 «Том и Джерри». (6+)
- 10.30 «Перезагрузка». (16+)
- 11.00 «ЖУКИ». (16+)
- 14.50 «ДВОЙНОЙ ФОРСАЖ». (12+)
- За связь с бандитом власти хотели посадить О'Коннора за решетку - но передумали. Для помки наркодилера нужна помощь стритрейсера...
- 16.55 «ТРОЙНОЙ ФОРСАЖ: ТОКИЙСКИЙ ДРИФТ». (12+)
- 19.00 «Звезды в Африке». (16+)
- 21.00 «Концерты». (16+)
- 22.00 «Импровизация. Дайджест». (16+)
- 23.00 «Я тебе не верю». (16+)
- 00.00 «Новые танцы». (16+)
- 01.55 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 04.20 «Импровизация». (16+)
- 05.10 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.55 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

REN



10.30 Наука и техника. (16+)

- 05.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Самая народная программа». (16+)
- 09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 10.30 Наука и техника. (16+)
- 11.30 «Неизвестная история». (16+)
- 13.00 «МЕДАЛЬОН». (12+)
- 14.30 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)
- 17.00 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВДАЛИ ОТ ДОМА». (16+)
- 19.15 «ПРИЗРАЧНЫЙ ПАТРУЛЬ». (12+)
- 21.00 «БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
- 23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
- 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 04.20 «Территория заблуждений». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Черный список. (16+)
- 05.30 Пятница News. (16+)
- 06.00 Кондитер. (16+)
- 07.00 «Три мушкетера». (6+)
- 08.30 Мама Пятницы-4. (16+)
- 09.00 Руссо-экспрессо. (16+)
- 10.00 Умный дом. (16+)
- 11.00 Пробный переезд. (16+)
- 12.10 Битва шефов. (16+)
- 21.10 Адский шеф. (16+)
- 23.10 Теперь я Босс! (16+)
- 00.10 «ДЖОН УИК-3». (18+)
- 02.20 Пятница News. (16+)
- 02.50 Черный список. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Идеальный ужин. (16+)
- 08.10 «СОЛДАТЫ-12». (12+)
- 18.00 «+100500». (16+)
- 21.00 Большой кэш. (16+)
- Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность: есть гусениц, лежать в ванне со змеями, собирать тараканов голыми руками...
- 23.00 «+100500». (18+)
- 23.30 iПочк-2. (16+)
- 02.00 Идеальный ужин. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 Отражение
- 12.20 «Отчий дом». (12+)
- 12.35 «Хроники общественного быта». (6+)
- 12.50 «ПОЙ ПЕСНЮ, ПОЭТ...» (12+)
- 16.00 «Песня остаётся с человеком быта». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Неделя». (12+)
- 18.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.45 «Вспомнить всё». (12+)
- 20.15 «ДАМА ПИК». (16+)
- 22.10 «АРТИСТ». (12+)
- 23.50 Фильм-балет «Спартак». (12+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.55 «Чудо из ада». (12+)
- 12.40 «Беременная в 16». (16+)
- 18.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 01.00 «Измены». (18+)
- Неверные мужья, а иногда и жены, стали изменять более изощренно, но от зоркого взгляда Татьяны и Ирины, а тем более технических возможностей Петра, им не ускользнуть! Вы увидите невероятные, но вместе с тем реальные истории людей, столкнувшихся с предательством и обманом.
- 02.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)

МИР

- 05.00, 07.50 Мультфильмы. (6+)
- 07.00 Осторожно, вирус! (12+)
- 08.00 «ХОД КОНЕМ». (0+)
- 09.30 Фазендалайф. (6+)
- 10.00, 16.00 Новости
- 10.10 «Ты - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
- 11.40, 16.20, 19.30 «ИКРА». (12+)
- В рыбном порту при загадочных обстоятельствах погибает следователь ОБХСС Михаил Федоров. Его лучший друг и коллега Александр Костенко узнаёт о том, что гибель Федорова не была несчастным случаем.
- 18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»
- 20.55, 01.00 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (12+)

ПОБЕДА

- 05.50 «ПРИКАЗ: «УНИЧОЖИТЬ». (16+)
- 07.30 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
- 09.50 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
- 11.30 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ-5». (16+)
- 18.20 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+)
- Фильм рассказывает о формировании команды разведчиков, освещает ее действия на Северном фронте в 1939 году, перед началом белофинской кампании, и об операциях разведчиков непосредственно во время Финской войны.
- 01.00 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)
- 03.10 «ЗОЯ КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
- 05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
- 05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
- 07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
- 07.30 «Пёс Пэт». (6+)
- 07.40 «Русалочка: Начало истории Ариэль». (0+)
- 09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
- 11.00 «Мулан». (0+)
- 12.35 «Красавица и Чудовище». (0+)
- 14.05 «Король Лев». (6+)
- 16.10 «Корпорация монстров». (6+)
- 17.45 «Университет монстров». (6+)
- 19.30 «КНИГА ДЖУНГЛЕЙ». (12+)
- Борьба с тигром Шерханом вынуждает Маугли покинуть волчью стаю...
- 21.30 «СУПЕРПЁС». (12+)
- Однажды пёс угодил в недра секретной лаборатории и в результате стал первой на Земле собакой, наделенной невероятными силами.
- 23.00 «ОДИН ДОМА-5: ПРАЗДНИЧНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (12+)
- 00.45 «СУМАСШЕДШИЕ ГОНКИ». (12+)
- 02.25 «Анастасия». (12+)
- 03.50 «Рапунцель: Новая история». (6+)
- 04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Оранжевая королева». (0+)
- 09.00 «Еда на ура!» (0+)
- 09.20 «Морики Дорики». (0+)
- 09.45 «Супер МЯУ». (0+)
- 11.00 «Вкусняшки шоу». (0+)
- 11.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 13.00 «Студия красоты». (0+)
- 13.20 «Барбоскины». (0+)
- 15.00 «У меня лапки». (0+)
- 15.30 «Ералаш». (6+)
- 16.50 «Союзмультфильм» представляет: «38 попугаев». (0+)
- 18.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Команда Флоры». (0+)
- У природы беда - команда Флоры спешит туда!
- 22.30 «Инфинити Надо». (6+)
- 22.55 «Союзмультфильм» представляет: «Варежка». (0+)
- 23.05 «Пони бегают по кругу». (0+)
- 23.15 «Мы с Джеком». (0+)
- 23.25 «В стране невыученных уроков». (0+)
- 23.45 «Рикки-Тикки-Тави». (0+)
- 00.05 «Мы с Шерлоком Холмсом». (0+)
- 00.15 «Риндини Надо». (0+)
- 01.25 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
- 01.50 «Космический рейнджер Роджер». (6+)
- 02.50 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 03.15 «Каша-малаша». (0+)
- 03.45 «Домики». (0+)
- 04.30 «Каша-малаша». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00, 05.20 Пешком в историю. (12+)
- 01.30, 05.50 Из истории советского периода. (6+)
- 01.55, 04.40 Историкограф. (12+)
- 02.40 Жил-был Дом. (12+)
- 03.05 Тайное становится явным. (12+)
- 03.20, 06.15, 08.00 Историкада. (12+)
- 04.15 Монастырские стены. (6+)
- 07.15 Государственные перевороты в России. (12+)
- 07.45 Пешком по Москве. (6+)
- 08.55 Испанская кровь (12+)
- 09.40 Карл V. Пути императора. (16+)
- 10.10 Сыны России. (12+)
- 10.40 События в истории. (12+)
- 11.05 Трамвай идет на фронт. (12+)
- 12.00 «ЕДИНИЧКА». (12+)
- 13.45, 20.25 Россия научная. (12+)
- 14.05 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (6+)
- 16.00, 17.40 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+)
- 19.30 Они были первыми. (12+)
- 20.00 Как Петр Эссен спас город Петра. (12+)
- 20.45 Петербург космический. (12+)
- 21.25 Забытый полководец. (12+)
- 21.55 Семь дней истории. (12+)
- 22.05 История оружия: Сила разрушения. (16+)
- 22.55 Тайны Третьего рейха. В поисках бомбы Гитлера. (12+)
- 04.05, 05.00 Мифы. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Невероятные изобретения. (12+)
- 06.25, 07.10 Карты убийства. (16+)
- 08.00 08.55 Мегополис: секреты древнего мира. (12+)
- 09.50, 10.40, 11.30 Сокровища Инда. (12+)
- 12.15 Рассвет древних цивилизаций: Арабы. (12+)
- 13.15, 14.10, 15.05 Сокровища Древней Греции. (12+)
- 16.00 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+)
- 17.00 Тайны музеев: Американский музей естественной истории. (12+)
- 17.50 Тайны музеев: Имперский военный музей. (12+)
- 18.40 Тайны музеев: Национальный музей антропологии, Мехико. (12+)
- 19.30 Тайны музеев: Пергамонский музей и Новый музей, Берлин. (12+)
- 20.20 Тайны музеев: Музей истории искусств, Вена. (12+)
- 21.05 Тайны музеев: Музей-дворец Топкапы, Стамбул. (12+)
- 21.55 Великая война: Битва за Германию. (12+)
- 22.55 Великая война: Битва за Берлин. (12+)
- 23.50 Великая война: Война с Японией. (12+)
- 00.50 Сокровища Инда: Земля и люди. (12+)
- 01.40 Новые тайны терракотовых воинов. (12+)
- 02.35, 03.20 Исторические убийства. (16+)
- 04.05, 05.00 Мифы. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 20.40 Правда о сне. (12+)
- 07.00, 13.45, 22.45 Психология. (12+)
- 07.30, 14.15, 23.10 Клинический случай. Сердце Эйнштейна. (12+)
- 07.55, 16.45, 01.30 Угрозы современного мира. Смертельный диагноз. (12+)
- 08.25, 17.10, 01.55 Угрозы современного мира. Пандемия. (12+)
- 08.55, 17.40, 02.25 Основной элемент. Восстановить тело. (12+)
- 09.25, 18.10, 02.50 Основной элемент. Миф об IQ. (12+)
- 09.55, 18.40, 05.10 На приеме у доктора Шестаковой. Диабет. (12+)
- 10.20, 19.10, 05.35 Это лечится. Боли в спине. (12+)
- Боли в спине? Травмы? Мышечный спазм? Физический стресс? Не переживайте. Травматолог-ортопед Андрей Орос разберёт все утверждения и мифы о болях в спине...
- 10.50, 03.40 Генетический код. (12+)
- 11.50, 03.20 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
- 12.45, 21.45 Эпидемия. СПИД. (12+)
- 13.15, 22.15 Эпидемия. Испанский грипп. (12+)
- 14.40, 04.10 Теледоктор. (12+)
- 15.40, 04.10 Правда о сахаре. (12+)
- 19.35 Правда об углеводах. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



12.45 «Игра в бисер»
с Игорем Волгиным

- 06.30 Мультфильм «НА ВОЙНЕ КАК НА ВОЙНЕ»
- 08.00 Тайны старого чердака
- 10.00 Передача знаний «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ»
- 10.50 «Невский ковчег»
- 12.15 «Игра в бисер»
- 12.45 «Элементы»
- 13.25 100 лет российскому джазу
- 13.55 «ВДОВЕЦ»
- 14.50 «Картина мира»
- 16.30 «Первые в мире»
- 17.10 «Пешком...»
- 17.25 «Предки наших предков»
- 18.35 «Романтика ромansa»
- 19.30 Новости культуры
- 20.10 Вспоминай Сергея Соловьева
- 20.55 «СЕМЕЙНОЕ СЧАСТЬЕ»
- 22.25 Легендарные спектакли Большого
- 00.20 «КРОВЬ ПЕЛИКАНА»
- 02.25 «Мультфильмы»

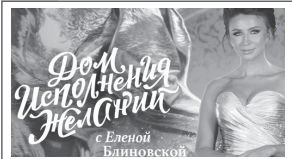
ТВЦ



10.55 «Страна чудес». (6+)

- 06.00 «НАД ТИССОЙ». (12+)
- 07.20 «ФАНФАН-ТЮЛЬПАН». (12+)
- 09.05 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.35 «ОДНАЖДЫ ДВАДЦАТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (12+)
- 10.55 «Страна чудес». (6+)
- 11.30 События
- 11.45 «ПРИСТУПИТЬ К ЛИКВИДАЦИИ». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Смотри и смейся!». (12+)
- 16.15 «РЕАЛЬНЫЙ ПАПА». (12+)
- 18.00 «Тайна последней главы». (12+)
- 21.40 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ЗАБЫТОЕ ЗАВЕЩАНИЕ». (12+)
- 00.15 События
- 00.30 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ЗАБЫТОЕ ЗАВЕЩАНИЕ». (12+)
- 01.15 «ГРАЖДАНКА КАТЕРИНА». (12+)
- 04.15 «Документальный фильм». (12+)

ТВ-3



01.30 Дом исполнения желаний. (16+)

- 06.00 Дом исполнения желаний. (16+)
- 06.05 Дом исполнения желаний. Завтрак в постель. (16+)
- 06.30 «Мультфильмы». (0+)
- 08.20 Новый день. (12+)
- 09.00 Гадалка. (16+)
- 13.15 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)
- 16.00 «ПОБЕГ ИЗ ШОУШЕНКА». (16+)
- 19.00 «ПОГОНЯ». (16+)
- 21.00 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
- Эдди Морра писатель. Живет в Нью-Йорке. За последнее время в его жизни возникла куча проблем и в карьере, и в личной жизни. Приятель Эдди - Вернон Гант предлагает ему попробовать новый препарат, повышающий эффективность работы мозга.
- 23.15 «НЕИЗВЕСТНЫЙ». (16+)
- 01.30 Дом исполнения желаний. (16+)
- 01.35 «ПАРАНОЯ». (16+)

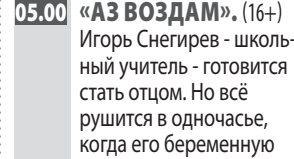
ДОМАШНИЙ



19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)

- 06.30 «ТРИ ИСТОРИИ ЛЮБВИ». (16+)
- Успешная и самоуверенная телеведущая Вера работает в паре с импозантным Валентином. У них начинается роман, дело идет к свадьбе. Неожиданное появление в прямом эфире бывшей Валентина и её признание рушит все планы и мечты Веры. Чтобы прийти в себя, Вера отправляется в отпуск. Там она знакомится с изобретателем Николаем.
- 10.25 «В ОДНУ РЕКУ ДВАЖДЫ». (16+)
- 10.30 Шаг в карьеру. (16+)
- 10.35 «В ОДНУ РЕКУ ДВАЖДЫ». (16+)
- 14.40 «БЛИЗКО К СЕРДЦУ». (16+)
- 18.45 Пять ужинов. (16+)
- 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 22.30 «ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 02.15 «ТРИ СЕСТРЫ». (16+)
- 05.15 «Нотариус». (16+)
- 06.05 «6 кадров». (16+)

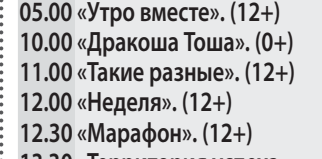
5-Й КАНАЛ



05.00 «АЗ ВОЗДАМ». (16+)

- 05.00 «АЗ ВОЗДАМ». (16+)
- Игорь Снегирев - школьный учитель - готовится стать отцом. Но всё рушится в одночасье, когда его беременную жену насмерть сбивает автомобиль, в котором находятся сын мэра и влиятельный бизнесмен. На суде погибшую признают виновной. Снегирев решает в одиночку вступить в борьбу за справедливость.
- 08.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
- 18.50 «СЛЕД». (16+)
- 01.45 «ГРИГОРИЙ Р». (12+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «ВЫСОТА 89». (16+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка». (12+)
- 13.40 03.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
- 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...» (12+)
- 01.20 «ДОЖИВЕМ ДО ПОНЕДЕЛЬНИКА». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Дракоша Тоша». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Понятная политика». (12+)
- 14.15 «ВО БОРУ БРУСНИКА». (12+)
- 17.00 «Просто жизнь». (12+)
- 17.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 17.45 «НЕОДИНОКИЕ». (12+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «ЦЕНА СТРАСТИ». (16+)
- 21.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 22.15 «Точка.ру». (12+)
- 22.45 «Просто жизнь». (12+)
- 23.15 «Формула здоровья». (12+)
- 23.45 «Малая сцена». (12+)
- 01.00 «Up&Down. Уникальные судьбы уникальных спортсменов». (12+)
- 01.30 «Такие разные». (12+)
- 02.30 «#open vrn». (12+)
- 02.45 «Футбол губернии». (12+)
- 03.15 «ЦЕНА СТРАСТИ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 08.00 Профессиональный бокс. (16+)
- 08.50 Биатлон. Раги Кубок России. Масс-старт. Мужчины
- 09.55 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала. (0+)
- 12.05 Биатлон. Раги Кубок России. Масс-старт. Женщины
- 13.05 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала. (0+)
- 15.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. 1/4 финала. (0+)
- 17.15 Новости
- 17.20 Катар-2022. Все на футбол!
- 17.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
- 19.55 Профессиональный бокс. (16+)
- 22.00 Новости
- 22.05 Все на Матч!
- 22.35 Хоккей. КХЛ. Матч Звезд. (0+)
- 00.45 «Один день в Катаре». (16+)
- 01.10 Футбол. Чемпионат мира-2022. (0+)
- 03.15 Бокс. (16+)
- 06.00 Мини-футбол. Суперлига. Мужчины. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Точка». (12+)
- 08.25 03.35 «Неизведанная хоккейная Россия». (12+)
- 08.50 «Второе дыхание» (12+)
- 09.15 «Где рождаются чемпионы». (12+)
- 09.40 16.55 21.55 22.10 04.00 Спецрепортаж. (12+)
- 10.05 22.25 Дзюдо. Кубок России. (0+)
- 11.45 Анатолий Тарасов. Век хоккея». (12+)
- 12.40 Лица страны. (12+)
- 13.05 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 14.25 00.00 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 14.55 Вoleyбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 17.10 «Хоккей наш!» (12+)
- 17.55 Вoleyбол. Чемпионат России. Суперлига
- 19.55 20.55 Биатлон. Кубок России. (0+)
- 00.30 04.15 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
- 02.15 Гандбол. Газпром Лига. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.50 «ХИЖИНА». (16+)
- 08.20 «СКРЫТЫЕ ФИГУРЫ». (12+)
- 10.35 «ПРИСПЛУГА». (16+)
- 13.10 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- 15.10 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (16+)
- 17.15 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 19.00 «ПРАВИЛА СЪЕМА: МЕТОД ХИТЧА». (12+)
- 21.05 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)
- 22.50 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+)
- США, 2011 г. В ролях: Мила Кунис, Джастин Тимберлейк
- 00.45 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- 02.30 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (16+)
- 04.20 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)
- 05.30 Мультсериалы. (6+)
- 10.00, 10.25, 10.55, 11.20, 11.50, 12.15 «ПСИХОЛОГИИ». (16+)
- 12.45 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
- 14.15 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
- 15.35 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)
- 17.05 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
- 18.35 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 20.10 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ». (16+)
- 21.45 «ОБРАТИМАЯ РЕАЛЬНОСТЬ». (12+)
- 23.10 «МАФИЯ: ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)
- 00.45 «ТАНЦЫ НА СМЕРТЬ». (12+)
- 02.20 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (12+)
- 03.45 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «МЕЖДУ НАМИ, МАЛЫЧКАМИ». (16+)
- 03.05 «МАСКА ЗОРРО». (12+)
- 05.30 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». (6+)
- 08.00 «НА КРАЙ СВЕТА». (16+)
- 09.50 «ЯГУАР». (16+)
- 11.45 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
- 13.30 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 15.35 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ «КЛЕОПАТРА». (12+)
- 17.40 «ЗОЛОТОЙ РЕБЕНОК». (16+)
- 19.30 «ВАСАБИ». (16+)
- Боевик, триллер, комедия, драма, Франция, Япония
- 21.15 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДДИНА». (6+)
- 23.10 «ДРУЖИТЬ ПО-РУССКИ!». (18+)
- 07.05 «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ». (6+)
- 08.40 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
- 10.00 «АФОНЯ». (16+)
- 11.35 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА». (12+)
- 13.05 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
- 14.50 «ЧАРОДЕИ». (12+)
- 17.35 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
- 19.20 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
- 21.05 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
- СССР, 1984 г. В ролях: Александр Михайлов, Нина Дорошина
- 23.00 Воскресная премьера
- 02.15 «ИДИ И СМОТРИ». (16+)
- 04.30 «В КВАДРАТЕ 45». (12+)

МУЗЫКА

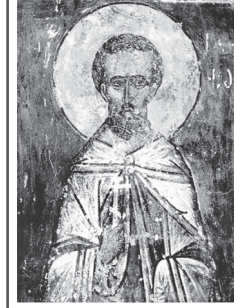
- 05.00 03.00 Караокинг. (16+)
- 07.30 02.00 Муз'итив. (16+)
- 08.00 Про-новости. Лучшее. (16+)
- 08.35 Teen чарт. (16+)
- 09.00 # ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 10.00 DFM - dance chart. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-сториз. (16+)
- 12.30 Лига свежих клипов. (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 «10 самых!» (16+)
- 15.30 Приехали! (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 Дискоотека Муз-ТВ «Золотые хиты». Лучшее! (16+)
- 22.15 Лайкер. (16+)
- 00.00 Хиты по-русски. (18+)
- 01.00 Гранд-финал фестиваля «Большая сцена-2022» в Государственном Кремлевском Дворце. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Молитвослов. (0+)
- 05.45 «ФРОНТОВЫЕ ПОДРУГИ». (12+)
- 07.30 Профессор Осипов. (0+)
- 08.00 Двенадцать. (12+)
- 08.35 Священномученик Серафим (Чичагов). Цикл: День Ангела. (0+)
- 09.10 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Русский мир. (12+)
- 14.55 «СОЛНЦЕ СВЕТИТ ВСЕМ». (0+)
- 16.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.45 Двенадцать. (12+)
- 20.15 Следы империи. (16+)
- 21.50 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.50 Щипков. (12+)
- Авторская программа политического философа и общественного деятеля Александра Щипкова.
- 23.20 Лица церкви. (6+)
- 23.35 День Патриарха. (0+)
- 23.50 Русский мир. (12+)
- 00.50 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 02.25 Следы империи. (16+)
- 03.55 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)

Православный календарь

11 декабря
Неделя 26-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Мч. Иринарха и святых семи жен.

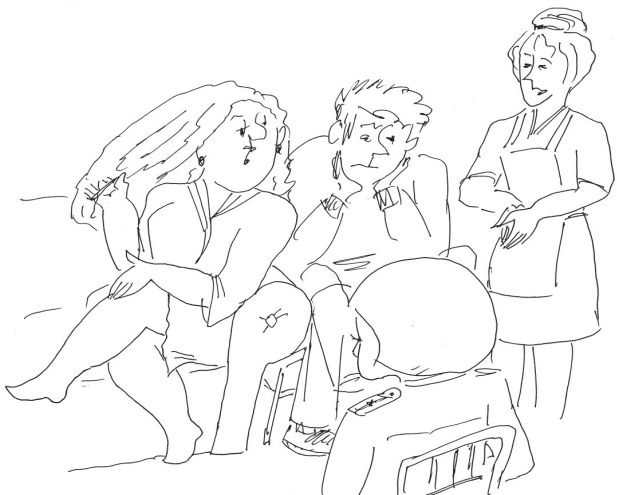


Прмч. и исп. Стефана Нового. Мчч. Стефана, Василия, Григория, другого Григория, Иоанна и иных многих. Свт. Феодора, архиеп. Ростовского. Сщмч. митр. Серафима. Сщмчч. Алексия, Алексия пресвитеров, Василия диакона, прмчч. Рафаила, Викентия и мц. Анисии. Мц. Параскевы. Сщмч. Николая пресвитера. Обретение мощей прп. Сергия, исп.

Рождественский пост. Разрешается рыба.
«Когда ум и сердце сделаются обителью Бога... тогда, естественно, делаются Его обителью и душа и тело».
Свт. Игнатий Брянчанинов

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

Кража в студенческом общежитии



Трое ребят рассредоточились по комнате, каждый выбрал для себя наиболее удобное место, разместился на нем, и в Веру вперились три пары глаз. Девушка в фартуке, с перепачканными мукой руками, смотрела с любопытством и вполне доброжелательно. Вера улыбнулась ей, кивком поощрив начать разговор.

– Я сегодня действительно сбежала с последней пары, – призналась она. – И, выходит, в тот момент, когда произошла кража, находилась в общежитии. Я ведь правильно понимаю, телефон, деньги и украшения у зарубежной студентки украли в промежуток от двенадцати до двух часов дня?

– Все верно, – согласилась Вера, – но откуда тебе это известно?

– Слышала, как вам об этом докладывал коллега, – ничуть не смутившись, ответила Вере девушка и улыбнулась. – Так вот, да, я была в общежитии, но все

время провела на кухне. Завтра у Альки, ну, у однокурсницы моей, день рождения, я обещала ей сливовый пирог. Вот и вожусь все это время. Решила не песочный, а дрожжевой, да не один, а пять пирогов на всю братию напечь, – девушка подняла руки и покрутила ими в воздухе, демонстрируя муку на них.

Ну, выходит, и я в это время была в общежитии, – равнодушно и нарочито растягивая слова, сказала девушка в розовом шелковом халатике, сидевшая на диване нога на ногу.

Она потянулась к столику у дивана, взяла лежащую на нем расческу, покрутила ее в холерных пальчиках, украшенных нюдовым маникюром, и положила рядом с собой на диван. Красиво повела плечиками, поймала соскользнувший с плеча шелк, вернула его на место. Еще секунд пятнадцать с равнодушным видом поразглядывала свои руки – кожа нежная, чуть смуглая – и только потом снизошла до объяснений:

– Я сегодня не была в институте. У меня разболелась голова, я выпила таблетку, а потом решила принять ванну и уснула, – девушка взяла расческу и принялась расчесывать мокрые волосы. Собственно, это все. Так что я ничего не могу сказать по делу. Все проспала.

Вера улыбнулась ей, а затем перевела взгляд на худощавого, давно не стриженного парня.

– Ну и я, получается, тут был. Но я не при делах, – парень поежился, спрятал руки в растянутые рукава свитера. – Мы с пацанами в компьютерную игру рубились. Я в наушниках был, вообще ничего не видел и не слышал. Мы со вчерашнего вечера из компа не вылезали. У нас там важные уровни, нельзя просто так взять и бросить, мы деньги вложили. Нам край надо было выигрывать, чтобы дополнительные опции получить. Короче, если бы вы меня из-за компа не вытащили, я бы и сейчас там сидел.

– Подожди, ребят, с котормы ты «рубился» в игру, все равно сейчас мои коллеги опрашивают, так что не торопись, – и ему улыбнулась Вера.

А у меня тесто подходит, – с мольбой в голосе сказала девушка в муке, мне бы тоже на кухню уже сбежать. Но обещаю, я только на кухню, вы меня там всегда сможете найти. Я туда и обогреватель утащила, чтобы тесто быстрее подошло. А он у нас коротит, за ним следить нужно.

– Ну уж нет, – неожиданно произнесла девушка в розовом шелке, – а вдруг как раз в своем тесте ты побрякушки и спрятала, этакий подарочек для Аньки? Так что сиди, пока

следователь всех нас не отпустит.

– Для Альки, – поправила юная кулинарка.

– Да какая разница? – вспыхнул парень. – Я-то точно не при делах. Вы там это, спросите своих коллег, может, они уже все? Нам срочно доиграть надо. Вера вздохнула:

Я спрошу, но у меня уже есть некоторые соображения насчет того, кто может быть замешан в краже. Во всяком случае, я точно могу сказать, что один из вас лжет.

Любовь АНИНА

Кого из студентов Вера подозревает во лжи и почему?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 47: Эдуард Леонидович явно что-то недоговаривает. Его гостя объявилась в отеле с небольшим дорожным саквояжем. Такой атрибут не слишком подходит для деловых переговоров. К тому же на вопрос о принадлежности саквояжа мужчина ответил не сразу, задумался на несколько секунд. А между тем, Вера обнаружила в саквояже зубную щетку и тюбик пасты. Не самые нужные принадлежности человеку со съемной челюстью. А то, что она съемная, стало понятно из диалога обитателей палаты. К тому же в саквояже был пакет с леденцами, а у потерпевшего диабет, ведь доктор не зря сказал Вере про инсулин. Вере предстоит выяснить, почему мужчина прикидывается и кем была его посетительница.

Рис. Ирина Светлов

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ	
5 декабря	Восход: 8 ч. 10 м. Заход: 16 ч. 17 м. Долгота дня: 8 ч. 07 мин. Растущая Луна в знаке Тельца
6 декабря	Восход: 8 ч. 11 м. Заход: 16 ч. 16 м. Долгота дня: 8 ч. 05 мин. Растущая Луна в знаке Близнецов
7 декабря	Восход: 8 ч. 12 м. Заход: 16 ч. 16 м. Долгота дня: 8 ч. 04 мин. Растущая Луна в знаке Близнецов
8 декабря	Восход: 8 ч. 14 м. Заход: 16 ч. 16 м. Долгота дня: 8 ч. 02 мин. Полнолуние, Луна в знаке Близнецов
9 декабря	Восход: 8 ч. 15 м. Заход: 16 ч. 15 м. Долгота дня: 8 ч. 00 мин. Убывающая Луна в знаке Рака
10 декабря	Восход: 8 ч. 16 м. Заход: 16 ч. 15 м. Долгота дня: 7 ч. 59 мин. Убывающая Луна в знаке Рака
11 декабря	Восход: 8 ч. 17 м. Заход: 16 ч. 15 м. Долгота дня: 7 ч. 58 мин. Убывающая Луна в знаке Льва

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 5 ПО 11 ДЕКАБРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ	
5 ДЕКАБРЯ	В 1924 году в старинном русском селе Палех созданы Палехские художественные мастерские.
6 ДЕКАБРЯ	В 1957 году в Ленинграде спущен на воду атомный ледокол «Ленин».
7 ДЕКАБРЯ	В 1492 году Христофор Колумб открыл остров Гаити.
8 ДЕКАБРЯ	В 1590 году царским указом был запрещен переход крестьян от одного хозяина к другому.
9 ДЕКАБРЯ	В 1769 году Екатерина II учредила «Военный орден Святого великомученика и Победоносца Георгия» (День Георгиевского креста).
10 ДЕКАБРЯ	В 1944 году была подписана Конвенция о международной гражданской авиации.
11 ДЕКАБРЯ	В 1991 году в Беловежской пуще подписано соглашение о распаде СССР и создании СНГ.
12 ДЕКАБРЯ	В 1968 году Дуглас Энгельбарт продемонстрировал в работе первую в мире компьютерную мышь (День рождения компьютерной мыши).
13 ДЕКАБРЯ	В 1901 году состоялась первая церемония вручения Нобелевской премии.
14 ДЕКАБРЯ	В 1699 году Петром I учрежден Андреевский флаг в качестве официального флага военного флота России.
15 ДЕКАБРЯ	В 1871 году в Петербурге открылась первая выставка передвижников.

ИМЕНИННИКИ	
НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ	
5 ДЕКАБРЯ.	Борис, Владимир, Илья, Максим, Пётр.
6 ДЕКАБРЯ.	Александр, Алексей, Григорий, Макарий.
7 ДЕКАБРЯ.	Евгений, Екатерина, Михаил.
8 ДЕКАБРЯ.	Андрей, Виктор, Павел, Ярослав.
9 ДЕКАБРЯ.	Георгий, Даниил, Михаил, Пётр, Тихон.
10 ДЕКАБРЯ.	Борис, Всеволод, Димитрий, Роман.
11 ДЕКАБРЯ.	Василий, Иоанн, Николай, Сергей, Феодор.
ПРАЗДНИКИ	
НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТЬ	
5 ДЕКАБРЯ	■ День воинской славы России – День начала контрнаступления советских войск против немецко-фашистских войск в битве под Москвой
	■ Международный день добровольцев
6 ДЕКАБРЯ	■ День образования подразделений по контролю за оборотом наркотиков системы МВД РФ
7 ДЕКАБРЯ	■ День гражданской авиации
	■ День инженерно-авиационной службы ВКС России
8 ДЕКАБРЯ	■ Международный день художника
9 ДЕКАБРЯ	■ День Героев Отечества в России
	■ День создания ведомственной охраны железнодорожного транспорта России
10 ДЕКАБРЯ	■ День грузчика
11 ДЕКАБРЯ	■ День прав человека
	■ Всемирный день футбола
11 ДЕКАБРЯ	■ Международный день танго

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Климента мороз насыпал белых роз

5 декабря считалось Прокпьевым днем. Про этот день в народе говорили: «Пришел Проккоп – разрыл сугроб». Если в этот день на улице мороз, то грядет оттепель и снег с дождем. Если **6 декабря**, на Митрофанов день, шел снег и дул северный ветер, то в день Симеона Столпника (6 июня) должен пойти холодный дождь.

7 декабря, на Катерину Санницу, обращали внимание на поведение скота: коровы трясут задними копытами – к морозам, петухи утром кричат – к потеплению.

Про день Климента Холодного, **8 декабря**, говорили: «На Климента мороз насыпал белых роз» – и готовились к похолоданию.

9 декабря в народе называли Юрьев день. Тихая вода в колоде предвещала спокойную зиму, если же по воде шла рябь, ждали вьюг и буранов.

На Знаменье, **10 декабря**, погоду предсказывали по печному дыму: дым столбом поднимается – к похолоданию, слетает вниз – к потеплению.

11 декабря, в Соикин день, приметы были связаны с поведением птиц: кружащие вороны означали снегопад, вороны, сидящие на нижних ветках деревьев, – усиление ветров.

Подружка подружке:
– Сегодня была лучшая ночь в моей жизни... Мне снилось, что я выспалась.

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.

КАРДОС ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Учредитель, редакция и издатель: 000 «Издательская группа «КАРДОС»
Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.
Адрес редакции: 127018, Россия г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4.
e-mail: telek@kardos.ru
Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д.13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С.
Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.
Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,
e-mail: distrib@kardos.ru

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

№ 48 (369).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 29.11.2022 г. Дата производства: 29.11.2022 г. Дата выхода в свет: 30.11.2022 г. Тираж 50 760 экз. Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л, Тел.: +7. (473) 246-52-70. Заказ 8119. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях. Тираж этого номера 890 280 экз. Рекомендованная цена в розницу 27 рубля. Ежедневная семейная газета для читателей 12+. Исползованы 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

Если вы регулярно занимаетесь спортом, не пропускаете тренировки и радуетесь любой физической нагрузке, то и с болями после упражнений знакомы не понаслышке.

Значительно уменьшить дискомфорт поможет специальная техника – миофасциальный релиз (МФР). «Мио» – мышечный, «фасцио» – имеющий отношение к соединительной ткани – фасции, «релиз» – расслабление. А для занятий потребуется всего ничего: специальный ролл (или роллер) и маленький мячик, которыми нужно прокатывать проблемные места.

Мячики, роллеры – и полный релиз!

Мнение специалиста
Важный фактор – время



Пролить свет на некоторые особенности работы с мячами и роллами в плане МФР нам поможет тренер Елена Рошупкина. – Сколько времени в день нужно уделять МФР, чтобы был эффект? Особенно, если есть проблемные места (например, тяжесть в плечах от сидячей работы)?

– Это зависит от степени проблемы. Например, если боль в мышце появилась недавно и болит точно в одном месте, то эту триггерную точку можно размять и убрать зажим за пару сеансов самомассажа (длительностью 15-30 минут). Если же болевые ощущения распространяются по значительной поверхности тела, и это принимает хронический характер, то поработать придется дольше, ежедневно уделяя время для массажа. Смотреть нужно по самочувствию. Иногда может потребоваться от 2-3 недель до 1,5 месяцев, чтобы человек почувствовал расслабление в мышцах и легкость в движениях. В целом, если нет противопоказаний, делать упражнения МФР можно ежедневно, в течение 10-15 минут, делая упор на проблемные зоны или чередуя группы мышц в каждой тренировке. Для проработки всего тела достаточно проводить МФР 2-3 раза в неделю.

Структура и жёсткость

Рельеф мяча или ролла, а конкретнее – рисунок, нанесенный на поверхность, определяет интенсивность массажа. Если поверхность практически гладкая, то проработка мышц будет более мягкой. Это особенно важно для новичков. Различные выпуклости, шипы прорабатывают тело более интенсивно. Единственный нюанс с мячами: очень гладкие могут выскальзывать, их труднее фиксировать на тренировке. Поэтому при ра-

боте с ними важно ориентироваться не только на гладкость поверхности, но и на жесткость самого тренажера. Мячи и роллеры могут быть жесткими, средними и мягкими. Самое главное, на что нужно ориентироваться при их выборе, – это ваши внутренние ощущения. Если телу слишком больно и некомфортно, это показатель того, что неверно подобрана жесткость. Поэтому перед покупкой лучше протестировать мяч или ролл лично.

Размер

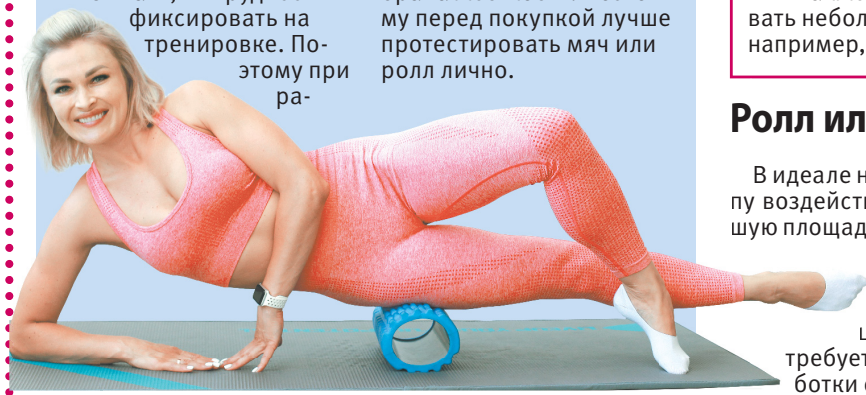
Самый оптимальный размер мяча – диаметром мячика для большого тенниса. Что касается роллеров, то здесь более разнообразная линейка размеров. Если в диаметре они все примерно одинаковые (12-15 см), то по длине различают длинные, стандартные и мини-роллеры. Длинные (до 100 см) удобнее всего для проработки мышц спины. Стандартные (50-60 см) – наиболее универсальные для проработки всего тела, но в поездку их с собой не возьмешь: занимают много места. В этом случае хороши мини-роллеры (до 30 см). Ими также удобно прорабатывать небольшие группы мышц – например, шеи или рук.

ВАЖНО!

МФР противопоказан при простудах, нарушении кожных покровов, беременности, диабете и ряде других состояний. Поэтому перед началом тренировок нужно обязательно проконсультироваться со специалистом.

Ролл или мяч?

В идеале нужно иметь и ролл, и мяч, так как по принципу воздействия они отличаются. Ролл затрагивает большую площадь и улучшает кровоснабжение, а также помогает быстрее определить болезненную точку, в которой образовались спайки (где фасция потеряла эластичность и приросла к мышцам). Чтобы лучше проработать эту точку, потребуется мяч. Также мячи используются для проработки стоп, шеи, рук.



Татьяна МИХАЛЁВА

НА ЗАМЕТКУ

В молодости мы двигаемся практически без ограничений, но с возрастом начинаем ощущать изменения. А со временем появляется скованность. Движения, которые раньше давались легко и просто, теперь будто ограничены невидимыми оковами. У медиков даже есть специальный термин для этого состояния – контрактура.

Когда суставы будто в оковах

Причины

Возрастную контрактуру суставов могут вызывать причины воспалительного и невоспалительного характера. В первом случае неприятные ощущения преследуют людей после длительной неподвижности – сна, сидячей работы, просмотра телевизора

ра и так далее. Чтобы избавиться от дискомфорта, нужно «расходиться». Через некоторое время после начала активных движений скованность уходит. Это значит, что в суставе присутствует воспаление – артрит, травма или инфекция. Во втором случае невидимые «оковы» постепенно усиливают свое действие в течение

дня. Это говорит о том, что причина скованности – невоспалительная (например, артроз).

Диагностика

При осмотре специалист (ревматолог, невролог, травматолог) выясняет, какой сустав пострадал, насколько ограничена его подвижность, при каких условиях наступает дискомфорт. Для уточнения диагноза может быть назначено дополнительное обследование: ♥ рентген, ♥ УЗИ, ♥ в сложных случаях – КТ или МРТ.

Профилактика

Если лечение подбирается строго индивидуально, то профилактика может быть подходящей для всех. Прежде всего – нормализация веса и сбалансированное питание. Следующий шаг – ежедневная разминка из специально подобранных упражнений. Наконец, в качестве профилактики может быть назначен курс хондопротекторов или БАДов, способствующих восстановлению тканей сустава.

Татьяна МИХАЛЁВА



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



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Здоровье ваших суставов и позвоночника

Картила Геленк-МСМ

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

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

НЕ ВЕРЬТЕСЯ СЛОВАМ

На букву «У» модных терминов предостаточно. Мы выбрали несколько – от самых употребительных до редких, но обязательно с историей.

И так, продолжаем расширять модный кругозор!

От утрехтского бархата до униформы

Униформа

Униформа – это специальная (форменная) одежда для персонала какого-либо заведения (например, для сотрудников фирмы, работающих с клиентами, проводников в поездах, официантов и поваров ресторанов и т.д.). Персонал цирка, обслуживающий арену во время представления, так и называется – униформисты.

Унты

Унты – это повседневная зимняя обувь из меха у народов Крайнего Севера. Унты бывают двух видов: мехом наружу и мехом внутрь. Мех для унтов используется олений или собачий, изнутри их нередко утепляют овечьей шерстью. Подошва может быть резиновой, кожаной или из толстого войлока. В недалеком прошлом унты были частью зимней экипировки летчиков.

Утрехтский бархат

Утрехтский бархат получил свое название по провинции Утрехт в Нидерландах, где эту ткань впервые произвели в XVII веке. На самом деле к настоящему бархату эта ткань имела очень опосредованное отношение. Это была достаточно редкая и дорогая обивочная ткань, очень похожая на бархат, которую изготавливали из хлопка, льна, мохера и козьей шерсти из Армении. В XVIII-XX в.в. утрехтский бархат, который производила одна-единственная фабрика во французском Амьене, был в большой цене.

Муж звонит жене:
– Алло, ты где?
– Я уже дома.
– Как съездила в магазин?
– Ничего не понравилась. Но купила двое джинсов.



Унисекс

Унисекс (англ. unisex – годный для лиц обоего пола). Как отдельный стиль унисекс появился в 60-х годах прошлого века. Основная черта Unisex Style – полное отсутствие каких-либо гендерных признаков. Причем это касается не только одежды, но и обуви, и аксессуаров, а также прически, макияжа и даже парфюма. Аромат Eau de Cologne 4711, созданный в 1796 году, считается самым старым унисекс-парфюмом. Самый яркий пример одежды унисекс – это джинсы, которые носят все, независимо от пола. Именно джинсы стали первым предметом одежды «для него и для нее». Также можно смело отнести к одежде унисекс футболку, джемпер, свитер, свитшот, худи, бомбер, шорты, брю-



ки и множество других вещей. Как правило, это вещи свободного кроя, часто оверсайз, в кэжуал, спортивной или милитари стилистике. Помимо отсутствия какой-либо гендерной принадлежности одежда унисекс имеет простой крой, базовую цветовую гамму; обувь унисекс – на низком или плоском ходу.

Без этой одежды сегодня сложно даже представить повседневный базовый гардероб – как женский, так и мужской. Конечно, для официальных и тем более торжественных мероприятий она не подходит, но прекрасно вписывается в любой гардероб и даже проникает в офисный дресс-код.

Светлана ИВАНОВА

КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА ДЕКАБРЬ

Фазы Луны:
 С 1 по 7 декабря – растущая Луна. 8 декабря – полнолуние. С 9 по 22 декабря – убывающая Луна. 23 декабря – новолуние. С 24 по 31 декабря – растущая Луна.

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
28 	29 	30 	1 Развешиваем в саду кормушки для птиц. 	2 Проверяем надежность укрытий от ветра на теплолюбивых растениях. 	3 Можно пересаживать комнатные растения, организовывать им подсветку.	4 Защищаем штамбы деревьев обвязками от грызунов, ветра и холода. 
5 Обновляем огород на подоконнике, подсеиваем новые семена. 	6 Заготавливаем черенки плодовых деревьев для весенней посадки. 	7 Укрываем клумбы искусственными материалами или снегом, если есть. 	8 Неблагоприятный день, с растениями не работаем. 	9 Проверяем сохранность урожая в погребе и овощехранилище. 	10 Подсыпаем в кормушки корм для птиц. 	11 Удаляем больные и засохшие ветки деревьев и кустарников. 
12 Следим, чтобы на ветках не накапливался лед и они не ломались. 	13 Продумываем план будущих посадок, перепланировку участка. 	14 Устанавливаем подсветку для огорода на подоконнике. 	15 Утепляем укрытия винограда и плетистых роз снегом. 	16 Белим стволы плодовых деревьев. 	17 Раскладываем вокруг садовых деревьев защиту от грызунов. 	18 Рассаживаем цикламены, каланхоэ, фиалки узумбарские. 
19 Приводим в порядок зимний сад. 	20 Ухаживаем за декоративнолиственными растениями. 	21 Обрабатываем комнатные растения от вредителей и болезней. 	22 Заворачиваем садовый инвентарь в промасленную бумагу и убираем на хранение. 	23 Занимаемся декорированием дачного дома. 	24 Закупаем недостающий инвентарь, пользуясь скидками. 	25 Создаем укрытия от сильного ветра и солнечных ожогов. 
26 Проводим дождевание комнатных растений. 	27 Уплотняем снег в пристольных кругах, если есть. 	28 Готовим место для новогодней елочки во дворе. 	29 Устанавливаем елочку, делаем игрушки из природных материалов. 	30 Украшаем участок, дом и елочку гирляндами и самодельными игрушками. 	31 Встречаем Новый год и загадываем под бой курантов большой урожай! 	1 

ПРАЗДНИЧНЫХ ДНЕЙ 2023 ГОДА

КАЛЕНДАРЬ РАБОЧИХ, ВЫХОДНЫХ И

ЯНВАРЬ						
ПН	26	2	9	16	23	30
ВТ	27	3	10	17	24	31
СР	28	4	11	18	25	1
ЧТ	29	5	12	19	26	2
ПТ	30	6	13	20	27	3
СБ	31	7	14	21	28	4
ВС	1	8	15	22	29	5

52	1	2	3	4	5	НЕДЕЛЯ	5	6	7	8	9	НЕДЕЛЯ	9	10	11	12	13
----	---	---	---	---	---	--------	---	---	---	---	---	--------	---	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 17. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 14
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 136

ФЕВРАЛЬ					
ПН	30	6	13	20	27
ВТ	31	7	14	21	28
СР	1	8	15	22*	1
ЧТ	2	9	16	23	2
ПТ	3	10	17	24	3
СБ	4	11	18	25	4
ВС	5	12	19	26	5

5	6	7	8	9	НЕДЕЛЯ	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	--------	---	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 18. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 10
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 143

МАРТ					
ПН	27	6	13	20	27
ВТ	28	7*	14	21	28
СР	1	8	15	22	29
ЧТ	2	9	16	23	30
ПТ	3	10	17	24	31
СБ	4	11	18	25	1
ВС	5	12	19	26	2

9	10	11	12	13	НЕДЕЛЯ	9	10	11	12	13
---	----	----	----	----	--------	---	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 22. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 9
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 175

1 КВАРТАЛ. КАЛЕНДАРНЫЕ ДНИ: 90. РАБОЧИЕ ДНИ: 57. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 33. РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 454

АПРЕЛЬ					
ПН	27	3	10	17	24
ВТ	28	4	11	18	25
СР	29	5	12	19	26
ЧТ	30	6	13	20	27
ПТ	31	7	14	21	28
СБ	1	8	15	22	29
ВС	2	9	16	23	30

13	14	15	16	17	НЕДЕЛЯ	13	14	15	16	17
----	----	----	----	----	--------	----	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 20. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 10
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 160

МАЙ					
ПН	1	8	15	22	29
ВТ	2	9	16	23	30
СР	3	10	17	24	31
ЧТ	4	11	18	25	1
ПТ	5	12	19	26	2
СБ	6	13	20	27	3
ВС	7	14	21	28	4

18	19	20	21	22	НЕДЕЛЯ	18	19	20	21	22
----	----	----	----	----	--------	----	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 20. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 11
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 160

ИЮНЬ					
ПН	29	5	12	19	26
ВТ	30	6	13	20	27
СР	31	7	14	21	28
ЧТ	1	8	15	22	29
ПТ	2	9	16	23	30
СБ	3	10	17	24	1
ВС	4	11	18	25	2

22	23	24	25	26	НЕДЕЛЯ	22	23	24	25	26
----	----	----	----	----	--------	----	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 21. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 9
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 168

2 КВАРТАЛ. КАЛЕНДАРНЫЕ ДНИ: 91. РАБОЧИЕ ДНИ: 61. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 30. РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 488

ИЮЛЬ						
ПН	26	3	10	17	24	31
ВТ	27	4	11	18	25	1
СР	28	5	12	19	26	2
ЧТ	29	6	13	20	27	3
ПТ	30	7	14	21	28	4
СБ	1	8	15	22	29	5
ВС	2	9	16	23	30	6

26	27	28	29	30	31	НЕДЕЛЯ	26	27	28	29	30	31
----	----	----	----	----	----	--------	----	----	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 21. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 10
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 168

АВГУСТ					
ПН	31	7	14	21	28
ВТ	1	8	15	22	29
СР	2	9	16	23	30
ЧТ	3	10	17	24	31
ПТ	4	11	18	25	1
СБ	5	12	19	26	2
ВС	6	13	20	27	3

31	32	33	34	35	НЕДЕЛЯ	31	32	33	34	35
----	----	----	----	----	--------	----	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 23. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 8
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 184

СЕНТЯБРЬ					
ПН	28	4	11	18	25
ВТ	29	5	12	19	26
СР	30	6	13	20	27
ЧТ	31	7	14	21	28
ПТ	1	8	15	22	29
СБ	2	9	16	23	30
ВС	3	10	17	24	1

35	36	37	38	39	НЕДЕЛЯ	35	36	37	38	39
----	----	----	----	----	--------	----	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 21. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 9
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 168

3 КВАРТАЛ. КАЛЕНДАРНЫЕ ДНИ: 92. РАБОЧИЕ ДНИ: 65. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 27. РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 520

ОКТАБРЬ						
ПН	25	2	9	16	23	30
ВТ	26	3	10	17	24	31
СР	27	4	11	18	25	1
ЧТ	28	5	12	19	26	2
ПТ	29	6	13	20	27	3
СБ	30	7	14	21	28	4
ВС	1	8	15	22	29	5

39	40	41	42	43	44	НЕДЕЛЯ	39	40	41	42	43	44
----	----	----	----	----	----	--------	----	----	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 22. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 9
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 176

НОЯБРЬ					
ПН	30	6	13	20	27
ВТ	31	7	14	21	28
СР	1	8	15	22	29
ЧТ	2	9	16	23	30
ПТ	3*	10	17	24	1
СБ	4	11	18	25	2
ВС	5	12	19	26	3

44	45	46	47	48	НЕДЕЛЯ	44	45	46	47	48
----	----	----	----	----	--------	----	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 21. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 9
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 167

ДЕКАБРЬ					
ПН	27	4	11	18	25
ВТ	28	5	12	19	26
СР	29	6	13	20	27
ЧТ	30	7	14	21	28
ПТ	1	8	15	22	29
СБ	2	9	16	23	30
ВС	3	10	17	24	31

48	49	50	51	52	НЕДЕЛЯ	48	49	50	51	52
----	----	----	----	----	--------	----	----	----	----	----

РАБОЧИЕ ДНИ: 21. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 10
РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 168

4 КВАРТАЛ. КАЛЕНДАРНЫЕ ДНИ: 92. РАБОЧИЕ ДНИ: 64. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 28. РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 511

2023 ГОД. КАЛЕНДАРНЫЕ ДНИ: 365. РАБОЧИЕ ДНИ: 247. РАБОЧИЕ ЧАСЫ: 1973. ВЫХОДНЫЕ ДНИ: 118.

Указано количество календарных, рабочих и выходных дней в 2023 году. Приведена норма рабочего времени при 40-часовой рабочей неделе. * - Предпраздничные дни, в которые продолжительность работы сокращается на 1 час.



Нерабочие праздничные дни в 2023 году

- 1, 2, 3, 4, 5, 6 и 8 января – Новогодние каникулы
- 7 января – Рождество Христово
- 23 февраля – День защитника Отечества
- 8 марта – Международный женский день
- 1 мая – Праздник Весны и Труда
- 9 мая – День Победы
- 12 июня – День России
- 4 ноября – День народного единства

Сокращённые рабочие дни в 2023 году: 22 февраля, 7 марта, 3 ноября.

Перенос выходных дней в 2023 году: с 1 января на 24 февраля с 8 января на 8 мая

Для заметок

Не забудьте отметить свой профессиональный праздник, праздники семьи, памятные даты



4 декабря православные христиане встречают один из главных (двунадесятых) праздников – Введение во храм Пресвятой Богородицы.

Ежегодно в этот день мы вспоминаем событие, когда святые и праведные Анна и Иоаким привели свою трехлетнюю дочь Марию в Иерусалимский храм.

События праздника

О событиях праздника повествует Церковное Предание. Почти полвека жила вместе в Назарете Галлилейском благочестивая супружеская пара – Иоаким и Анна. До старости они были бездетны (Иоакиму было 90 лет, а его жене Анне – 80), в течение всей своей жизни они молились о рождении ребенка. Супруги дали обет, что если дитя родится, то они посвятят его Богу. Произошло настоящее чудо, праздник трепетной тайны – у престарелых родителей родилась девочка.

Семья, отличающаяся святостью и благочестием, целомудрием и чистотой дел и помыслов, растила дочь в добродетели и нравственной чистоте. Когда Марии исполнилось три года, родители отправились с нею в храм в Иерусалиме. У храма вновь случилось чудо. Уверенно, без посторонней помощи, трехлетняя Мария восходит на самый верх, преодолев 15 больших ступеней, где ее встретил первосвященник Захария, отец святого Иоанна Предтечи (Крестителя).

По особому Божию промыслу, Захария ввел отроковицу в Святая Святых – куда был вход только он, один раз в году с очистительной жертвой. Это стало еще одним чудесным событием. Мария была допущена как Мать Спасителя.

Девочку оставили при храме. Она обучалась Закону Божию и рукоделию, проведя в молитве, посте и трудах до 12 лет.

Введение во храм Пресвятой Богородицы



Полное название праздника – Введение во храм Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии.

Когда стали отмечать праздник в России

Церковь с древних времен установила торжественное празднество в воспоминание Введения Пресвятой Богородицы в Иерусалимский храм. Как утверждает Церковное предание, этот праздник был изве-

стен уже в первые века Христианства. Равноапостольная императрица Елена (годы жизни 250-330) построила храм в честь Введения во храм Пресвятой Богородицы. В IV веке о празднике писал святитель Григорий Нисский.

В 1722 году в России, согласно указу царя Петра I, праздник Введения включили в список государственных и церковных праздников, в дни которых было высочайше запрещено работать и торговать.



Дословно

Дочь, данная Богом

Афонский монах, святитель Григорий Палама в своих изречениях на праздник Введения говорил, что «Им (Иоаким и Анна из дома и отечества Давида), в подвиге и молитве молящим Бога разрешить их бесплодие и обещающим принести в дар Богу дитя, рожденное от них, Самим Богом обещается, что Это Дитя станет Божией Матерью». Далее он утверждал, что «поэтому была нужда в совершенно непорочной и чистейшей Деве, Которая бы приняла во чреве и родила Ревнителя и Дарователя чистоты, Которая была и предопределена и возникла и делается явной, и тайна относительно Которой пришла к концу, когда многие бывшие в свои времена чудесные явления слились в одно». Митрополит Антоний Сурожский в своей проповеди на праздник Введения во храм Пресвятой Богородицы дополняет причину избрания Богоматери Марии: «...Она стала способной стать Той, через Которую спасительная, преображающая, жертвенная и крестная любовь Божия войдет в мир».

Детали

«Пречистый храм Спасов»

Такими словами Церковь неслучайно именует Богородицу в своих песнопениях (тропарь – песнопение, посвященное празднику). Ее судьба была предназначена служению Богу. Праздник Введения возник на основании Церковного предания, чтобы пролить свет на исполнение «Зиждильева смотрения». Пресвятая Дева, чело-веческая Дщерь, впервые открыла нам небо и всегда готова благодатью Своею укрепить, поддержать и провести по жизненному пути спасения всех, кто приходит к Ней с верой и любовью.

На заметку

Святые отцы о празднике

Святитель Григорий Палама в «Слове на Введение во храм Пресвятой Богородицы» писал:

...через Нее в свое время имели открыться Небесные Обители и быть дарованы для вечного жительства верующим в чудесное Ее Рождение».

Митрополит Антоний Сурожский:

Но не напрасно этот праздник поставлен как бы преддверием нашего шествия навстречу Рождеству Христову, воплощению Слова Божия. И нам надлежит так приготовить себя, так углубиться, так очистить свое сердце, освятить свою мысль, обновить свою волю, ...чтобы вечная жизнь, явленная во Христе, могла бы и в нас родиться...»

Архимандрит Иоанн (Крестьянкин) в одной из своих проповедей назвал вхождение в храм чудом:

Небо соединилось с землей, и вечность вошла во время, освящая его для вечности».

ПОДРОБНОСТИ

Рождество – это праздник радости и света. Ожидание Рождества – всегда предвкушение чуда, подарков, хороших перемен.

На протяжении веков в Церкви сформировалась очень интересная практика – самые важные дни церковного календаря так или иначе предваряются постом. Рождеству предшествует сорокадневный период, который в православии начинается 28 ноября и заканчивается Сочельником 6 января. Это время дано для покаяния, исправления и очищения, по-

Рождественский пост

вышенного внимания к своему внутреннему миру. Во время поста человек призван изменить качественно, преодолеть себя. Это период подготовки к чему-то очень важному. В Библии можно найти много примеров того, как к судьбоносным и решающим событиям в своей жизни люди

готовились через самоограничение в еде и веселье, через особое внимание к молитве. Пост есть послушание Церкви. И для каждого православного христианина традиционная подготовка постом к значимым событиям. **Е**сть еще одна сторона поста – это жертва Богу. Она может иметь разные фор-

мы. Например, активные занятия благотворительностью, делами милосердия. Ограничивая себя в чем-то, освободившееся время направляем не на удовлетворение своих запросов, а отдаем Богу и другим людям. И в то же время Святитель Василий Великий предостерегал: «Берегись измерять пост

простым воздержанием от пищи. Те, кто воздерживается от пищи, а ведет себя неподобающе, уподобляются дьяволу, который хотя ничего не ест, однако ж не перестает грешить». Если же не есть мяса, но при этом не бороться со своими страстями, то пост превратится в простую диету.

Про полисциас, наверное, не так часто слышат, как про плющ или фатсию (ближайших его родственников).

Тем не менее этот заморский гость очень популярен среди цветоводов. Разнообразие форм и расцветки листьев позволяет вырастить весьма интересные растения в домашних условиях.

Полисциас: бонсай на любой вкус



– Фотографируй меня, пожалуйста, с цветами.
– Хорошо, давай. Где цветы?
– Вот и я об этом хотела спросить: где цветы?!

Освещение

Полисциас нуждается в большом количестве рассеянного света. Допускается некоторое попадание прямых солнечных лучей, но только не в жаркий летний полдень. Зеленолистные виды растения менее капризны в отношении света и могут расти и в полутени. Зимой желателен досвечивание, чтобы оно не потеряло форму, некрасиво вытянувшись. А также следить, чтобы рядом не находились отопительные приборы.



Полив

Регулярный, по мере просыхания верхнего слоя на пару сантиметров. Вода для полива должна быть комнатной температуры или чуть теплее и обязательно хорошо отстоянной. Растение хорошо поливаем. А лишнюю воду минут через 15 из поддона удаляем. Полисциас одинаково плохо реагирует как на переувлажнение, так и на пересыхание грунта.

Пересадка

Самое главное для полисциаса, чтобы грунт был легким и рыхлым. Обязателен хороший дренаж на дне горшка. Пересаживают растение по мере роста, как только станет мал прежний сосуд. Сажать в слишком большую емкость с запасом не следует, так как повышается вероятность закисания почвы, а это может стать причиной заболевания корневой системы и гибели растения.

Температура

Температурный режим желателен в пределах 20-25 градусов. Зимой допускается незначительное понижение, но не ниже 18 градусов.

Влажность

Повышенная влажность особенно актуальна в зимнее время, а также в жаркие летние дни. Поэтому опрыскивать полисциас в это время желательно дважды в день, а раз в две недели устраивать душ. При купании под теплой водой обязательно защитите земляной ком от излишней воды. Можно обернуть горшок пленкой или целлофановым пакетом.

Размножение

Размножается полисциас делением куста и черенкованием. При варианте деления весной куст делят на две или более части (в зависимости от количества молодой поросли), а затем рассаживают по разным горшочкам. При черенковании берут черенки с 2-3 междоузлиями. Ставят их в воду или же обрабатывают стимулятором для образования корней и помещают сразу в почву (смесь песка и торфа в равных пропорциях). И обязательно сверху накрывают банкой или прозрачным пакетом для создания мини-теплички.

Это интересно

Центр композиции

Полисциас довольно часто используется в искусстве бонсай. Он хорош и как одиночное растение, и в композиции с другими. Хорошо переносит обрезку, и лучше всего ее проводить в начале весны. Самая большая сложность при создании бонсай, что он неохотно меняет форму, устремляя свои ветки только вверх. Карликовые разновидности уже изначально выглядят как бонсай – толстый ствол и красивые небольшие листья.



Ольга БЕЛЬСКАЯ



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва
и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...женщина! ты освобождаешься от недуга твоего»

В одной из синагог учил Он в субботу. Там была женщина, восемнадцать лет имевшая духа немощи: она была скорчена и не могла выпрямиться. Иисус, увидев её, позвал и сказал ей: женщина! ты освобождаешься от недуга твоего. И возложил на неё руки, и она тотчас выпрямилась и стала славить Бога. При этом начальник синагоги, негодуя, что Иисус исцелил в субботу, сказал народу: есть шесть дней, в которые должно делать; в те и приходи́те исцеляться, а не в день субботний. Господь сказал ему в ответ: лицемер! не отвязывает ли каждый из вас вола своего или осла от яслей в субботу и не ведёт ли поить? сию же дочь Авраамову, которую связал сатана вот уже восемнадцать лет, не надлежало ли освободить от уз сих в день субботний? И когда говорил Он это, все противившиеся Ему стыдились; и весь народ радовался о всех славных делах Его.



Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 11 декабря, в воскресенье.

Ко Христу во время субботней проповеди в синагоге подходит женщина, которая восемнадцать лет страдала от тяжелой болезни. Спаситель увидел страдания несчастной, возложил на нее руки и исцелил от недуга. Что мы видим затем? Начальник синагоги вместо того, чтобы прославить милосердие Божие, начинает возмущаться.

Христос в ответ на обличения свидетельствует о лживости обвинений в Свой адрес.

Чему учит нас прозвучавшее евангельское чтение? Тому, что Бог не только наделил нас свободной волей, но и сделал нас ответственными за этот мир. Присутствие зла в мире, к сожалению, является данностью. Но это вопрос не теории, а практики. И Бог хочет, чтобы, подобно Христу, мы со злом не мирись, но преодолевали его добром. Победить



Комментирует священник
Антоний Борисов

страдание до конца и полностью не способен никакой человек, но в наших руках находить возможность самим не делать зла. А еще проявлять любовь и милосердие к тем, чьи души и тела испытывают боль здесь и сейчас.

ДОРОГА К ХРАМУ

НА КАКОМ ПАЛЬЦЕ НОСЯТ ВЕНЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО?

? Через десять лет брака решили с мужем повенчаться. У меня теперь два кольца – венчалное и обручальное. Обручальное ношу на безымянном пальце правой руки, а на какой палец какой руки надевать венчалное? Татьяна В.

После венчания кольцо носят на безымянном пальце правой руки. Именно сюда надевает священник кольцо во время обручения. Кстати, для таинства венчания можно иметь те кольца, с которыми вы женились.

ЕСЛИ ИМЕНА СОВПАЛИ

? Мы хотим крестить сына, но беспокоит фраза, которую я услышала от бабушки в детстве. Мол, нехорошо, если имена будущих крестных родителей совпадают с моим и мужниными именами. Посоветуйте, как быть? Светлана К.

Это суеверие. Никакие совпадения имен не мешают, смело крестите сына. Восприимчивиков надо подбирать не по имени, а так, чтобы крестные могли помочь в воспитании в православной вере. Чтобы правильно подготовиться к таинству крещения, обратитесь к священнику в храме.

КАК ПОМЯНУТЬ РОДИТЕЛЕЙ?

? У меня даже не каждый год есть возможность посетить могилу родителей, уж очень далеко теперь я живу. Что посоветуете? Татьяна Николаевна

Главное утешение усопшие родители получают от живущих детей, в молитве детей за них. Особенно, если вы молитесь в храме. В храме вы можете обратиться к священнику со своим вопросом.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 5 ПО 11 ДЕКАБРЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 5 ПО 11 ДЕКАБРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Овны будут нацелены на полет, творчество и несколько богемный образ жизни. Звезды обещают, что этакий перформанс на работе никак не отразится, а вот домочадцы могут его не понять. Если не хотите ссор, учитесь совмещать свои интересы с нуждами семьи.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Интуиция станет лучшим помощником Львов. Шестое чувство поможет не совершить опрометчивых поступков и почувствовать «своих» людей. Мечтаете наладить личную жизнь? Берите инициативу в свои руки. Это время новых начинаний и смелых планов.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Кратчайший путь к цели Стрельцам подсказет интуиция. Неделя вообще обещает быть результативной, главное, не расплыться на несущественные мелочи. Чтобы избежать ссор с любимым человеком, живите настоящим. Больше романтики и меньше занудства.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолеи станут остро реагировать на мелочи, а потому неделя покажется им непростой. Но семья и друзья готовы помочь в любую минуту, и не стоит стесняться своих слабостей. Доверьтесь близким, у вас еще будет возможность отблагодарить их за неравнодушие.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Почувствовав финансовую стабильность, Тельцы позволят себе расслабиться. Этому будут способствовать и ровные отношения с коллегами. К слову, жизнь будет щедра на приятные сюрпризы, в особенности в сфере любви, дружбы и родственных отношений.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девы всю неделю будут вертеться словно белка в колесе. И близким помочь в решении проблем нужно, и на работе все время будет какой-то затык, и друзья жаждут общения. Все получится, нужно только продумать свои действия от и до. Планирование – ваше все.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Близнецам стоит быть готовыми к тратам на семью. Но, подойдя взвешенно к финансовому планированию, вы избежите глобальных потерь. Удачу в любви принесут смелость и решительность. Не бойтесь обнажать чувства. Прекрасное время для смены имиджа.

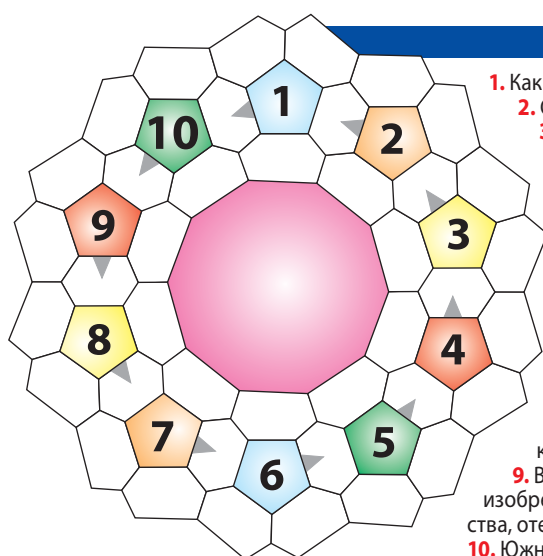
ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Оптимизм и уверенность в своих силах обеспечат Весам успех в любовной сфере. А вот на работе могут заставить топтаться на месте суета и неразбериха. Делегируйте рутину коллегам, займитесь важным. Вам удастся блеснуть знаниями и снизить уважение окружающих.

РАК (22.06 – 22.07)
Раки могут расслабиться, звезды обещают им спокойную неделю. Пора поразмыслить над жизненными приоритетами и избавиться от установок, мешающих личностному росту. Кто-то из близких сделает вам приятный сюрприз. Подумайте, чем вы можете порадовать в ответ.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Терпение и еще раз терпение – вот мантра Скорпионов на предстоящую неделю. Не хватайтесь за все подряд. Решайте важные и насущные задачи и старайтесь каждое дело доводить до конца. Будьте готовы к мелким бытовым расходам. Вероятны необычные встречи.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Неделя Козерогов будет похожа на русские горки. Но вам же нравится скорость и возможность проявить себя! Список ваших обязанностей и полномочий значительно расширится. Вы научитесь находить радость в малом и не сожалеть о прошедшем.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Если Рыбы не станут провоцировать ссоры, поддавшись прошлым обидам, в любви их ожидает согласие и романтика. На работе не теряйте время понапрасну – расставьте приоритеты и двигайтесь к цели. А домочадцы не откажутся от идеи провести выходные вне дома.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. Как еще можно назвать долю от чего-нибудь?
2. Сурикат в мультфильмах Уолта Диснея.
3. Посевы, ушедшие под снег.
4. Золотоордынский военачальник, войска которого были разгромлены Дмитрием Донским на Куликовом поле в 1380 г.
5. Герой кельтского, а после европейского эпоса, повествовавшего о рыцарях Круглого стола.
6. В каких единицах измеряется вес боксерских перчаток?
7. Состояние бабочки, когда она уже может делать крылышками «бьяк-бьяк».
8. Чьим голосом говорил Конферансье в кукольном «Необыкновенном концерте»?
9. В греческой мифологии искусный зодчий, изобретатель столярных инструментов и мастерства, отец Икара.
10. Южный плод, напоминающий сливу, ткемали.

Ответы: 1. Часть. 2. Тимон. 3. Озимь. 4. Мамай. 5. Артур. 6. Унция. 7. Иматро. 8. Герпт. 9. Дедан. 10. Алыча.



Дорогие читатели, не пропустите Декаду подписки! С 5 по 15 декабря «Почта России» проводит «Всероссийскую декаду подписки» на 1-е полугодие 2023 г. Успеете подписаться в этот период на «ТЕЛЕК Черноземье»* ПО ЛЬГОТНОЙ ЦЕНЕ.

СКИДКА 8%*

** От цены основной подписки на 1-е полугодие 2023 г.

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Газета выходит 1 раз в неделю

Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России»

Стоимость ПОДПИСКИ в период ДЕКАДЫ на газету «ТЕЛЕК Черноземье»* на 1-е полугодие 2023 г.

Срок подписки	В основной период	В период с 5 по 15 декабря	Срок подписки	В основной период	В период с 5 по 15 декабря
на 1 месяц	186,22 Р	170,68 Р	на 4 месяца	744,88 Р	682,72 Р
на 2 месяца	372,44 Р	341,36 Р	на 5 месяцев	931,11 Р	853,40 Р
на 3 месяца	558,66 Р	512,04 Р	на 6 месяцев	1 117,32 Р	1 024,08 Р

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

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»

преимущества онлайн-подписки

- Не нужно выходить из дома и приезжать с дачи, чтобы оформить подписку.
- Бесконтактный способ оформления подписки.
- Оформление подписки без очередей на Вашем компьютере или смартфоне.
- Подписку можно оформить в подарок родным и близким.

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.

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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

Первые поселения, по археологическим данным, появились в эпоху мезолита, это около двенадцати тысяч лет до нашей эры. А строительство Царева града на реке Кокшаге началось в XVI веке как военное поселение. После революции Царёвококшайск переименовали в Краснококшайск, а через девять лет городу дали новое имя – Йошкар-Ола. Сегодня город знаменит еще и тем, что здесь построено множество достопримечательностей – от копии московской Царь-пушки до венецианского Дворца дождей.

Путешествуем в город Йошкар-Ола



1 В мире насчитывается 20 динамичных часов. Одна из композиций, которую можно увидеть в городе, это «Шествие 12 апостолов». Уникальный 11-метровый механизм весит 4,5 т. Художественный образ каждого из апостолов создан скульптором Андреем Ковальчуком из бронзы и весит 200 кг. Фигура Иисуса на ослике – 450 кг. Интересно, что механизм, состоящий из двигателя и механической группы, создали механики Поволжского технологического университета. На марийском языке его называют «кутка», что означает в переводе на русский язык «муравей». На какой площади города можно увидеть шествие 12 апостолов на балконе общественного здания во фламандском стиле?
а) Патриаршая площадь.
б) Площадь Республики и Пресвятой Девы Марии.
в) Площадь Оболенского-Ноготкова.

2 Кокшайский кремль возведён на месте деревянного поселения XVI века. На его территории можно полюбоваться пушками, отлитыми по оригинальным чертежам времен создания опорной военной базы на территории заповедного Казанского царства. В центре комплекса находится монумент царю, по указу которого и был основан город Царёвококшайск. Какого русского царя почитают в Йошкар-Оле основателем города?
а) Ивана Грозного.
б) Федора Иоанновича.
в) Василия III.



3 С Патриаршей площади открывается вид на дома, фасады которых выполнены во фламандском архитектурном стиле. Они невысокие – всего три-четыре этажа – и маленькие, с белым декором на стенах и яркими крышами. Там расположены министерства, музеи и жилые квартиры. Как называется набережная?
а) Набережная Амстердам.
б) Набережная Брюгге.
в) Воскресенская набережная.

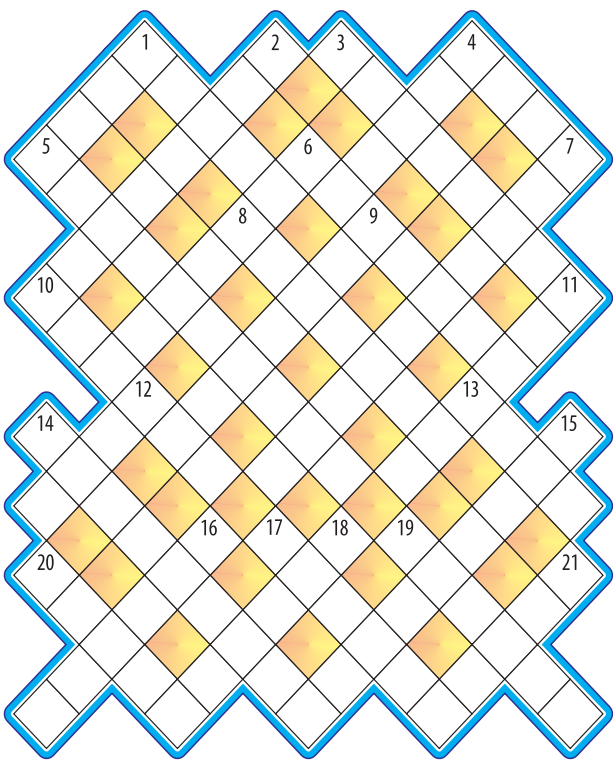
4 С площади Оболенского-Ноготкова, первого городского воеводы, начинаются обычно городские экскурсии. Здесь можно увидеть не только памятник воеводе-основателю, но и Царь-пушку, отлитую из металла, а украшения её (лепнина и барельефы) из... дерева. Вес пушки – 15 тонн. Мастера-изготовители (изготовили пушку на судостроительном Звениговском заводе им. Бутякова) уверяют, что она может стрелять, и поэтому в ствол пушки вварили ядро. Одно из зданий в венецианском стиле занимает Национальная художественная галерея. На центральном фасаде галереи – динамическая композиция, разыгрывающая историю спасения иконы Божией Матери «Троеручица». В какой механизм встроена композиция?
а) В картину, вырезанную из камня.
б) В стилизованную карту.
в) В часы.

5 Один из символов города – Йошкин кот. В его честь названы магазины, кафе, гостиницы и даже водка. Отлитый из бронзы котик может похвастаться блестящим носом. Скульптура расположена у Марийского государственного университета и по сложившейся традиции перед экзаменом студенты чешут котика носом. А кто ещё из кошачьей братии «прописался» в городе?
а) Черный кот.
б) Кот Баюн.
в) Йошкина кошка.

ОТВЕТЫ

1-а. Патриаршая площадь.
2-в. По указу Федора Иоанновича в 1584 году город был назван Йошкар-Ола.
3-б. Набережная Брюгге.
4-в. Часы.
5-в. Йошкин кот.

КРОССВОРД «ДИАГОНАЛЬ»



Слева-вниз-направо:
1. Классика «лимонадного жанра» в СССР. 3. Главный критерий при выборе обуви для больных ног. 4. Загадочное очарование обольстительницы. 5. Место, куда прибывает междугородний пассажирский транспорт. 6. Во что «превратился» жгутик американский стручковый перец, прижившись

в Европе? 8. Главный город острова Сицилия. 10. Морская бездна. 11. Стержень, которым толкут. 14. Восхищенное

ОТВЕТЫ

Слева-вниз-направо: 1. Ситро. 3. Удобрство. 4. Шарп. 5. Авто-стручок. 6. Папирма. 8. Папирма. 10. Пучина. 11. Пест. 14. Любо-виная. 17. Прима. 19. Бор. 20. Хитин. Справа-вниз-налево: 1. Сена. 2. Австоп. 4. Шпора. 6. По-лицейски. 7. Матриархат. 9. некия. 12. Обан. 13. Изюм. 15. Остроумие. 16. Гваток. 18. Гваток. 19. Гваток. 21. Турок.

ное рассматривание отражения. 17. Зять, живущий у тестя и тещи (разг.). 19. Аристократ при Иване Грозном. 20. Вещество, из которого сделан панцирь рака. **Справа-вниз-налево:**
1. Река у Эйфелевой башни. 2. Вояж по стране, рассчитанный на доброту водителей. 4. «Ускоритель» бега лошади. 6. Сын, чей отец владеет приходом. 7. Бабушка диктатура. 9. «Мешочник» среди пернатых. 11. Доска с бока бревна. 12. Виноград, внедренный в булку. 15. Талант спорщика с отточенным язычком. 16. Расчетный листочек по зарплате. 18. Автор романа «Иду на грозу». 21. В Анталии не отдыхает, а живет.

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

ВАХТОВАЯ ОХРАНА

✓ СУТОЧНЫЙ ПОСТ 1500-1800 руб./смена
✓ СОПРОВОЖДЕНИЕ ЦЕННЫХ ГРУЗОВ ПО МЕЖГОРОДУ 3500 руб./сутки
График работы сменный, свободный
Частичная занятость
Оплачиваемый проезд
Бесплатное проживание
55 000 руб. Москва и область
ЧОП

8 (495) 371-21-11, 8 (919) 996-17-46, 8 (910) 474-16-97

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ. Книги, часы, монеты, иконы, медали, значки, статуэтки, ёлочные игрушки.
Тел.: 8 (951) 869-75-55

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

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

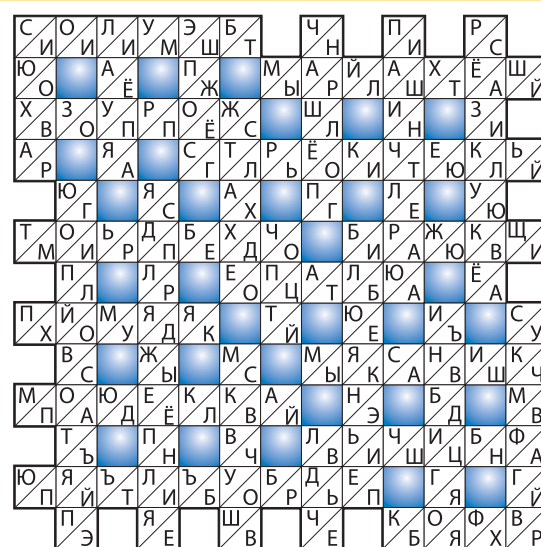
ЦЕНА

Стоимость строчного объявления от 250 рублей за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

1. Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте kardos.media, в магазинах «Связной» и «Евросет» (подробности у менеджера);
2. В отделениях любого банка: 000 «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635
В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О.
Комиссия оплачивается отдельно (при наличии).
Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

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: Силуэт. Малахит. Вопрос. Строитель. Торпедо. Брюки. Опала. Хомяк. Мясник. Поделка. Личина. Пятиборье. Кофр.

По вертикали: Сова. Лапа. Эпос. Налог. Пантера. Разлука. Стадо. Голово-тяп. Спряжение. Опт. Блеяние. Инди-го. Сквайр. Сквош. Лье.

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом

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

СУПЕРЦЕНА от 1690 руб.



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

Корректор осанки S-M талия 60-85 см L-XL талия 86-125 см

Знакомые всем боли в пояснице, шею, грудном отделе – все это чаще всего следствие неправильной осанки. Неправильная осанка, постоянно опущенные плечи создают излишнее давление на грудную клетку, диафрагму и могут вызвать остеохондроз, сколиоз и далее всем знакомые боли в спине. Представляем универсальное средство для профилактики сколиоза, исправления дефектов осанки, облегчения боли в поясничном, грудном, шейном отделе, плечах, спине. Корректор поможет выпрямить вашу спину и научит мышцы держать правильное положение. РУ № РЗН 2018/6874 от 28.02.2018 г.

1690 руб. 990 руб.



Имеется противопоказание, проконсультируйтесь со специалистом.

Массажная подушка с функцией прогрева

3800 руб. 1690 руб.



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

Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.

С дисплеем + душ


2490 руб.



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

Новейший автоматический веник

1800 руб. 990 руб.



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

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 шт. 990 руб.



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

1+1 купи один и получи второй в подарок!

Термоноски «Аляска» (Мужские, женские)

Суперцена! 4 пары за 790 руб.



Три слоя из микроволокна заботятся о стопе. Сохраняют воздух, который обеспечивает тепло. Защищают от размножения бактерий и появления неприятных запахов. Отвечают за впитывание влаги. Размер носков – универсальный. Согревают ноги в любую погоду!

Стул для ванной и душевой с регулируемыми ножками

2990 руб. 2490 руб.



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

Бесконтактный инфракрасный термометр


1990 руб. 1290 руб.



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

Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

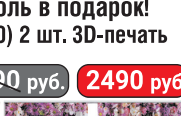
990 руб.



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

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

3990 руб. 2490 руб.



«Золотое искушение» «Цветочная композиция»

Палочки для очистки водосточных труб

690 руб.




Палочки Sani Sticks – это быстрый и эффективный способ устранить засор или неприятный запах в трубах, не прибегая к помощи сантехника. Опустите палочки в слив раковины или ванны, полностью погрузив в водосточную трубу. Концентрат, входящий в состав, – это смесь энзимов и ферментов. Попадая в воду, он начинает действовать мгновенно. Они расщепляют остатки пищи, моющих средств, жир и волосы. Вы можете забыть о забившейся раковине или сливном отверстии душевой кабины. Одной упаковки хватит на год!

1+1 купи один и получи второй в подарок!

Термобелье мужское, женское

1690 руб. 990 руб.



Современный способ оставаться в тепле в любую погоду! Можно носить под брюки, джинсы, тонкие джемпера, блузы. Изготовлено из трехслойного волокна, которое нейтрализует размножение бактерий, устраняет запах пота, обеспечивает постоянный влагообмен, выполняет функцию корректирующего белья. Благодаря специальным утягивающим вставкам вы будете выглядеть стройнее и изящнее.

Вертикальная суперсушилка для белья

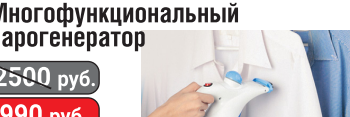
2600 руб. 1990 руб.



Суперсушилка позволит высушить три загрузки стандартной стиральной машины. 3 яруса плюс 2 дополнительные планки для плечиков позволяют сушить постельное белье и деликатные ткани, например, рубашки и блузки. Покупая одну, вы получаете сразу 3 сушилки – ведь сможете развесить на ней до 50 единиц белья. Больше не нужно ломать голову над тем, как и где это все развесить. Быстро складывается и занимает очень мало места. Имеет 4 колеса. Сушите любые вещи – от носовых платков и постельного белья до штор и мягких игрушек!

Многофункциональный парогенератор

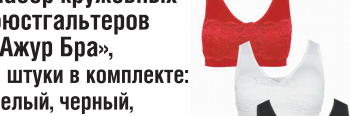
2500 руб. 990 руб.



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

Набор кружевных бюстгалтеров «Ажур Бра», 3 штуки в комплекте: белый, черный, бордовый

2300 руб. 1690 руб.



«Ажур Бра» – это изумительное бесшовное, кружевное белье, которое отлично поддерживает спину и грудь, но при этом не давит и не натирает. Белье поднимает бюст и сглаживает неровности, придает округлые формы. Специальное усиленное плетение посередине для создания красивого декольте. Можно носить как нижнее белье, как топ под жакет и как спортивное белье. Для увеличения объема есть потайные кармашки под поролоновые вкладыши. S-M (42-46), L-XL (48-50), 2XL-3XL (52-56), 4XL (58-60).

Говорящий хомяк Woody O'time (Original)

1700 руб. 990 руб.

Кукла-повторяша

1700 руб. 1190 руб.



Уникальные развивающие игрушки способны рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Повторяют все произнесенные слова и звуки на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует с вами и имитирует хохот!!! Эти игрушки поднимут настроение и помогут развеселить друзей! Покрыты сердцем ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Усилитель звука

990 руб.



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

Электрический измельчитель «Молния»

2100 руб. 1590 руб.



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

Ледоходы для обуви

СУПЕРЦЕНА 790 руб.



Ледоходы – легкая и уверенная походка по скользким поверхностям. Обеспечивают прочное сцепление со льдом и избавят вас от падений, царапин и ссадин. Ледоходы легко надеваются на любую обувь размером от 35-го до 45-го. Отличительные черты новой модификации ледоходов – дополнительный противоскользящий протектор и 5 особо прочных шипов на каждой подошве, т.е. 10 шипов на пару, благодаря которым ледоходы максимально надежно держат Вас на самом скользком льду.

Подушка для ног «Здоровый сон»

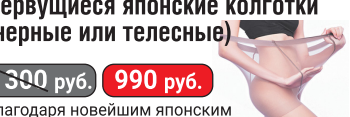
1690 руб. 990 руб.



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

Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

1300 руб. 990 руб.



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

Лента «Супер Фикс»

2 шт. по суперцене 990 руб.



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

ТЕРМОКЕРАМИЧЕСКИЙ ОБОГРЕВАТЕЛЬ

1990 руб. 1490 руб.



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

Казан-вок «Сила гранита»

4 в 1. Диаметр 32 см

2600 руб. 1990 руб.



Это сковорода, сковородка, вок и кастрюля! Специальное керамическое покрытие Granite с частицами настоящего камня. Алмазное напыление с внутренней стороны сковороды. Благодаря силиконовой ободке крышка создает давление под воздействием вакуума, что позволяет готовить в разы быстрее.

Ножеточка Правильная и эффективная заточка ножей надолго!

2 шт. по суперцене 990 руб.



Ножеточка имеет специальные направляющие, которые позволяют заточить нож по всем правилам – с нужным углом заточки. Моментальная и качественная заточка обеспечит долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием. Есть специальный разъем для ножиц, отверток.

Плита индукционная (настольная)

3800 руб. 1990 руб.



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

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

2 шт. 990 руб.



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

Чудо-пленка «Надежная защита»

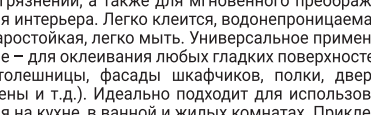
3 м x 60 см 2 шт. 990 руб.



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

Фиксатор голеностопа «Легкий шаг»

2 шт. по суперцене 990 руб.



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

Наколенник «Двигайся легко»

2 шт. по суперцене 990 руб.



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