

№28  
(453)  
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 15 по 21 июля 2024 года

# ТЕЛЕК

**36**  
КАНАЛОВ  
ТВ

**ТЕННИСНЫЙ  
МЯЧИК  
ДЛЯ МАССАЖА**

стр. 25

**ПРЕВРАТИМ  
ЛЕТО  
В ДЕТСКИЙ  
ПРАЗДНИК**

стр. 29

**ОВОЩНОЕ РАГУ:  
БЫСТРО И ВКУСНО**

стр. 8

**ВЫБИРАЕМ  
ЛЕТНИЕ  
АКСЕССУАРЫ**

стр. 30

**ТЫ + Я:  
НА ЗАРЕ  
ОТНОШЕНИЙ**

стр. 4

**ИРИНА  
РУДОМИНСКАЯ**  
**У КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА  
ДОЛЖНА БЫТЬ МЕЧТА**

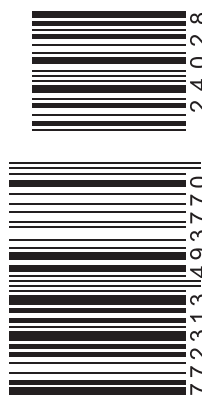
стр. 2

12+

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото Кристины Польской

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 24028

В прокат вышел долгожданный фильм «Брат 3».

Наш корреспондент расспросил исполнительницу одной из главных ролей Ирину Рудоминскую, почему она согласилась сниматься в этом проекте и не пожалела ли о своем решении?

### Авторское кино

– Ирина, наверняка не все зрители обрадовались, что вместо продолжения любимой киноистории (киносаги «Брат» и «Брат 2») они получили совершенно иную картину...

– «Брат 3» – это действительно не продолжение балабановского «Брата», а самостоятельное независимое произведение, авторское кино. И я рада, что режиссер Валерий Переверзев пригласил меня поучаствовать в создании этой картины.

– Судя по тому, что согласились, сценарий вас очень даже устроил?

– Моя героиня Майя – творческая натура, возвышенная и утонченная, сознательно и принципиально отстраняющаяся от мира, где правит балом все материальное. И в силу этих обстоятельств с таким окружением она не хочет иметь ничего общего. У нее есть такая же возвышенная подруга, с которой они от-

## Ирина РУДОМИНСКАЯ:

# Я эмоциональная, но азарт – не мой конёк

крывают цветочный ларек. Действие происходит на сломе двух эпох, и цветочный ларек подчеркивает характер моей героини, которая взялась торговать не колбасой, а продавать прекрасное. Она хочет находиться среди красоты даже на работе. Майя относится к тому типу людей, которые в тяжелые постперестроечные годы не смогли выжить... Словом, мне понравилась эта история. Еще меня вдохновил творческий настрой режиссера Валерия Переверзева. И, конечно, я очень благодарна моим партнерам по фильму и всей съемочной группе.

### «Сняла свой короткий метр»

– После «Брата 3» вам почти сразу предложили новую роль в военной картине...

– Когда я получила пробник для этого фильма, сразу поняла, что это мое. Для проб достала платье жены австрийского дипломата, которому более 100 лет, сделала прическу и мейк того времени, подобрала интересную локацию – немецкую слободу на Октябрьском поле, строительство которой велось пленными немцами после войны. Таким образом я сняла практически свой короткий метр. Сама сделала монтаж, цветокоррекцию, озвучение, и тем же вечером отправила ролик своему агенту. Буквально на следующее утро приходит смс, что продюсер утвердил меня сразу. Эта очень важная и позитивная новость застала меня во время прогулки по улице. Настолько громко обрадовалась, что все прохожие с улыбкой повернулись в мою сторону.

### ДЕТАЛИ

### «Злые языки закаляют меня»

– Вы производите впечатление благополучного, позитивного человека. Как ограждаете себя от недобрых людей, от зависти? Как удаётся сохранять себя в этом напряжённом мире?

– Я все воспринимаю через юмор. Юмор рулит, улыбка обезоруживает. Поэтому до меня, до моего сердца не доберешься, если только до рубашки (смеется). Мир напряжен для тех, кто сам напряжен. Я стараюсь брать лучшее из него, и чтобы это было, прежде всего, мне же во благо. Если погружаться и подключаться ко всему, можно сойти с ума. Что касается завистников – хорошо, что они есть. Злые языки и критика делают меня лучше, закаляют. Они не ведают, что творят, невольно помогая мне на пути к цели.

– Счастье – вещь нематериальная. Часто его ощущаете?

– В моей жизни нет печали, даже если есть на то причины. А что печалиться? Я живу, и это круто, это и есть счастье.



Так доза моего счастья досталась и им (смеется).

### «Лучше двигаться, чем лежать»

– Вы говорили, что актёрская профессия должна быть чем-то подкреплена, поскольку она нестабильная. И у вас, кроме актёрского ремесла, в руках ещё несколько профессий: дизайнера, модели, певицы...

– Нынешние реалии требуют универсальности от актера, поэтому дополнительные навыки – это все-

да жирный плюрик, даже бонус. И я продолжаю работать во всех сферах деятельности, которые вы назвали, приоритетов нет, кайфу от всего.

– В одном из своих интервью вы сказали, что «тот, кто умеет ждать, в результате всё получает». В вашем понимании это означает, что нужно сидеть сложа руки или всё-таки делать шаги в нужном направлении?

– Надо хотя бы лечь в сторону желаемого (смеется). Я с удовольствием так бы и сделала, но это не в моем характере, мне нужна движуха, актив-



ность, развитие. Это у меня получается лучше, чем лежать. Когда случаются паузы между съемками, я занимаюсь танцами, вокалом, записываю творческие видео. И конечно, обязательно занимаюсь семьей, поскольку я мать и жена. И еще люблю путешествовать, причем внезапно, ничего не планируя, взять и в один день решить, что завтра я буду гулять в Гизе среди пирамид.

– Получается, что вы ещё и спонтанный человек. Кроме того, азартный – водите мотоцикл...

– Я эмоциональная, но азарт – не мой конек. Он просыпается внезапно, зависит от обстоятельств и ситуаций. Но спонтанность действительно люблю, незапланированные дела и события.

– Верите в судьбу?

– Я не знаю ничего про судьбу, но знаю, что надо делать все, что от тебя зависит. По крайней мере не будет обидно, если даже не получится. Зато совесть чиста – ты сделал все, что мог.

Наталья АНОХИНА

### Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– В душе надо иметь уважение к ближнему, радость. У каждого человека обязательно должна быть мечта. Предлагаю жить смело здесь и сейчас!



### ПОДРОБНОСТИ

## Задача родителей – просто любить

– В доме родителей в пору вашего детства и юности устраивались посиделки, вы вместе с мамой пели. В вашем нынешнем доме есть такие традиции? У вас две дочери...

– Сейчас настолько активная жизнь, что мы стали реже собираться семьей, графики не совпадают. Да и у меня как жены и матери немало обязанностей. И рада им. Стараюсь поддерживать традиции, которым следовала мамочка. Девочки растут

и радуют. Старшая неожиданно для всех увлеклась физикой и астрономией, и сама, без помощи и поддержки, без репетиторов, поступила в МГУ на бюджет. Это для нас с мужем стало настоящим сюрпризом. Младшая – более творческая личность, любит рисовать маслом на холсте, поэтому я отдала ее в художественную школу. В воспитании, на мой взгляд, важно не мешать своим детям. Задача родителей – их просто любить.

Фото из личного архива Ирины Рудоминской. Фотографы: Дмитрий Абрамов и Кристина Пильская

## Игорь Петренко вернулся к роли

Начались съёмки остросюжетного детектива «СМЕРШ. 1944». Главные роли в третьей части популярной истории исполняют Игорь Петренко и Владислав Котлярский. Премьера сериала состоится на телеканале РЕН ТВ.

Из названия ясно, что действие в фильме происходит в 1944 году. Он будет рассказывать о противостоянии секретных разведслужб СССР и фашистской Германии в годы Великой Отечественной войны.

Режиссером проекта стал Михаил Кабанов. Помимо Игоря Петренко и Владислава Котлярского, в сериале снимаются Лянка Грыу, Анастасия Микульчина, Сергей Иванюк, Сергей Комаров, Леонид Громов, Юрий Анпилогов и другие актеры.

– Приступая к подготовке съемок нового сезона сериала «СМЕРШ», мы прекрасно понимали, что этот сезон будет показан в эфире в канун 80-й годовщины Великой Победы, – говорит продюсер проекта Андрей Анохин. – Это накладывает на нас особую ответственность, и я уверен, что это будет захватывающий для зрителя сезон с неожиданными поворотами.

Съемки пройдут в Москве и области, а также в Костроме и Ярославле.

Фото телеканала РЕН ТВ



## Тимур Родригез отобрал «Попутчиков»

Осенью на телеканале НТВ состоится премьера второго сезона передачи о путешествиях – «Попутчик». Напомним: ее суть заключается в том, что ведущий Тимур Родригез каждый раз, отправляясь в какую-либо страну, берет с собой попутчика – самого обычного человека, который сумел пройти кастинг.

В этот раз отбор был еще более строгим, поскольку поступило огромное количество заявок, а выбрать нужно было самых интересных и ярких претендентов.

– Я был немного в шоке, когда узнал о том, сколько людей хотят попасть к нам в шоу! – говорит Тимур Родригез. – Спасибо за такую вовлеченность – это крутая мотивация для всей нашей команды и знак, что передачу обязательно нужно продолжать!

Всего для шоу было отобрано 10 человек, самому младшему участнику – 21 год, а самому старшему – 58 лет.

## Сергей Светлаков отправил своего героя на курорт

Один из персонажей юмористических проектов «Наша Russia» и «Светлаков +» (телеканал ТНТ) Сергей Юрьевич Беляков стал героем полнометражного комедийного фильма «Беляковы в отпуске». Думаем, что многим он уже знаком как «вечный телезритель», который во время просмотра передач обязательно комментировал их вслух. Напомним, что этого персонажа на экране воплощает Сергей Светлаков. В кино появится тоже именно он. По сюжету семья Беляковых из города Таганрога приезжает на отдых в Турцию и попадает в затруднительную ситуацию: по ошибке номера отеля оказались оплаченными на следующий год, а денег на обратную дорогу нет. В отеле Беляковы встречают обеспеченную семью Дубравиных, которым они смертельно завидуют со школьных лет и во всем пытаются с ними конкурировать...

Как мы уже отметили, в роли Сергея Белякова появится Сергей Светлаков (он же является продюсером и сценаристом фильма), супругу Белякова играет Светлана Листова, их сына – Александр Новиков. Роли тех самых Дубравиных играют Андрей Мерзликин, Мария Горбань и Маргарита Галич. Режиссером киноленты стал Александр Назаров.

Фото телеканала ТНТ



## Станислав Бондаренко представил «Кукушонка»

Популярный актёр Станислав Бондаренко приступил к работе в новом сериале для телеканала НТВ – «Кукушонки». Он играет главную роль – опера Петра Кувалдина, которому в напарники дали молодого Клима Кукушкина. Как выяснилось, в полицию он попал не случайно, а по просьбе отца-бизнесмена. За это и был прозван Кукушонком.

– Этот проект заинтересовал меня сразу, – рассказывает Станислав Бондаренко – Во-первых, очень хорошо написан сценарий, а во-вторых, в нем сочетаются детективная история и юмор. В фильме будет много экшен-сцен, в которых я постараюсь участвовать без помощи каскадеров.

Фото PR НТВ



## Сергей Жуков снова взялся за «Плаксу»

В Москве стартовали съёмки продолжения молодёжного сериала «Плакса». Генеральным и музыкальным продюсером, как и в первом сезоне (он был показан на телеканале СТС), выступил Сергей Жуков. К своим ролям вернуться Ника Жукова, Ваня Дмитриенко, Роман Маякин, Агата Муцениеце и Ирина Розанова. Режиссером стал Андрей Силкин. Напомним, что это история о сложных отношениях подростков между собой, о взаимопонимании в семье и о музыке. Съёмки пройдут в Сочи и Москве.

– Большое счастье, когда родители с детьми смотрят наш сериал вместе, – говорит Сергей Жуков. – Поэтому в новых сериях мы поднимаем проблемы не только подростков, но и их родителей. Это и разводы, и неполные семьи... И героев ждут серьезные испытания, которые не так просто пройти...

Фото телеканала СТС



## Александр Горбатов сыграет Петра I

Стартовали съёмки масштабной исторической драмы «Рождение империи» производства студии «ТРИТЭ» Никиты Михалкова при участии телеканала «Россия», компании «Централ Партнершип» и поддержке Фонда Кино.

Пётр Первый вступает в войну со Швецией за выход к морю. На пути к победе его ждут испытания, разочарования, обманы и предательства – и только преодолев их, Пётр станет императором и обретет любовь, а Россия будет провозглашена великой империей.

Главные роли в картине исполняют Александр Горбатов (Пётр I), Юлия Пересильд (Анна Монс), Милош Бикович (Александр Меншиков), Ксения Утехина (Марта Скарвонская), Алексей Гуськов (Борис Шереметев).

**Инфарма** **КОГДА СУСТАВЫ ЗОВУТ НА ПОМОЩЬ** www.inpharma2000.ru

**8 (800) 201-81-91 (звонок бесплатный)**

**ДВИГАЕМСЯ БЕЗ БОЛИ**

**Проблемы с суставами, мышцами, спиной ограничивают активность, мешают заниматься любимыми делами. Требуется прием обезболивающих, которые не всегда помогают. Частой причиной болей в суставах являются остеоартроз и подагрический артрит – обменно-дистрофические нарушения, сопровождающиеся отложением солей кальция и мочевой кислоты в ткани суставов.**

Источниками избыточного кальция являются жирные молочные продукты (творог, сыр, сметана, сливочное масло и др.). Источником мочевой кислоты служит жирное красное мясо, мясные и рыбные консервы, помидоры, щавель и др. **Нарушение питания в течение многих лет приводит к «отложению солей».** Если боли в суставах являются проявлением нарушенных обменных процессов, то для восстановления их не обойтись без соблюдения диеты. Следует исключить из рациона

концентрированные молочные продукты (жирный творог, сыр, сметана, сливочное масло, сливки), сахар и сладости. Ограничить употребление красного мяса, мучных продуктов. Предпочтительно употребление овощей, морской рыбы, растительного масла, яблок, цитрусовых, круп. Очень помогают «разгрузочные» дни.

Спровоцировать обострение проблем с суставами, причиной может резкая нагрузка на неподготовленный сустав. Травмируется нежная хрящевая ткань. Отвыкшие от нагрузок мышцы ног и спины не могут надежно фиксировать сустав в правильном положении, что приводит к его травме. От этого боль, ограничение подвижности, «прострелы» в пояснице.

Как предотвратить проблему? **1.** Перед началом движения проведите **разминку для суставов:** помассируйте мышцы,

область суставов и поясницу, используя **крем для массажа.**

**2.** Ограничьте вес сумок, ходьбу на большие расстояния. **3.** **Используйте наколенник** и пояс для разгрузки поясницы.

**4.** **Надевайте обувь с невысоким каблуком, с толстой, мягкой подошвой.** **5.** **Держите суставы** и поясницу **в тепле.**

**6.** Во время работы **держите спину прямой**, не сгибайте колени полностью (**пользуйтесь низкой скамейкой**). **7.** Если дискомфорт или боль в суставе и спине появилась – прекратите нагрузку, **используйте согревающие или обезболивающие кремы.** Их нужно запастись заранее, проконсультировавшись с врачом.

**Желаем удачных выходных, хорошей погоды и здоровых суставов.**

**СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ И ИНТЕРНЕТ-АПТЕКАХ**

**8 (800) 500-92-62, 8 (800) 700-88-88, 8 (800) 775-17-58, 8 (937) 009-30-03 (звонок бесплатный)**

**СКИДКА ПРИ ПОКУПКЕ НА САЙТАХ ZDRAVCITY.RU<sup>1</sup>, ARTEKA.RU<sup>2</sup>**

**«Цитралгин», «Бишофит-гель»: помощь суставам в любом возрасте**

Косметические средства. ООО «Инфарма 2000». ОГРН: 1097746613953. 109202, г. Москва, ул. 1-я Фрезерная, д. 2/1, стр. 26. <sup>1</sup>zdravcity.ru, ООО «Здравсити», г. Москва, Чермянская ул., д. 2, стр. 1, этаж 8, помещ. 1, ком. 9. ОГРН: 1217700264561. <sup>2</sup>АО «Научно-производственная компания «Катрен», г. Химки, Вашутинское шоссе, вл. 22, ОГРН: 1025403638875.

**От 180 руб.**

РЕКЛАМА

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Оптимизируем рабочее пространство

Как организовать рабочее место, чтобы всё было под рукой и при этом не захламляло рабочую поверхность?



## Разделяем нужное и ненужное

Выбросьте старые непишущие ручки, стикеры, записки на которых уже неактуальны, порванные файлы для документов, папки, в которых не работает крепление, и другие вещи, которыми вы уже вряд ли воспользуетесь.

## Проводим тест на удобство

Убедитесь, что для работы на вашем рабочем столе достаточно хорошее освещение. Если это не так, добавьте дополнительный источник света. Это позволит предотвратить усталость глаз и сделает рабочий процесс более комфортным. Отрегулируйте высоту стола и стула/кресла под свой рост, ведь мебель, которая не подходит вам по параметрам, очень скоро отзовется болью в пояснице и шее.

## Распределяем предметы

Оцените, какими вещами в процессе рабочей деятельности вы пользуетесь наиболее часто, и расположите их на расстоянии вытянутой руки. Если площади стола недостаточно, попросите добавить стеллаж или настенные полочки, чтобы было место для хранения документов.

## Добавляем «изюминку»

Это может быть горшочек с цветком, семейное фото или декоративный элемент, напоминающий о приятном событии. Именно такие мелочи создают благоприятную атмосферу, в которую хочется возвращаться.

## На заре отношений

Согласно устойчивому стереотипу (подтвержденному, кстати, наукой), в начале серьезных отношений пара находится в такой эйфории, что многие моменты совместного проживания упускает из виду.

Люди съезжаются, пребывая «в розовых очках» по поводу дальнейшего будущего. А между тем важно обсудить некоторые вопросы до того, как переступить порог общего жилища. Вот такие, например...

## Кто дежурный?

Да-да, как в школе. Важно распределить обязанности, и чем подробнее, тем лучше. К чему ваш партнер привык в быту? Что для него проще – помыть посуду или пропылесосить? Может быть, один из вас любит гладить, а второй с упоением готовит кулинарные изыски? Тогда вы легко распределите, кто чаще будет «дежурить» по кухне, а кто возьмет на себя обязанности горничной. Наверняка найдутся домашние дела, которые не радуют обоих. Для их распределения можно составить график дежурств – это будет справедливо.

**СОВЕТ.** Очень важно, чтобы достигнутые договоренности соблюдались. Это признак взаимного уважения и заботы. А вот если график был составлен формально и один из партнеров отлынивает от своих обязанностей, стоит задуматься. Ему или ей действительно нужен спутник жизни? Или в вашем лице нашли бесплатную прислугу?



## Отдых вместе или порознь?

Чем старше люди, вступающие в отношения, тем больше у них в «багаже» привычек относительно отдыха – походы с друзьями в гараже и субботний футбол или, например, девичники с подружками по пятницам и сауна раз в месяц. Кто-то с радостью от них отказывается в пользу семейных вечеров и выходных, а кто-то считает, что имеет право на личный отдых. Это тоже стоит обсудить заранее.

**СОВЕТ.** Супруги со временем знают: партнера переделать невозможно! Ставить ультиматумы и не разрешать любимому человеку проводить время, как он хочет, бессмысленно. Не сажайте партнера на цепь, и не садитесь на нее сами! А если вы считаете, что такой раздельный отдых угрожает вашим отношениям, то не стоит их и начинать. Очевидно, что у вас слишком разные взгляды на жизнь.

## Кстати Вопросы поменьше, но тоже важные

Чем подробнее будет ваш разговор о будущей совместной жизни, тем меньше неприятных неожиданностей вас ожидает в будущем. Посвятите несколько вечеров до того, как съехаться.

- Как будете заканчивать споры и ссоры?
- Как вы любите проводить праздники?
- Как часто вы будете общаться с семьями друг друга?
- Придерживаетесь ли вы какого-либо вероисповедания и соблюдаете ли религиозные традиции?
- Планируете ли вы строить карьеру?

Существует два способа прекратить семейную ссору. Первый: не начинать её. А второй никто не знает...



## Кто оплачивает счета?

Деньги, как и работа по дому, – главная причина семейных ссор. Если официально вы еще не семья, стоит решить вопрос совместного бюджета: он у вас общий или «каждый за себя»? Договоритесь, как вы тратите заработанное, как оплачиваете коммунальные счета, сколько денег в месяц выделяете на развлечения, сколько у каждого карманных денег и т.п.

**СОВЕТ.** Чем подробнее будет разговор, тем меньше проблем и разочарований будет в вашем совместном будущем. Кстати, когда финансовые обстоятельства поменяются (найдется новая прибыльная работа или, наоборот, доходы сократятся, потому что женщина уйдет в декрет), важно будет обсудить их заново.

## А что в итоге?

Удивительно, но факт: женщина, живущая с партнером в гражданском браке, думает о себе как о замужней женщине. А мужчина, состоящий в гражданском браке, считает себя свободным. Поэтому, соглашаясь жить вместе с партнером, женщины часто уверены, что это большой шаг в сторону свадьбы. Но есть ли соответствующие планы у мужчины? Обговорив этот важный вопрос, вы избежите ложных ожиданий и разочарования на почве несбывшихся надежд.

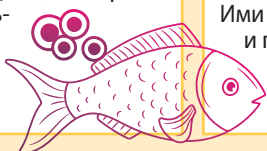
**СОВЕТ.** Если мужчина говорит, что он против брака, не надейтесь, что со временем он передумает. Вы будете ждать, теряя годы, но дождетесь ли? Может, стоит поискать человека, который разделяет ваши взгляды на брак?

Ольга БЕЛЬСКАЯ

## БЫВАЕТ И ТАКОЕ

## Откуда берутся рыбы?

Замечено, что в некоторых водоёмах, в которых раньше рыб не было, подводное население всё-таки появляется. Откуда оно берется? Вы скажете, что это человек зарыл пруд или озеро, чтобы было куда ездить с удочкой по выходным. Но на самом деле это не всегда так. Рыбья икра может попадать в водоем, прилипнув к лапкам уток. Если в новом месте условия окажутся подходящими, из икринок вылупятся мальки, которые через некоторое время создадут новую популяцию.



## Вид на ваш выбор

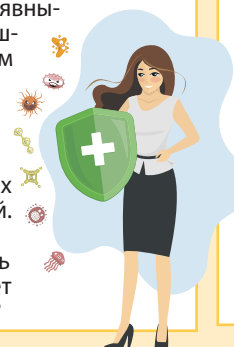
Виртуальная реальность становится всё более захватывающей и полезной для человека. Например, изобретены виртуальные окна, которые можно разместить где угодно – в подвальном помещении, в квартире с видом на стройку или в спальне без окон. Они выглядят как обычные окна, но вместо стекла в них встроены плоские экраны, демонстрирующие любой вид из окна, какой пожелаете. Ими можно управлять со смартфона и просыпаться сегодня с видом на Венецию, завтра – глядя на Альпы весной, а послезавтра – вообще на берег океана.



## Визуальный иммунитет

В процессе эволюции у нас с вами выработалось множество механизмов, позволяющих избежать болезни. Один из них действует

так: если мы видим человека с явными симптомами простуды – кашляющего, чихающего, с красным носом и слезящимися глазами, – наш иммунитет включает защитную реакцию. Это выяснили, когда исследователи показывали группе испытуемых фотографии заболевших людей. К сожалению, ответная иммунная реакция не может защитить на 100%, но даже если поможет на 20% – уже неплохо, правда?



## Игрушки из автомата

Все вы наверняка видели в магазинах автоматы, наполненные капсулами с маленькими игрушечками, жвачкой или мячами-прыгунами. Достаточно опустить в приемное устройство монетки, повернуть серебристую ручку – и в нижнее отделение выпадет случайная капсула, содержание которой – сюрприз. Так вот, в Токио есть магазин, который торгует коллекционными фигурками из мультфильмов и комиксов исключительно с помощью таких автоматов. Их в магазине примерно 3 тысячи. Коллекционеры со всей страны стремятся попасть туда в надежде заполучить редкую фигурку.

Светлана СИДОРЧУК

# ЧТО ПРИШЛО НА СМЕНУ ЛЕКАРСТВАМ?

## МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО, ИЛИ ЧТО ОТ НАС СКРЫВАЛИ УЧЁНЫЕ?

В 1972 году случилось невероятное! Парализованный англичанин после удара молнии обрёл подвижность. Этот случай даже попал в книгу рекордов Гиннеса. И, более того, не остался незамеченным нашими учёными.

Изучив возможности электрических разрядов, специалисты совершили невероятное открытие! Которое помогло найти реальный способ избавиться практически от любой боли! А как этим способом воспользоваться, Вы узнаете в этой статье.

### УЧЁНЫЕ НАУЧИЛИСЬ ОТКЛЮЧАТЬ БОЛЬ

Согласно данным опроса, у 99 % россиян в домашней аптечке есть два-три вида болеутоляющих. И лишь 1 % людей обходится без них. А ведь многие и не представляют насколько эти лекарства опасны! Исследования доказывают, что злоупотребление обезболивающими препаратами зачастую приводят к гипертонии, почечной недостаточности, язвам желудка, гастритам и многим другим печальным последствиям. Да что говорить, одна лишняя выпитая таблетка может спровоцировать инфаркт и инсульт! И, как следствие, оказаться последней. Ведь зачастую, именно приём лекарств приводит к полной интоксикации организма, разрушая его изнутри!

Что делать? И можно ли обойтись без обезболивающих?

Сегодня возможно всё! Ведь учёные нашли способ справиться с болью без таблеток. Напрашивается вопрос: как им это удалось?

Оказывается, что боль в нашем теле можно «отключить» с помощью электричества. Как это понимать?

Дело в том, что за боль в теле отвечает наша нервная система. А электрические импульсы умеют воздействовать на нервные волокна так, что боль бесследно проходит. И в таблетках больше нет нужды. Представляете?

И знаете, что самое интересное? Совсем неважно: боль эта суставная, головная или боль внутренних органов. Электростимуляция помогает избавиться от боли любого происхождения. А главное — сделать это максимально безопасно!



На основе этих исследований учёные из Екатеринбурга разработали уникальный противоболевой аппарат SELFDOCS МУВЕР.

Он стал первым в России портативным обезболивающим! МУВЕР разработан настолько грамотно и профессионально, что не просто снимает боль, но и помогает устранить её причину. И делает это в считанные минуты! Представляете? И всё это благодаря электрическим импульсам особой частоты. А знаете, что самое приятное? Что Вы можете воспользоваться этой разработкой уже сегодня, и сделать это, не выходя из дома! Аппарат уже помог тысячам людей, и теперь готов помочь именно Вам!

### УМНЫЕ ИМПУЛЬСЫ ПОМОГУТ «СЛЕЗТЬ» С МАЛОЭФФЕКТИВНЫХ ПРЕПАРАТОВ

На самом деле МУВЕР потряс весь медицинский мир! Но как ему это удалось, и в чём секрет его эффективности? Сейчас мы вам расскажем.

Всё дело в умных импульсах аппарата! Они имеют особую, низкую частоту. И Вам, чтобы избавиться от боли, достаточно лишь расположить аппарат на больном месте. Дальше МУВЕР сделает всё сам. «Умные токи» аппарата, в отличие от таблеток, действуют прямо в очаг вашей боли. Поэтому обезболивающий эффект достигается в считанные минуты. Это в несколько раз быстрее, чем действие таблетки. А главное, безопаснее. Ведь практически сразу, вместо ноющей или стреляющей боли, Вы почувствуете небывалое облегчение.

А ваш организм при этом не получит «ударов» по печени или желудку. Вы избавляетесь от боли безопасно!

К тому же МУВЕР поможет скорректировать работу нервной системы. И даже мышцы! Зажатые мышцы, которые порой не выдерживают привычной нагрузки, начнут, наконец, расслабляться.

И вместо скованности и напряжения Вы почувствуете тепло и расслабление. Кровь побежит по Вашим венам куда быстрее, разное недостающее питание и кислород. Улучшится и отток лимфы, и начнут спадать отёки и воспаления. Вот здесь-то Вас и ждёт не просто освобождение от боли, но и самовосстановление. Ведь аппарат, действуя даже в одном месте, помогает нормализовать работу всего организма в целом! Вот они — новые технологии! Вот они — Ваше оздоровление!

### ЭФФЕКТИВНОСТЬ БЬЁТ ВСЕ РЕКОРДЫ!

Говорят, победа достаётся сильнейшим. И действительно, так и есть! Именно поэтому МУВЕР не просто первый в России противоболевой аппарат. Сегодня это лидер по снятию боли! За этим аппаратом — не просто его счастливые обладатели. Его эффективность подтверждена клиническими исследованиями!

Всё дело в том, что электро-нейростимуляция, лежащая в основе действия МУВЕРА, бьёт все рекорды! Эффективность такого лечения достигает 95,8 %! Вы только представьте! Это просто феноменально!

Именно поэтому МУВЕР — это не только новейшая разработка, а высококлассное медицинское оборудование!

Аппарат запатентован (патенты РФ №2141856 и №2141304), а значит его технология продумана до мелочей и поистине уникальна. Что говорит о его высоком качестве. И даже, несмотря на свою «молодость», аппарат уже отмечен множеством наград!

Совсем недавно МУВЕР победил во Всероссийском конкурсе «Технологические решения» в Сколково. И был отмечен наградой «Инновации в медицине-2022»! Это просто фурор! Все нейрохирурги, невропатологи и травматологи были шокированы этим изобретением. И это действительно стало нашим отечественным прорывом. Который сегодня открывает невероятные возможности в лечении острой и хронической боли.

Также высокое качество аппарата было отмечено дипломом Росстандарта. А МУВЕР вошёл в сотню лучших товаров России.

МУВЕР затмил и многочисленные международные выставки, такие как «Медицина и охрана здоровья», «EXROMED», «Золотой реестр», «Высокие технологии XXI века». Внушительный список, согласитесь! И это только начало пути инновационной разработки! То ли ещё будет!

### ПОСМОТРИТЕ НА ОФИЦИАЛЬНЫЕ ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ АППАРАТА МУВЕР:

- острая и хроническая боль, связанная с патологией внутренних органов (программа Боль);
- острая и хроническая боль, связанная с заболеваниями и травмами опорно-двигательного аппарата (программа Боль сильная).

Казалось бы, всего два показания. Но ведь какие они ёмкие!

Вы, как никто, знаете, что боль и есть главная проблема, мешающая нам жить. И уже сегодня МУВЕР поможет Вам избавиться от этой проблемы, скинуть с себя оковы боли и шагнуть в новую здоровую жизнь!

### КАК СДЕЛАТЬ ШАГ К ЗДОРОВЬЮ?

Вы только представьте, что у вас уже сейчас есть аппарат МУВЕР. Какая она, Ваша жизнь?

Ответ прост: здоровая и счастливая! А стоит боли подступиться к Вам, так МУВЕР возьмет удар на себя. Как? Да очень просто. Одна процедура, и боли как и не было.

Возьмите аппарат в руки. Его размеры настолько компактны, что не превышают размеров пульта от телевизора. Посмотрите, как он удобно разместились в вашей ладони!

И именно это делает процедуру лечения такой лёгкой и комфортной. А то, что аппарат работает от батареек, это ещё одно большое преимущество.

Знаете, почему? Вам не придётся путаться в проводах или метаться в поисках розетки. Снимать боль можно абсолютно в любых условиях: дома, на даче, в санатории, да даже на скамейке! Согласитесь, здорово! Уж точно удобнее, чем искать таблетку и стакан воды, чтоб запить её. А после таблетки, ведь надо бы немножко полежать...

Благо с МУВЕРОМ таких проблем нет. Расположили аппарат на месте, где болит, и наслаждаетесь. Легкий приятный микротоковый массаж избавит Вас от боли за несколько минут. Будто кто-то умный нажал на нужные кнопки организма и усмирил боль. И Вы снова готовы идти заниматься своими делами! Великолпно! Быстро и легко! Вот она, медицина будущего! Но ведь и это ещё не всё.

В отличие от лекарств, к которым умеет привыкать наш организм, МУВЕР не вызывает привыкания. А значит, что и лечение им не теряет своей эффективности. И всё это благодаря переменному импульсному току.

Более того, в сравнении с лекарствами, МУВЕР не имеет побочных действий, а значит, не будет разрушать Ваш организм изнутри.

А Вы сможете сохранить свои желудок и печень. И сделать огромный вклад не только в здоровье и отменное самочувствие, но и в долголетие!

МУВЕР — это инновационная терапия, которая с лёгкостью адаптируется под любую боль и вычеркнет её из Вашей жизни! И сегодня такая терапия должна быть у каждого человека! Ведь именно МУВЕР помогает снизить приём лекарств, а значит сохранить здоровье Ваших внутренних органов. Это не только эффективно для Вас, но и экономно!

По статистике 85 % новых лекарств имеют минимум полезного действия. А иногда и не имеют его вообще. Поэтому, принимая лекарства, Вы попросту теряете время, а с ним и остатки здоровья. Так зачем Вам это, если можно жить хорошо и жить здорово?

Подарите себе лёгкость движения, ясную голову и высокое качество жизни. Позвоните нам прямо сейчас, и закажите аппарат МУВЕР! Запатентованная новая технология в считанные минуты избавит Вас от боли!

И Ваша жизнь уже не будет такой, как прежде! Ведь в зеркале Вы будете видеть отражение здорового и счастливого человека! Оставьте боль в прошлом, сделайте шаг навстречу здоровью! И живите долгие и счастливые годы!

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

8 (800) 511-55-86  
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!



БЕСПЛАТНАЯ  
ДОСТАВКА

WWW.PRODEX.RU<sup>1</sup>

WWW.APTEKA.RU<sup>2</sup>

ЦЕНА СНИЖЕНА!

ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ НАПРЯМУЮ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!<sup>\*</sup>

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. \*Акция действует с 10.06.2024г по 10.07.2024г Информация об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел. 8-800-511-55-86. <sup>1</sup>ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. <sup>2</sup>АО НПК "КАТРЕН" ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

«Преображение так преобразование!» – решили продюсеры СТС и подготовили шоу «На стиле с Глюк'оZой», в котором героиню не только преобразуют внешне, но и создают для неё новую среду – переделывают квартиру в соответствии с новым образом, который подходит ей гораздо больше предыдущего.

**Ч**ем еще будет интересен этот проект, какие задачи ставят перед собой создатели? Об этом и многом другом мы поговорили с ведущей нового шоу певицей Глюк'оZой (Натальей Чистяковой-Ионовой).

## Вырваться из привычного круга

– Наталья, как вам идея проекта, в котором преобразуется не только гардероб героини, но и её квартира?

– Мне очень нравится наше шоу тем, что оно несет добро, заботу и любовь, что мы помогаем людям, которым нужна поддержка. Мне также нравятся героини, то, как складывается наше общение. Проект масштабный, то есть кроме того, что участникам меняют образы и гардероб, еще и происходит полный ремонт их домов. А мы все знаем, как важно иногда вырваться из привычного круга. Мне кажется, проект поможет многим женщинам, даст им толчок и опору для

## Глюк'оZа:

# Обожаю быть разной

принятия важных решений.

– Какой вас увидят зрители в новом шоу?

– Для меня важно найти контакт с участницами, быть для них полезной, поддержать их, потому что я знаю, как мы, женщины, трепетно относимся к изменениям и своей внешности. Здесь я буду собой, такой же, как в жизни.

## В центре внимания – тип личности

– Основной принцип, которым руководствуется команда проекта, – типирование личности.

*Насколько вам близок этот подход? Вы когда-нибудь проходили тесты на тип личности, темперамент или что-то похожее?*

– Как и все читательницы женских журналов, в свое время любила проходить разные тесты. Но до съемок не знала про типирование личности. Мне очень нравится, что это тестирование говорит о сильных качествах, которые нужно развивать, на что лучше опираться. Здорово, что нет давления на участниц, потому



что не каждая обращалась к психологу, у многих даже просто слово «психолог» вызывает страх. А наш подход, наоборот, позитивно раскрепощает героинь.

– Интернет-эксперты считают, что ваш психотип – «защитник». Такие люди обладают спокойствием, хорошо разви-

шумных компаниях. Сейчас понимаю, что устаю от этого, лучше останусь наедине с собой.

## От футболок к платьям

– На что опираетесь при формировании своего стиля и гардероба? При составлении образов чем руководствуетесь? Выбираете по настроению?

– Что касается работы, конечно, многое продумывается заранее. Потому что это сцена и съемки, и здесь все зависит от локации и задач. Допустим, выступления – это всегда ярко. Я часто отталкиваюсь от того, где будет проходить мероприятие или даже для кого. В телешоу опираюсь на локацию, интерьер. Но в жизни я просто люблю удобную одежду, handmade-вещи, которые дарят друзья и мама, расслабляться дома и не думать, как выгляжу.

– Считается, что из бунтарки в начале карьеры вы трансформировались в элегантную диву с собственным узнаваемым стилем. А любовь к экспериментам осталась?

– Я обожаю экспериментировать, искать себя, быть разной. Если у меня примерка и привезли десять платьев, я всегда с удовольствием попробую все десять, потому что интересно, как они

сядут. Я люблю играть с образами, с детства обожала переодеваться. Раньше я была как хулиганистый ребенок, носила футболки и джинсы. Но со временем стала раскрывать в себе женственность и поняла, как платья могут классно подчеркивать фигуру. Мне также нравится, когда на сцене костюмы трансформируются, производят впечатление и в целом ярко дополняют выступление.

## Модно – значит уместно

– А вы из тех, кто любит часами ходить по магазинам, или предпочитаете онлайн-шопинг?

– Второе. Долго ходить по магазинам – точно не мое. Мне не нравятся большие торговые центры, потому что там большое скопление людей, очереди в примерочные. А когда вещь приезжает к тебе, спокойненько ждешь тебя дома и есть время для примерки, тогда идеально.

– Часто ли проводите ревизию гардероба? Как относитесь к тренду на винтаж?

– Мне нравится охотиться за какой-то вещью. Например, обожаю винтажные джинсовые куртки и сумки.

– Как считаете, есть ли одежды возраст, или вещи универсальны?

– Мне кажется, все должно быть умеренно и по возрасту. Но опять же, в чем человеку комфортно, что хочется. Если никогда не носила розовый цвет или джинсовые юбки, но наконец решила, почему бы и нет? Да, прошел переходный возраст, но надеть хочется. Кто запретит? Но при этом есть определенные места с дресс-кодом, так что для меня модная девушка – это все же уместно одетая девушка.

Подготовила  
Ольга БЕЛЬСКАЯ

## ПОДРОБНОСТИ

# Стиль дома – дело мужское

– Дочки советуются с вами при выборе одежды? Может, даже заимствуете какие-то вещи из гардеробов друг друга?

– Да, мы часто меняемся вещами. Тем более наши фигуры это позволяют. Девочки подросли и начинают охотиться за моим гардеробом. Со старшей у нас, конечно, разные стили, у нее свое видение. А младшая – девочка-девочка, поэтому она обожает мой гардероб.

– Ещё один аспект, который раскрывает шоу «На стиле с Глюк'оZой», – оформление интерьера в соответствии с типом личности героини. В вашем доме, где живут четыре человека с разными характерами, интерьер больше кому соответствует?

– Муж у нас главный, именно он строил дом и работал с дизайнером. Мне в этом плане очень повезло. Он трепетно от-

носит к дому. Вот ему нравится выбирать салфеточки, вилки, ковры, что угодно. Про себя не могу сказать, что я тот человек, который любит ремонт или менять что-то в интерьере. Я и по магазинам ходить не люблю. Не дай бог, надо кастрюлю выбрать, это станет испытанием. Хотя, конечно, обожаю красивые вещи, сервировку стола и сам момент превращения, когда дом начинает преобразоваться.



Боль в ногах – явление, увы, нередкое и знакомое практически всем взрослым людям. Однако далеко не все спешат обращаться с этой проблемой к врачу.

**И**напрасно – ведь при своевременной диагностике лечение может быть очень успешным. Наши ноги – это достаточно сложная структура, состоящая из костей, хрящей, суставов, сосудов, мышц, кожи и т.д. И вся эта структура пронизана нервными волокнами – то есть источником боли может стать проблема в любом из ее элементов. Боль в ногах может быть некротическим симптомом – например, связанным с непривычной повышенной физической нагрузкой или неудобным положением тела. Такая боль довольно быстро проходит без лечения и без последствий. Но может быть и симптомом серьезных нарушений в организме, несущих угрозу здоровью. Поэтому при появлении болей в ногах, особенно регулярных, необходимо обратиться к врачу и ни в коем случае не заниматься самолечением.

# Почему болят ноги

## Основные причины болей в ногах

**Ноги могут болеть по многим причинам. Перечислим лишь некоторые, наиболее распространенные:**

- избыточная нагрузка (причина мышечных болей);
- тендинит (воспалительное заболевание сухожилий);
- лигаментит (воспалительное заболевание связок);
- миозит (воспаление мышечной ткани);
- артрит;
- артроз;
- варикоз;
- подагра;
- повреждение менисков;
- плоскостопие.



## Подагра

При подагре в суставах скапливается соль мочевой кислоты, что вызывает воспаление. Это заболевание характеризуется сильными болями и отеками. Лечение подагры занимается врач-ревматолог.

## Артроз

Артроз – это необратимое заболевание, при котором разрушается хрящевая ткань и деформируется костная. Как правило, артроз возникает из-за естественного старения организма, но его причиной могут стать и другие факторы: ожирение, нехватка полезных веществ, травмы, чрезмерные нагрузки на ноги, а также некоторые заболевания (сахарный диабет, гиперпаратиреоз и др.). Лечение артроза направлено на предотвращение прогресса заболевания, улучшение функциональности суставов и уменьшение болезненности. Занимаются лечением артроза ревматолог и ортопед.

## Варикоз

Варикоз – это хроническое заболевание, характеризующееся расширением вен на ногах. При варикозе отток крови от ног к сердцу нарушается, что приводит к ее застою, в результате чего на ногах появляются венозные узлы. Варикоз проявляется также ноющими болями, особенно после нагрузок. Лечение варикоза занимается врач-флеболог.

## Артрит

Несмотря на то что при артрите также воспаляются суставы, это заболевание является ревматическим. Боль при артрите – сначала неявная и слабая – в течение нескольких месяцев усиливается и особенно сильно ощущается при прощупывании. Лечение артритов занимаются ревматолог, терапевт, хирург.

## Воспалительные заболевания

- Почему у вас на ногах такие кривые пальцы?
- Из-за убеждений...?
- Каких убеждений?
- Я убеждена, что у меня 33-й размер ноги.



Тендинит, лигаментит и миозит – воспалительные заболевания, вызывающие боль. Характер ее может быть разным: тупая, пульсирующая, острая, тянущая, резкая. Причиной этих заболеваний может стать переохлаждение, травмы, перенапряжение мышц, а также вирусные и паразитарные инфекции. Лечение тендинита и лигаментита занимается врач-ортопед. Лечение миозита могут заниматься и невролог, и ревматолог, это зависит от этиологии заболевания, поэтому обращаться нужно к терапевту, который даст направление к нужному специалисту.

## Избыточная нагрузка

Мышечная боль (крепатура) может возникать из-за слишком интенсивных тренировок, долгого стояния или нахождения в неудобной позе, подъема тяжестей. Такая боль имеет ноющий характер, усиливается во время движения, но, как правило, проходит без следа в течение трех суток.

*Мы перечислили лишь основные причины болей в ногах из множества возможных. Определить точную причину и назначить правильное лечение может только врач. В большинстве случаев эффективность лечения напрямую зави-*

## Плоскостопие

При плоскостопии изменяется форма свода стопы – на ее внутренней стороне исчезает арка, необходимая для амортизации. Это ортопедическое заболевание, при котором боль появляется в области свода стопы или пятки, реже – в спине. Исправлением плоскостопия занимается травматолог-ортопед, в некоторых случаях может потребоваться хирургическое вмешательство.

*сит от правильной диагностики и своевременного начала. Поэтому не стоит заниматься самолечением. Лучше как можно скорее обратиться к врачу, особенно если боли в ногах не проходят достаточно долго.*

## ПОТЕРЯ СЛУХА УБИВАЕТ МОЗГ! УЗНАЙТЕ, ЧТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ ПОБОРОТЬ ТУГОУХОСТЬ И НЕ ДОПУСТИТЬ ДЕГРАДАЦИИ

Ученые считают, что снижение слуха может ухудшить умственные способности – внимание, память, мышление, речь. Исследование, проведенное в институте Хопкинса, показало, что люди с нарушениями слуха могут терять более 1 кубического сантиметра мозговой ткани в год. Особенно страдают части мозга, отвечающие за обработку речи и звуков. Также сокращаются средняя и нижневисочная извилины, что свидетельствует об ухудшении памяти и ранних стадиях болезни Альцгеймера.

Патологические изменения возникают в связи с «обеднением» слуховой коры. Она сокращается из-за отсутствия стимуляции звуками. Кроме того, у людей с возрастными нарушениями слуха часто ухудшается равновесие. Они могут падать и получать серьезные травмы, иногда несовместимые с жизнью.

**Можно ли вернуть слух и улучшить функциональность мозга?**

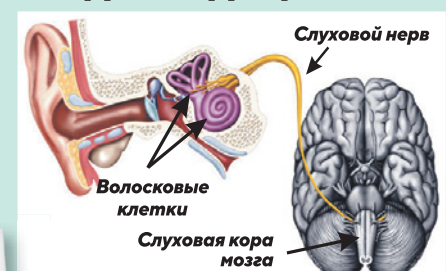
По мнению ученых, это реально сделать. Пока человек жив, его организм может восстанавливать клетки и создавать новые. Однако клетки ушного аппарата очень сложные и нежные, поэтому регенерируют непросто. Помочь запустить процесс восста-

новления может специальная формула. Она включает аллантоин, Д-пантенол, экстракт эмблики лекарственной и серебро коллоидное. На основе этой формулы ученые создали ушные капли «Сенсолан».



**Как капли «Сенсолан» воздействуют на органы слуха?**

Капли «Сенсолан» способствуют нормализации кровообращения, стимуляции ушных нервов и отделов мозга, отвечающих за обработку звуков. Это помогает создать в организме благоприятные условия для восстановления волосковых клеток ушей и нейронов в мозгу, улучшения слуха и когнитивных способностей.



**Кому могут быть рекомендованы капли «Сенсолан»?**

Людям с тугоухостью и другими возрастными нарушениями слуха, воспалительными заболеваниями ушей, проблемами со слухом после травм или воздействия громких звуков, а также при наличии когнитивных ухудшений, вызванных заболеваниями ушей. Капли могут помочь восстановить волосковые клетки и «нарастить» слуховую кору, что подарит не только острый слух, но и ясный ум и хорошую память.

**СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ» ПОДАРОК «СЕНСОЛАН»**

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему ПОДАРОК\* – «Сенсолан»

**Для этого сделайте 2 простых шага:**  
1. **Позвоните по телефону 8-800-302-30-30** и назовите промокод акции **0782**  
2. **НЕОБРАТНО БЕСПЛАТНО** получите Ваш ПОДАРОК\* – «Сенсолан»

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!**  
Акционное предложение действует с 10 июля по 10 сентября 2024 г.

**ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!** Доставка за счет производителя!

**Светлана ИВАНОВА. Редакция благодарит врача-терапевта и кардиолога Л.П. Лукшину за помощь в подготовке материала**

ИП Лутова Юлия Александровна. ИНН: 027702311387. ОГРНИП: 320028000047860. 450022, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Минигали Губайдуллина, д. 25/1, кв. 58. Срок проведения акции с 10 июля по 10 сентября 2024 г. \* Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.

Рагу из овощей популярно во всём мире, особенно в сезон, когда эти овощи поспевают. Объясняется эта популярность очень просто: блюдо готовится быстро и практически из всего, что есть под рукой.

Овощное рагу хорошо еще и тем, что его рецепт можно менять по своему вкусу и усмотрению. Можно смело экспериментировать с ингредиентами – убирать одно, добавлять другое – и их количеством, можно использовать разные специи и приправы и т.д. и т.п. Даже процесс приготовления можно изменить «под себя», ведь кто-то любит, чтобы овощи в рагу слегка хрустели, а кто-то – чтобы они были максимально мягкими.

## Рагу из овощей и лисичек по-лейпцигски

Немецкая кухня.  
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 56 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г мелкого молодого картофеля ■ пучок редиса
- 250 г стручкового зеленого гороха (или стручковой фасоли) ■ 2 крупные моркови ■ 1 крупная белая луковица ■ 150 г мелких лисичек ■ 150 г шпика
- 1 лимон ■ 90 г сливочного масла ■ 2 стебля Melissa (или эстрагона) ■ молотый черный перец ■ соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 С лимона снять цедру с помощью мелкой терки, с Melissa оборвать листья.
- 2 Редис и картофель вымыть, лук и морковь нарезать кубиками, шпик – тонкими полосками.
- 3 Обжарить шпик на сливочном масле (30 г) до прозрачности, добавить картофель, редис, морковь, лук, посолить, влить 1 стакан горячей воды, тушить под крышкой 40-45 минут.
- 4 Добавить листья Melissa, накрыть посуду с рагу крышкой, снять с огня.
- 5 На оставшемся масле поджарить лисички, в процессе посолить, поперчить.
- 6 Разложить рагу по тарелкам, сверху положить лисички, посыпать цедрой.

# На овощное рагу за столом всех соберу



## Рагу со сладким бататом

Марокканская кухня.  
На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 53 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 батат ■ 2 кабачка
- 2 сладких перца
- 2 помидора ■ 1 огурец
- 2 луковицы ■ 1 морковь
- 100 мл растительного масла ■ 2 ст. л. соевого соуса
- 1 ст. л. куркумы ■ сушеные пряные травы по вкусу



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Овощи нарезать кубиками. В воке разогреть растительное масло, обжарить батат.
- 2 Добавить морковь, обжарить. Добавить лук, обжарить до прозрачности.
- 3 Добавить кабачки и огурец, обжаривать еще 3-5 минут. Добавить сладкий перец, жарить еще 2-3 минуты.
- 4 Добавить помидоры, жарить 2-3 минуты, добавить соевый соус и специи, если нужно, влить горячей воды (60-100 мл), тушить до готовности.

## Овощное рагу со свиной

Кавказская кухня.  
На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 112 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г свинины ■ 2 помидора
- 2 баклажана ■ 1 сладкий перец ■ 1 головка чеснока
- 2 луковицы ■ 40 г сливочного масла ■ растительное масло ■ 2 ст. л. сушеного молотого лука ■ пучок кинзы
- специи для мяса ■ соль ■ молотый черный перец



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Мясо нарезать кубиками, овощи и кинзу – крупно.
- 2 В сотейнике разогреть два вида масла, обжарить мясо и лук (3-5 минут).
- 3 Добавить баклажан и специи, поперчить, жарить, помешивая, 5 минут.
- 4 Добавить сладкий перец, жарить еще 4-5 минут.
- 5 Добавить помидоры и сушеный лук, тушить 5 минут. Добавить чеснок и кинзу,
- 6 перемешать; через 2-3 минуты снять с огня.

## Сабджи

Индийская кухня.  
На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 83 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г молодого картофеля
- 1 морковь ■ 1 кочан брокколи ■ 100 г стручковой фасоли ■ растительное масло
- 2 ч. л. зерен горчицы
- по 0,5 ч. л. семян кумина (зиры) и кориандра
- 1 ч. л. куркумы ■ соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Картофель и морковь нарезать кубиками, фасоль – кусочками 3-5 см, капусту разобрать на соцветия.
- 2 В глубоком сотейнике разогреть 3 ст. л. растительного масла, добавить горчицу, кумин и кориандр, через 30 секунд добавить картофель и морковь, жарить 5 минут.
- 3 Добавить в сотейник брокколи и фасоль, посолить, всыпать куркуму, влить 300-400 мл горячей воды, довести до кипения, убавить огонь до минимального; томить под крышкой, не перемешивая, около часа (жидкость должна почти полностью испариться).
- 4 Готовый сабджи перемешать и сразу подавать.

### Кстати

В приготовлении овощного рагу есть два секрета. Первый: все овощи должны быть нарезаны одинаковыми кусками. Второй: закладывать овощи в посуду нужно с учетом скорости их приготовления. Сначала закладываем те, что готовятся дольше всего (картофель, морковь), последними – те, что готовятся очень быстро (стручковая фасоль, капуста, помидоры). Например, зелень лучше всего закладывать вообще «под крышку» (готовое рагу снять с огня, положить зелень, перемешать) или посыпать ею рагу уже на тарелке.

## Соте с баклажанами

Французская кухня.  
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 47 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 2 баклажана ■ 2 сладких перца ■ 2 помидора
- 1 морковь ■ 1 крупная луковица ■ 1-2 зубчика чеснока ■ небольшой пучок петрушки ■ 1-2 веточки тимьяна ■ щепотка орегано
- растительное (оливковое) масло ■ молотый черный перец ■ соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Перцы разрезать пополам, удалить семена и перегородки, баклажаны разрезать пополам вдоль, лук нарезать мелкими кубиками, чеснок – очень мелкими кубиками, морковь – тонкой соломкой (или натереть на крупной терке), петрушку некрупно нарубить.
- 2 Выложить баклажаны, перцы и помидоры на застеленный бумагой для выпечки противень, сбрызнуть растительным маслом; запекать в разогретой до 200 градусов духовке 25 минут.
- 3 Помидоры и перцы извлечь из духовки, дать немного остыть; баклажаны оставить в духовке еще на 15-20 минут.
- 4 Лук обжарить на растительном масле до прозрачности, добавить морковь, жарить до перемены цвета.
- 5 Нарезать перцы, помидоры и баклажаны одинаковыми небольшими кубиками, сложить в кастрюлю с толстым дном, добавить чеснок, обжаренные лук и морковь, всыпать орегано и листики тимьяна, влить 2-3 ст. л. растительного масла и немного (~50 мл) горячей воды, посолить, аккуратно перемешать, готовить 5-6 минут.
- 6 При подаче поперчить и посыпать петрушкой.



Хочется верить, что всё в нашей жизни предreshено заранее.

**Е**сли это действительно так, то мы находимся в определенном месте потому, что должны быть именно там и именно в эту минуту.

## Соревнования на короткую дистанцию

У меня есть закадычная подруга, с которой в детстве мы были неразлучны практически 24 часа в сутки: Лида с родителями жила на нашей лестничной площадке. Возраст у нас был примерно одинаковый, интересы совпадали, и двери в квартирах не закрывались из-за наших постоянных передвижений туда-сюда.

Когда подружка с родителями переехала в другой город, я очень страдала. С Лидой связь не терялась: на каникулах ездили друг к другу в гости, когда появились личные мобильные телефоны – ежедневно созванивались. Главным предметом разговора, разумеется, были мальчики. Подружка моя – девушка влюбчивая, постоянно кого-то цепляла взглядом, а потом страдала из-за разделенных чувств. Я в этом плане более приземленная, но желание не отставать от Лиды заставляло приукрашивать и сочинять истории. Разговоры наши выглядели примерно так:

– Вчера по дороге из магазина я встретилась взглядом с умопомрачительным парнем. У меня сердце провалилось, полночи не спала. Надо было познакомиться.

– А мне передали записку от неизвестного. Он давно влюблен в меня и хочет встретиться. Как думаешь, пойти?

# Любовь по обмену



“  
Каждый делает свою судьбу, и каждого она делает”,  
Иван Тургенев

– Кто записку передал?  
– Какая разница...

Разумеется, о том, что Лида собирается замуж, первой узнала я.

– Можешь меня поздравить! – кричала в телефонную трубку подруга. – Я влюбилась! На этот раз глубоко и окончательно. Его зовут Лев, и я выхожу за него замуж. Бросай все и приезжай, надо успеть подготовиться.

## Вишенка на торте

В город, где жила Лида, я приехала поздно вечером. Подруга – тот еще гурман-сладкоежка, и я отправилась на поиски ее любимого торта. Была надежда на кафе-магазин, которое находилось недалеко от ее дома.

На витрине красовался тот самый торт – я вздохнула с облегчени-

ем и попросила его упаковать.

– Извините, о нем спрашивал тот молодой человек, – девушка-продавец махнула рукой в сторону парня с телефоном у окна. – Ему надо было ответить на срочный звонок, и мы не успели оформить покупку.

– Значит, его забираю я. Девушка не спешила упаковывать торт и выжидательно смотрела на молодого человека.

– Это же мой торт! – воскликнул подошедший к витрине парень. – Я его уже купил.

– Неправда, вы не оплатили покупку, значит, это право перешло ко мне.

– Я беру его для своей невесты.

– А я для своей подруги, которая тоже собирается замуж.

– Но моя девушка предпочитает именно этот торт. – И моя подруга тоже.

Мы внимательно посмотрели друг на друга и одновременно воскликнули:

– Лев?  
– Маргарита?

И стали хохотать под удивленным взглядом продавщицы.

– Торт брать будете?

– Будем! – снова хором ответили мы, продолжая смеяться.

## Как в кабинете физики

К Лиде отправились уже вместе. Всю дорогу непринужденно болтали, было ощущение, что знакомы много-много лет. Нам оставалось дойти совсем немного – свернуть за угол и еще немного по двору, как на улице началось светопреставление. Грянул гром, сверкнула молния и через несколько секунд начался ливень как из ведра. В ближайшую арку мы вбежали уже промокшими до нитки.

А потом произошло то, что бывает во время школьных опытов в кабинете физики, когда между двумя сближенными шарами сверкает разряд. Магнетическое притяжение было ошеломляющим и неоспоримым, будто невидимая

сила толкала нас друг к другу. А может, наши души были одинаково настроены в тот день, как два камертона, и отзывались одинаковым числом колебаний. Время остановилось. Я видела только его глаза, погружаясь в них, как в омут.

Дождь закончился так же неожиданно, как и начался. Оставалось завершить наш марш-бросок до пункта назначения, но делать этого не хотелось.

– Лида ждет, надо идти, – я первая пришла в себя.

– Надо, – как эхо повторил Лев, не тронувшись с места...

Лида открыла дверь и удивленно вскинула брови:

– Уже познакомились? А видок у вас, как у нашкочивших котеек: смешные, мокрые, смущенные...

– Но с тортиком! – преврал подругу ее жених. – Из-за него мы и познакомились.

Лида заливалась счастливым смехом, слушая историю нашей встречи, а у меня на душе скребли кошки.

## Два + два

Запланированная неделя для решения оргпросов пролетела незаметно. Целыми днями мы с подружкой мотались по магазинам, перемерили не один десяток платьев, с визажистом искали идеальный образ невесты, составляли список гостей, продумывали меню. Лев занимался транспортом, рестораном, ведущими, фейерверком. Но с каж-

дым днем предсвадебные хлопоты давались мне все тяжелее.

Накануне моего отъезда Лида приболела, и в загородный отель, где планировалось провести торжество, мы отправились вдвоем со Львом. В машине молчали. Въезжая на территорию пансиона, он вдруг сказал:

– Не хочу эту свадьбу. Знаешь почему? – и, не дождавшись моего ответа, продолжил: – Потому что встретил тебя.

– Мы не должны, не имеем права, – из моих глаз катились крупные слезы.

А потом случилось то, что должно было в конце концов обязательно случиться.

Я уехала в тот же вечер, даже не попрощавшись с Лидой – не смогла взглянуть ей в глаза. Дальнейшие события стали развиваться столь неожиданно и стремительно, что я только и думала: неужели все это происходит наяву?

Ко мне приехал Лев, который отменил свадьбу. Следом за ним примчалась подружка, не пожелавшая смириться с новыми обстоятельствами. Узнав о появлении в моей жизни другого человека, мой уже бывший развил бурную деятельность по возвращению меня. Игра «хочу свое обратно» так увлекла Лиду и Володю, что они и сами не заметили, как стали парой.

А свадьбу мы все-таки сыграли. Вернее две: мою и Льва, Лиды и Владимира. Как говорится, не было бы счастья...

МАРГАРИТА

### ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



## Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

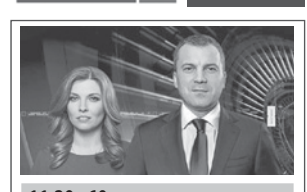
**7 ПЕРВЫЙ**



05.00 «Доброе утро»

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 20.00 «ИЩЕЙКА». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ДВА БЕРЕГА». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



11.30 «60 минут». (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+)
- 13.00 «ХУДОЖНИК». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.35 Вести. Местное время
- 15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «Малахов». (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ПЯТАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+)  
1964 год. Заканчиваются экзамены в пединституте, и бывшие студенты скоро разведутся кто куда по распределению..
- 00.50 XXXIII Международный фестиваль «Славянский базар в Витебске»
- 02.35 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
- 04.10 «ВАСИЛИСА». (12+)

**НТВ**



08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 11.00 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)  
Обостряется борьба за министерское кресло. Главные претенденты от Петербурга - это Демидов и Ковалев.
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «МЕЛЬНИК». (16+)
- 03.30 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)

**СТС СТС**



06.00 Ералаш. (16+)

- 06.00 Ералаш. (16+)
- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 «ГАЛЯ, У НАС ОТМЕНА!» (16+)
- 11.00 «ВОЛК И ЛЕВ». (6+)
- 13.10 «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ». (12+)
- 15.05 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД: БЕНЕФИС». (16+)
- 17.20 Уральские пельмени. (16+)
- 18.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 21.00 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)  
Одержимый жаждой власти царь Гиперион хочет уничтожить род людской и низвергнуть богов.
- 23.05 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
- 01.00 «БЫВШИЕ: HAPPY END». (18+)
- 02.55 «ПИЩЕБЛОК». (18+)
- 03.35 «КРЫША МИРА». (16+)
- 04.50 «6 кадров». (16+)
- 05.00 «Мультфильмы». (16+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

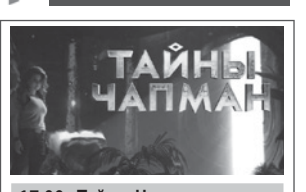
**ТНТ ТНТ**



17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)  
Нина тревожится о своей племяннице и едет в Стлард, чтобы выяснить что происходит между Сашей и Сергеем...
- 09.00 «Выжить в Дубае. Возвращение». (16+)
- 11.50 «Титаны». (16+)
- 14.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 20.00 «ИРА». (16+)
- 21.30 «Однажды в России». (16+)
- 22.30 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ: ВОССТАНИЕ МАШИН». (12+)
- 00.25 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ». (12+)
- 02.20 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2». (12+)
- 03.50 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3». (12+)
- 05.20 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**REN**



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

- 05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «57 СЕКУНД». (16+)
- 21.50 «Смотреть всем!» (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <p><b>ПЯТНИЦА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Гастротур. (16+)</li> <li>05.30 Пятница News. (16+)</li> <li>06.10 Зовите шефа. (16+)</li> <li>07.30 Мастер-кондитер. (16+)</li> <li>08.50 Секреты на кухне. (16+)</li> <li>10.00 Битва шефов. (16+)</li> <li>16.40 Черный список. (16+)</li> <li>21.50 Черный список. На кухне. (16+)</li> <li>00.00 «СОЛОМЕННАЯ ШЛЯПКА». (12+)</li> <li>02.10 Пятница News. (16+)</li> <li>02.30 Инсайдеры. (16+)</li> <li>04.10 Черный список. (16+)</li> <li>04.40 Пятница News. (16+)</li> </ul>   | <p><b>ЧЕ!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Утилизатор. (12+)<br/>Профессиональный боец с автокламом уже очистил столичные улицы от «ведер с гайками», настало время новости порядка во всей стране!</li> <li>06.10 Дорожные войны 2.0. (16+)</li> <li>07.00 Дорожные войны. (16+)</li> <li>10.45 Дорожные войны. (16+)</li> <li>11.15 «СОЛДАТЫ-15». (16+)</li> <li>20.00 02.40 Решала. (16+)</li> <li>21.00 Заступницы. (16+)</li> <li>23.00 Опасные связи. (18+)</li> <li>05.00 Дорожные драмы. (16+)</li> </ul>   | <p><b>ОТР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 «Утро вместе». (12+)</li> <li>09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение</li> <li>15.10 «Коллеги». (12+)</li> <li>15.50 «Новости Совета Федерации». (12+)</li> <li>16.05 «За дело!» (12+)</li> <li>17.00 «Формула здоровья». (12+)</li> <li>18.00 «Губернские новости». (12+)</li> <li>20.40 03.55 «КРИК СОВЫ». (16+)</li> <li>22.25 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)</li> <li>01.10 ОТражение. Главное. (12+)</li> </ul>  |
| <p><b>Ю</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>10.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</li> <li>12.00 «Шоу Метод Юлии Ивлиевой». (16+)<br/>Юлия - мастер в области психологии, основательница Метода легализации правды. Её метод помогает человеку осознать, что все события в жизни имеют смысл и связаны между собой, и принять свою судьбу.</li> <li>13.05 «Супербабушка». (16+)</li> <li>16.40 «Беременная в 45». (16+)</li> <li>21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</li> <li>00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</li> <li>02.00 «Измены». (16+)</li> <li>03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> </ul> | <p><b>МИР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости</li> <li>06.10 Вместе выгодно. Туризм. (12+)</li> <li>06.35, 10.20 «МЕСТЬ И ЗАКОН». (16+)</li> <li>10.10 Белорусский стандарт. (12+)</li> <li>11.00 «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ». (16+)</li> <li>13.15 Мировое соглашение. (16+)</li> <li>14.10, 15.05, 16.15 Дела судебные. (16+)</li> <li>17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</li> <li>18.50 Игра в кино. (16+)</li> <li>21.35 Миллион за 5 минут. (16+)</li> <li>22.20 Закрытие Международного фестиваля искусств «Славянский базар в Витебске». (12+)</li> <li>02.35 Наше кино. (16+)</li> </ul> | <p><b>ПОБЕДА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>04.25 «Путь к Победе». (16+)</li> <li>05.25 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». (16+)</li> <li>06.40 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)</li> <li>08.00 «ПАЛАЧ». (16+)</li> <li>17.30 «ПЛАМЯ ПОД ПЕПЛОМ». (16+)<br/>Подполковник Алексей Акулич служит в Противоминном центре Министерства обороны Республики Беларусь. Его отряд освобождает территории республики от взрывоопасных предметов, находящихся в земле со времен Великой Отечественной войны.</li> <li>23.59 «Путь к Победе» (16+)</li> <li>01.00 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ». (16+)</li> <li>02.50 «ОДНА ВОЙНА». (16+)</li> </ul> |

**ДЕТСКИЕ**

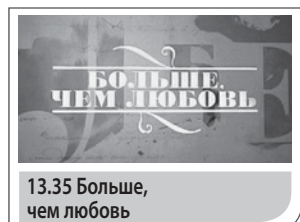
- |  |   |
|--|---|
| <p><b>КАРУСЕЛЬ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Ранние пташки. «Дракошья», «Фиксики», «Смешарики», «Барбоскины». (0+)</li> <li>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>07.30 «Цветняшки!» (0+)</li> <li>07.45 «Петроникс». (0+)</li> <li>08.10 «Отель у овечек». (0+)</li> <li>09.30 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)</li> <li>09.40 «Смеш! Юные супергерои». (0+)</li> <li>10.45 «Простоквашино». (0+)</li> <li>11.45 «Буба». (6+)</li> <li>12.50 «Люк - путешественник во времени». (6+)<br/>Мальчик Люк путешествует во времени и спасает важные исторические и культурные ценности.</li> <li>13.35 «Диностер». (6+)</li> <li>14.05 «Инфинити Надо». (6+)</li> <li>14.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)</li> <li>16.00 Час «Союзмультфильма». (6+)</li> <li>17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</li> <li>17.10 «Кошечки-собачки». (0+)</li> <li>18.35 «Оранжевая корова». (0+)</li> <li>19.45 «Царевны». (0+)</li> <li>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>21.20 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>22.05 «Карбот». (6+)</li> <li>22.35 «Дикие скричеры!» (6+)</li> <li>23.00 «Гризли и лемминги». (6+)</li> <li>00.30 «Машины сказки», «Машины страшилки», «Машины песенки». (0+)</li> <li>02.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)</li> <li>03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)</li> </ul> | <p><b>МУЛЬТ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)</li> <li>07.00 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>08.00, 13.30, 19.00, 23.00, 04.35 «Барбоскины». (0+)<br/>Веселый мультсериал, который рассказывает о жизни детей и подростков с их интересами и увлечениями. Семья Барбоскиных - самая обычная, где есть папа, увлекающийся компьютером, мама, мечтающая о сцене и пятеро детей со своими интересами в жизни.</li> <li>09.00 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>10.00, 17.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>11.00, 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>13.00 «Кошечки-собачки. Милые песни. Рифмовалка». (0+)</li> <li>13.05, 03.00 «Кошечки-собачки». (0+)</li> <li>15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)</li> <li>15.15 «Простоквашино». (0+)</li> <li>17.00 «Мотофайтеры». (6+)</li> <li>18.00, 02.15 «Лунтики». (0+)</li> <li>20.00 «Мини-Мишки. Лисоня». (0+)</li> <li>21.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>22.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Летим за тобою». (0+)</li> <li>22.05 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)</li> <li>00.00 «Турбозавры». (0+)</li> <li>00.35 «Буба». (6+)</li> <li>03.35 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)</li> <li>05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)</li> </ul> |
|--|---|

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <p><b>365 365 ДНЕЙ ТВ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>00.00 Неизвестные сражения Великой Отечественной: Битва за Великие Луки. (12+)</li> <li>00.45, 10.05 Кольцо «А». (12+)</li> <li>01.00, 04.50, 21.00 Великие битвы России. (12+)</li> <li>01.50 Выбор полковника Абеля. (12+)</li> <li>02.35, 10.20, 10.45, 22.05, 22.35 Трудные вопросы истории России. (12+)</li> <li>03.05, 07.05, 11.15, 15.10 Историограф. (12+)</li> <li>03.55 Историада: Война и военное дело в Древнем Египте. (12+)</li> <li>05.45 Обыкновенная история: Спичка. История 1. (6+)</li> <li>05.55 Девочки. (12+)</li> <li>07.50, 17.45 Семь дней истории. (12+)</li> <li>08.00, 09.00, 12.00, 13.05 Афганистан 1979-1989. (16+)</li> <li>14.10 Карибский кризис. Послесловие. (12+)</li> <li>16.00 Вторая мировая. Великая Отечественная: Охота на вождя. (16+)</li> <li>16.55 Россия глазами иностранцев. (12+)</li> <li>17.55 Артековский закат. (12+)</li> <li>19.00 Северный морской путь. (16+)</li> <li>20.00 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+)</li> <li>23.05 В поисках утраченного искусства: Вермеер. Потерянная жемчужина Делфта. (12+)</li> <li>23.30 В поисках утраченного искусства: Наследие Сезанна. (12+)</li> </ul> | <p><b>VJU HISTORY</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Никогда больше. (16+)</li> <li>07.00 Древние суперстроения: Лувр. (12+)</li> <li>08.00 Человек из Толлунда. (16+)</li> <li>09.05 Древнеегипетские писцы. (16+)</li> <li>10.05 Чаплин против ФБР. (16+)</li> <li>11.05 Мартин Лютер Кинг и ФБР. (16+)</li> <li>12.00, 12.55 Разгадка тайны пирамид. (12+)</li> <li>13.50 Монархи: удержат ли корону любой ценой: Отказ от традиций. (16+)</li> <li>14.50 Судьбы. (16+)</li> <li>15.55, 16.25 Крепость госпитальеров, Израиль. (12+)</li> <li>16.55 Древние суперстроения: Ангкор-Ват. (12+)</li> <li>18.00 Хомо Сапиенс: история одного вида. (12+)</li> <li>19.05 Индейцы Великих равнин. (16+)</li> <li>20.00, 21.05 Место преступления: древность. (16+)</li> <li>22.05 Освобождение Европы: От Буга до Одера. (16+)</li> <li>22.50 Освобождение Европы: Пражский прорыв. (16+)</li> <li>23.40 Парк Мегиддо, Израиль. (12+)</li> <li>00.05 Церковь усения Богородицы, Израиль. (12+)</li> <li>00.35 Древние суперстроения: Лувр. (12+)</li> <li>01.35 Человек из Толлунда. (16+)</li> <li>02.30 Древнеегипетские писцы. (16+)</li> <li>03.25 Чаплин против ФБР. (16+)</li> </ul> | <p><b>ДОКТОР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 11.15, 18.45, 02.50 О самом главном. Отказ от вредных привычек: синдром отмены. (12+)</li> <li>06.55 Большой скачок. Сахар. (12+)</li> <li>07.20, 21.10, 03.45 Доктор, мне только спрсить. Павел Богомолов. (12+)</li> <li>07.50 Доктор на работе. (12+)</li> <li>10.45 Еда. Мясо. (12+)</li> <li>12.15 Без халатов. Константин Иванов и Татьяна Виногорабова. (12+)</li> <li>12.45 Доктор, мне только спрсить. Дмитрий Карпенко. (12+)</li> <li>13.15 Эпоха антибиотиков. (12+)</li> <li>14.05 О самом главном. Как болезнь Крона разрушает кишечник. (12+)</li> <li>15.00 Доктор на работе. Прямой эфир. (12+)</li> <li>17.55 Я, человек. Фильм 2. (12+)</li> <li>19.45, 05.35 От первого лица. Екатерина Бурмистрова. Бабушка или няня. (12+)</li> <li>20.15, 01.30 Без халатов. Антон Родионов и Леонид Туморин. (12+)</li> <li>20.45, 04.40 Большой скачок. Инстинкт самосохранения. (12+)</li> <li>21.40 О самом главном. Уход за руками в холодное время года. (12+)</li> <li>22.40 Доктор на работе. Лучшее. (12+)</li> <li>01.00 ДокТок с Эвелиной Закамской. Ментальное здоровье. Эпидемия психических болезней? (12+)</li> <li>01.55 Дети мечты. (12+)</li> <li>04.10 Скажите, доктор! (12+)</li> </ul> |
|---|---|---|

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

РОССИЯ К  
Культура



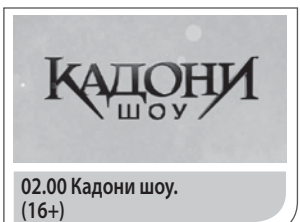
13.35 Больше, чем любовь  
06.30 «Новые люди Переславля и окрестностей»  
07.20 Театральная летопись  
07.45 «Предки наших предков»  
08.25 «Жизнь и судьба»  
08.45 14.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА»  
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры  
10.15 «Наблюдатель»  
11.10 ХХ век  
12.00 «Роман в камне»  
12.45 «История одной вселенной»  
13.35 01.10 Больше, чем любовь  
15.30 01.55 «Рахманинов»  
16.30 «Коллекция»  
17.15 23.45 «СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН»  
19.00 «Кто мы?»  
19.45 Письма из провинции  
20.15 «Спокойной ночи, малыши!»  
20.30 Спектакль «Безумный день, или Женитьба Фигаро»

ТВЦ



22.35 «10 самых...» (16+)  
06.00 «Настроение»  
08.10 05.00 «Москва резиновая». (16+)  
08.40 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ». (12+)  
10.40 02.15 «Назад в СССР». (16+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 События  
11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ДУЭЛЬ». (16+)  
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)  
14.50 Город новостей  
15.05 02.55 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ». (16+)  
17.15 «Фактор без опасности». (12+)  
18.05 «МАРЛЕН». (16+)  
22.35 «10 самых...» (16+)  
23.05 «Знак качества». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.35 «Петровка, 38». (16+)  
00.55 «90-е. Преданная и проданная». (16+)  
01.35 «Звёздные войны: братья и сёстры». (16+)  
04.30 Тайна песни. (16+)

3 ТВ-3



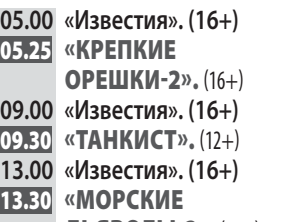
02.00 Кадоши шоу. (16+)  
06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)  
06.45 «Мультфильмы». (0+)  
08.00 «Леди Баг и Суперкот». (6+)  
08.30 15.00 Новости. (16+)  
08.40 16.15 «Слепая». (16+)  
09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)  
10.00 14.30 Гадалка. (16+)  
11.15 Знаки судьбы. (16+)  
12.20 Мистические истории. (16+)  
13.30 Тайны будущего. (16+)  
15.00 Новости. (16+)  
15.10 Гадалка. (16+)  
18.00 Новости. (16+)  
18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)  
19.15 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)  
22.15 Новости. (16+)  
22.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)  
00.15 «ПЕРВАЯ ВЕДЬМА». (18+)  
02.00 Кадоши шоу. (16+)  
02.45 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)

ДОМАШНИЙ



07.30 Давай разведёмся! (16+)  
06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)  
07.30 Давай разведёмся! (16+)  
08.35 Тест на отцовство. (16+)  
10.45 «Понять. Простить». (16+)  
12.00 00.45 «Порча». (16+)  
13.10 «Знахарка». (16+)  
13.45 «Верну любимого». (16+)  
14.15 «Голоса ушедших душ». (16+)  
14.50 «ЛЮБЛЮ ОТЦА И СЫНА». (16+)  
19.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ФРАНЦУЗА». (16+)  
23.30 «Понять. Простить». (16+)  
01.15 «Знахарка». (16+)  
01.45 «Верну любимого». (16+)  
02.10 «Голоса ушедших душ». (16+)  
02.35 «ПОДЗЕМНЫЙ ПЕРЕХОД». (16+)  
05.55 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 5-й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)  
05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)  
09.00 «Известия». (16+)  
09.30 «ТАНКИСТ». (12+)  
13.00 «Известия». (16+)  
13.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)  
17.00 «Известия». (16+)  
17.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)  
17.55 02.45 «СЛЕД». (16+)  
21.20 «ФИЛИН-2». (16+)  
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)  
00.30 «СВОИ-2». (16+)  
01.20 «СВОИ-3». (16+)  
★ ЗВЕЗДА  
06.20 «ОДЕССИТ». (16+)  
08.15 09.10 00.05 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+)  
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)  
10.35 13.20 15.05 17.15 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+)  
15.00 Военные новости. (16+)  
18.10 «Шахматные партии холодной войны». (16+)  
19.35 «Война миров». (16+)  
22.45 «ВОЙНА И МИР». (12+)  
01.55 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)  
11.00 «Марафон». (12+)  
12.00 «Неделя». (12+)  
12.30 «Здоровый интерес». (12+)  
12.45 03.00 «Большие истории малой Родины». (12+)  
13.15 «Понятная политика». (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 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА». (16+)  
16.30 «СЕЛЬСКИЙ УЧИТЕЛЬ». (16+)  
17.30 «Собрание сочинений». (12+)  
17.45 «Территория успеха». (12+)  
18.15 «Актуальное интервью». (12+)  
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)  
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)  
20.00 00.45 04.00 «Такие разные». (12+)  
22.00 01.45 «Спортивная семья». (12+)  
22.30 «Открываем Воронеж». (12+)  
23.00 «НЕВЕСТА МОЕГО ДРУГА». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА  
06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 11.00  
11.00 16.00 Новости  
11.05 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)  
11.25 Смешанные единоборства. Р. Намаюнас - Т. Кортез. UFC. Трансляция из США. (16+)  
12.35 «Есть тема!»  
13.55 Футбол. «Спартак» (Москва, Россия) - «Насаф» (Узбекистан). Товарищеский матч. Прямая трансляция  
16.05 «Громко»  
17.00 Дартс. OLMРBET Крейсера Аврора. Прямая трансляция из Москвы  
19.00 23.00 Все на Матч!  
19.25 Футбол. «Алания» (Владикавказ) - «Уфа». МЕЛБЕТ-Первая Лига. Прямая трансляция  
21.30 Бильярд. BetBoom Кубок чемпионов. Прямая трансляция из Москвы  
00.00 «Выше Олимпа». (12+)  
01.00 Пляжный волейбол. Кубок России. Матч за 3-е место. (6+)  
06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 11.00  
11.00 13.00 15.55 Новости  
11.05 20.55 Спортивная неделя. Итоги. (12+)  
11.30 18.10 22.20 Спецрепортаж. (6+)  
11.45 Автоспорт. Российская Дрифт серия «Европа». (6+)  
12.40 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)  
13.05 Мотоспорт. Чемпионат AS Motors Motoring Supersport 3. (6+)  
14.10 Мотоспорт. (6+)  
15.20 Спорт, который есть. (12+)  
15.35 Пара на дистанции. (12+)  
16.00 Небесная грация. (0+)  
16.20 Пляжный волейбол. Кубок России. (6+)  
18.25 «Парусный спорт» (16+)  
18.55 Футбол. Россия - КНДР. Товарищеский матч. (6+)  
21.25 «Громко». (12+)  
22.40 «Есть тема!» (16+)  
23.55 Дартс. Крейсер Аврора. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ  
05.00 Муз'итив. (16+)  
06.00 Музэнерго. (16+)  
08.25 PRO-новости. (16+)  
09.00 Русский чарт. (16+)  
10.00 Звёзды и звёздах. (16+)  
11.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)  
13.00 Консервы. (16+)  
14.00 Плейлист I Лето. (16+)  
15.00 PRO-новости. (16+)  
15.30 Хиты по-русски. (16+)  
17.00 Юмор FM чарт. (16+)  
18.00 PRO-новости. (16+)  
18.20, 18.55 10 самых! (16+)  
19.20 Пригожин. Моя правда. (16+)  
20.00 Хит-Сторис. (16+)  
20.35 Смерть или инсценировка? (16+)  
21.40 PRO-новости. (16+)  
22.00 ВК Контакты. (16+)  
23.00 ВК Натальная карта. (16+)  
00.00 10 Sexy. (18+)  
01.00 Лайкер. (16+)  
01.30 Топ-30. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

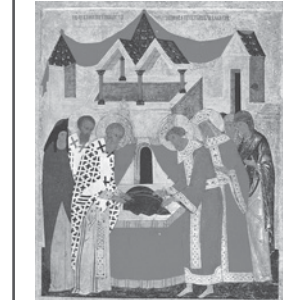
VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ ДОМ КИНО ДОМ КИНО СУББОТА! СУББОТА!  
05.30 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+)  
07.30, 08.30 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)  
09.40, 04.30 «ВО ВЛАСТИ СТИХИИ». (16+)  
11.35 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (16+)  
13.25 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ 2». (16+)  
15.05 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ 3». (16+)  
17.05 «ШЕСТОЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)  
19.00 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)  
21.05 «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (16+)  
23.05, 00.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)  
01.10 «ЧУДО-ДЕТКИ: НЕПУТЕВЫЕ ВОЛШЕБНИКИ». (12+)  
02.40 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+)  
05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)  
06.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
06.55 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
07.35 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (18+)  
10.35 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)  
12.25 «ЛИБЕРАЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)  
14.25 «БЫТЬ». (16+)  
16.40 «ЛЕДОКОЛ». (16+)  
19.00, 20.05 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА». (18+)  
21.00 «ЛЁТЧИК». (16+)  
23.00 «ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ». (18+)  
00.30 «ДЕВЯТАЯ». (16+)  
02.10 «ДУЭЛЯНТ». (16+)  
03.55 «БАТЯ». (16+)  
05.05 «Шайбу! Шайбу!» Мультфильм. (6+)  
05.10 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
05.50 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)  
07.20 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)  
08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)  
10.50 «СВАТЫ». (16+)  
13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
15.50 «СВАТЫ». (16+)  
21.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)  
Сериал. Россия, 2015-2017 гг.  
00.30 «ТОТ ЕЩЁ...» (16+)  
Россия, 2012 г.  
01.55 «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (6+)  
03.20 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (16+)  
05.00, 14.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)  
13.40 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)  
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)  
21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)  
23.20, 23.40 «МАХАБХАРАТА». (16+)  
00.15 Суббота News 2024. (16+)  
00.30, 01.30, 02.20 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)  
03.10 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)  
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)  
08.55 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)  
Очередной мюзикл Шаталлина под угрозой срыва из-за нехватки финансов... На помощь приходит Жанна Аркадьевна, которая нашла спонсора. Спонсором оказывается красивая женщина Ангелина, и все семейство Шаталлина, за исключением самой Жанны Аркадьевны и Вики, попадает под чары ее красоты.  
12.15 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)  
17.05 «КУХНЯ». (12+)  
22.00 Сердца за любовь. (16+)  
00.55 «МАРГОША». (16+)  
03.55 «Три кота». (0+)  
06.05 Мультифильмы. (0+)  
07.20 «ЧУЧЕЛО». (12+)  
09.35 «ПЛОМБУМ, ИЛИ ОПАСНАЯ ИГРА». (16+)  
11.25 «КУРЬЕР». (16+)  
13.00 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)  
14.20 «КОРТИК». (12+)  
18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)  
20.00 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)  
21.30 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)  
23.05 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)  
00.55 «БАБЬЕ ЦАРСТВО». (18+)  
02.25 «ОТЕЦ СЕРГИЙ». (16+)  
04.00 «ПРЕЖДЕ, ЧЕМ РАССТАТЬСЯ». (16+)  
05.20 «ПОДРАНИКИ». (12+)  
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)  
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА». (12+)  
13.00, 21.00, 05.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)  
Сериал, 2016 г. В ролях: Екатерина Вилкова, Людмила Дребнёва, Анатолий Горячев, Павел Трубинер, Владимир Кошевой

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС  
05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 «ДЕВУШКА СПЕШИТ НА СВИДАНИЕ». (0+)  
06.20 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)  
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
11.00 Обитель святых целителей Космы и Дамиана. (0+)  
11.55 От подъяема до отбоя. (0+)  
12.10 День Патриарха. (0+)  
12.20, 19.30, 01.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
13.15, 13.45 Монастырская кухня. (0+)  
14.10 «ПРИТЧИ». (0+)  
15.15 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ». (12+)  
16.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЩАЯ». 1 серия. (12+)  
18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)  
20.30 Лики Богородицы: Влахернская икона Божией Матери. (0+)  
21.05, 02.30 Византия. Жизнь после смерти. Богородица спасает Империю. VI-VII вв. 9 серия. (0+)  
22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)  
23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)  
00.05 День Патриарха. (0+)  
00.15 Прямая линия жизни. (16+)  
02.00 Чукотская история. (0+)  
03.10, 03.35 Киево-Печерские Святые. (0+)

Православный календарь

15 июля  
Седмица 4-я по Пятидесятнице. Глас 2.  
Положение честной ризы  
Пресвятой Богородицы во Влахерне.



Свт. Иувеналия, архиеп. Иерусалимского. Свт. Фотия, митр. Киевского. Феодотьевской, Пожайской и Ахтырской икон Божией Матери.  
Поста нет.

«Остерегайся говорить сурово и высокотоно, ибо и то и другое крайне ненавистно и заставляет подозревать, что ты очень суетен и слишком много о себе думаешь».  
Прп. Никодим Святогорец

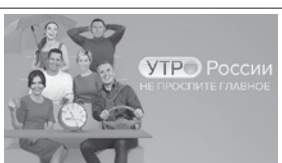
7 ПЕРВЫЙ



16.05 «Мужское / Женское». (16+)

05.00 «Доброе утро»  
09.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 Информационный канал. (16+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Информационный канал. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.30 Информационный канал. (16+)  
20.00 «ИЩЕЙКА». (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «ДВА БЕРЕГА». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)  
03.00 Новости

РОССИЯ 1 РОССИЯ



05.00 Утро России

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+)  
13.00 «ХУДОЖНИК». (12+)  
14.00 Вести  
14.35 Вести. Местное время  
15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)  
17.00 Вести  
17.30 «Малахов». (16+)  
18.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.05 Вести. Местное время  
21.20 «ПЯТАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+)  
Повзрослевшие Динка и её подруга Лариска проводят вечер в кафе «Елочка»...  
00.30 Торжественная церемония закрытия XXXIII Международного фестиваля «Славянский базар в Витебске»  
01.50 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)  
03.25 «ВАСИЛИСА». (12+)

НТВ



08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)

04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)  
11.00 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)  
Тучи сгущаются над Шиловым: Ковалев и его покровители добились подписания приказа о его увольнении.  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «МЕЛЬНИК». (16+)  
03.30 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)

СТС СТС



06.30 «Маша и Медведь». (0+)

06.00 Ералаш. (0+)  
06.30 «Маша и Медведь». (0+)  
08.00 «ГАЛЯ, У НАС ОТМЕНА!» (16+)  
11.05 «Тайна Мосли». (6+)  
13.05 «Пламенное сердце». (6+)  
15.00 «ПАПИНА ДОЧКА». (12+)  
Каждый вечер перед сном Софии рассказывает сказки её отец Джиби. В их волшебном мире папа всегда спасает Софию от любых опасностей.  
17.05 Уральские пельмени. (16+)  
17.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
21.00 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (16+)  
23.20 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)  
01.25 «КОДЕР». (16+)  
03.00 «ПИЩЕБЛОК». (18+)  
03.50 «КРЫША МИРА». (16+)  
05.05 «Мультфильмы». (16+)  
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ТНТ



13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)  
Кира узнает, что Света помогала Олегу добиться расположения девушки. Сергей уговаривает Алину встретиться с ним и сообщает, что не хочет терять ее.  
09.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)  
13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)  
17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)  
20.00 «ИРА». (16+)  
21.30 «Однажды в России». (16+)  
22.30 «ЛЕНА И СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)  
00.15 «УМНАЯ МАША». (16+)  
01.45 «Импровизация. Команды». (16+)  
03.15 «Импровизация». (16+)  
04.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



06.00 «С бодрым утром!» (16+)

05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрым утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 «Военная тайна»  
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 03.05 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «СУДЬЯ ДРЕДД 3D». (16+)  
21.55 «Смотреть всем!» (16+)  
23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)  
00.30 «ПЕРВОЕ УБИЙСТВО». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Гастротур. (16+)  
05.40 Пятница News. (16+)  
06.10 Зовите шефа. (16+)  
07.30 Мастер-кондитер. (16+)  
09.10 Секреты на кухне. (16+)  
10.10 Четыре дачи. (16+)  
11.50 Молодые ножи. (16+)  
13.20 Битва шефов. (16+)  
00.00 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (0+)  
02.30 Пятница News. (16+)  
02.50 Инсайдеры. (16+)  
03.40 Черный список. (16+)  
04.30 Пятница News. (16+)  
04.50 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)

Ю

05.20 «Маша и Медведь». (0+)  
10.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)  
Сья на работе успешный доктор, а дома — счастливая жена и мать. Ее жизнь похожа на сказку: любимый муж Волкан, драгоценный сын, дом — полная чаша. Но в один день все рушится: Ася находит на рубашке мужа прядь чужих волос...  
12.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
14.00 «Супербабушка». (16+)  
17.15 «Ждули». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)  
02.00 «Измены». (16+)  
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.00 Дорожные драмы. (16+)  
06.10 Дорожные войны 2.0. (16+)  
Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом.  
07.00 Дорожные войны. (16+)  
10.45 Дорожные войны. (16+)  
11.15 «СОЛДАТЫ-15». (16+)  
20.00 02.40 Решала. (16+)  
21.00 Заступницы. (16+)  
23.00 Опасные связи. (18+)  
05.00 Дорожные драмы. (16+)

МИР

06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
06.15 Евразия. Регионы. (12+)  
06.25 «КАМЕННЫЙ ЦВЕТОК». (6+)  
08.10, 10.10 «ТАНЦОР ДИСКО». (16+)  
11.15 «СТARIK ХОТТАБЫЧ». (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10, 15.05, 16.15 Дела судебные. (16+)  
17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
18.50 Игра в кино. (16+)  
21.35 Миллион за 5 минут. (16+)  
22.20 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (16+)  
00.20 Наше кино. История большой любви. (16+)  
01.10 «ТАИНСТВЕННЫЙ ОСТРОВ». (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение  
11.00 00.30 «Искусство архитектуры». (12+)  
15.10 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)  
17.00 «Такие разные». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
18.05 «Вечер вместе». (12+)  
20.40 03.55 «КРИК СОВЫ». (16+)  
22.25 «ГАРАЖ». (12+)  
00.00 «Вспомнить всё». (16+)  
01.10 ОТражение. Главное. (12+)

ПОБЕДА

04.15 «Путь к Победе» (16+)  
05.15 «СЕСТРЕНКА». (12+)  
06.45 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)  
08.30 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+)  
Небольшой поселок на Урале. Там живет семья Морозовых, в которой воспитываются четверо детей: Алексей, Степан, Алена и Варвара. Между ними складываются непростые взаимоотношения. Всех их пропустит через мясорубку Великая Отечественная война, всем им предстоит узнать, что такое сметающая все преграды любовь, безудержное горе и настоящее счастье.  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)  
02.40 «СМЕРШ». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Дракошарик», «Фиксики», «Смешарики», «Барбоскины». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Цветяшки!» (0+)  
07.45 «Петроникс». (0+)  
08.10 «Отель у овечек». (0+)  
09.30 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)  
09.40 «Смеш! Юные супергерои». (0+)  
10.45 «Простоквашино». (0+)  
11.45 «Буба». (6+)  
12.50 «Люк - путешественник во времени». (6+)  
13.35 «Династер». (6+)  
14.05 «Инфинити Надю». (6+)  
14.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (6+)  
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
17.10 «Кошечки-собачки». (0+)  
18.35 «Оранжевая корова». (0+)  
19.45 «Царевны». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Сказочный патруль». (0+)  
22.05 «Карбот». (6+)  
Захватывающие приключения мальчика и его друзей-трансформеров.  
22.35 «Дикие скричеры!» (6+)  
23.00 «Гризли и лемминги». (6+)  
00.30 «Машины сказки», «Машины страшилки», «Машины песенки». (0+)  
02.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)  
03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)  
07.00 «Маша и Медведь». (0+)  
08.00, 13.30, 19.00, 23.00 «Барбоскины». (0+)  
09.00 «Сказочный патруль». (0+)  
Мультсериал «Сказочный Патруль» рассказывает о невероятных, захватывающих приключениях четырех юных волшебниц: Алёнки, Вари, Маши и Снежки. Подруги призваны сохранять баланс между миром фантазии, сказок и реальностью. Вместе они создают команду для контроля за сказочными силами, тем самым сохраняя спокойствие в мире людей. Место действия мультсериала - город Мышкин.  
10.00, 17.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
11.00 «Мини-Мишки. Лисоня». (0+)  
13.00 «Кошечки-собачки». (0+)  
15.00 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+)  
15.15 «Простоквашино». (0+)  
17.00 «Мотофайтеры». (6+)  
18.00 «Лунтик». (0+)  
20.00 «Мини-Мишки». (0+)  
21.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Маша и Медведь». (0+)  
22.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес», «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)  
00.00 «Турбозавры». (0+)  
00.35 «Буба». (6+)  
01.25 «Ми-ми-мишки». (0+)  
02.00 Профилактика с 02.00 до 11.00

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Историада: Война и военное дело в Древнем Египте. (12+)  
00.55, 16.35, 21.00 Великие битвы России. (12+)  
01.45, 07.50, 21.50 Обыкновенная история. (6+)  
01.55 Девочки. (12+)  
03.10, 07.05, 11.10 Историкограф. (12+)  
03.55, 04.55, 08.00, 09.05 Афганистан 1979-1989. (16+)  
05.55 Кольцо «А»: Кино на бульварах. Сретенский бульвар. (12+)  
06.10, 06.35, 17.50, 18.25, 20.25 Трудные вопросы истории России. (12+)  
10.15 Карибский кризис. Последствие. (12+)  
11.55 Вторая мировая. Великая Отечественная: Охота на вождя. (16+)  
12.55 Артековский закат. (12+)  
14.00 Возврату подлежит. Долгий путь домой. (12+)  
15.00 Северный морской путь. (16+)  
16.00 Сквозь времена: Фрески Великого Новгорода. (12+)  
17.40, 19.50 Семь дней истории. (12+)  
18.55 В поисках утраченного искусства: Вермеер. Потерянная жемчужина Дельфты. (12+)  
19.25 В поисках утраченного искусства. (12+)  
20.00 Взгляд с высоты. Речные караваны. Волхов. (12+)  
22.00 Секреты истории: Маркиза де Севинье. Дух великого века. (12+)

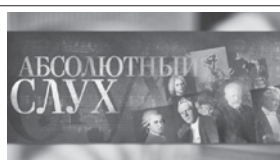
VJU HISTORY

06.05 Освобождение Европы: Пражский прорыв. (16+)  
06.45 Древние суперстроения: Ангкор-Ват. (12+)  
07.55 Хомо Сапиенс: история одного вида. (12+)  
08.55 Индейцы Великих равнин. (16+)  
09.55, 10.55 Место преступления: древность. (16+)  
11.55, 12.55 Разгадка тайны пирамид. (12+)  
13.50 Монархи: удержать корону любой ценой. (16+)  
14.50 Судьбы. (16+)  
15.50 Национальный парк, крепость Иехиам, Израиль. (12+)  
16.25 Кэнтэ-дзи, Япония. (12+)  
16.55 Древние суперстроения: Собор св. Софии. (12+)  
17.55 Хомо Сапиенс: история одного вида. (12+)  
19.00 Индонезия. По следам папуасов. (16+)  
20.00, 21.00 Место преступления: древность. (16+)  
22.05 Освобождение Европы: Венская наступательная операция. (16+)  
22.50 Освобождение Европы: Огненный штурм Буды и Пешты. (16+)  
23.40, 00.10 Крепость госпитальеров, Израиль. (12+)  
00.40 Древние суперстроения: Ангкор-Ват. (12+)  
01.40 Хомо Сапиенс: история одного вида. (12+)  
02.35 Индейцы Великих равнин. (16+)  
03.25, 04.20 Место преступления: древность. (16+)

ДОКТОР

06.00, 11.15, 18.55 О самом главном. Что «убивает» поджелудочную железу? (12+)  
06.50, 20.50 InVivo. Хроника инсульта. (12+)  
07.20, 21.20 Проздоровье. Игры гормонов. (12+)  
07.50 Доктор на работе. Лучшее. (12+)  
10.15 ДокТок с Эвелиной Закамской. Ментальное здоровье. Эпидемия психических болезней? (12+)  
Откройте для себя мир медицины с новой стороны в программе «ДокТок».  
10.45 От первого лица. Екатерина Бурмистрова. Бабушка или няня. (12+)  
12.10 Без халатов. Антон Родионов и Леонид Туморин. (12+)  
12.40 Большой скачок. Инстинкт самосохранения. (12+)  
13.05 Генетический код. (12+)  
14.05 О самом главном. Уход за руками в холодное время года. (12+)  
15.00 Доктор на работе. Прямой эфир (12+)  
17.55 Дети мечты. (12+)  
19.55 Скажите, доктор! Всё о гололовых связках. (12+)  
20.20, 01.35 Без халатов. Антон Родионов и Татьяна Виноградова. (12+)  
21.50 О самом главном. Остеоартрит: как уменьшить боль в руках? (12+)  
22.45 Доктор на работе. (12+)  
02.00 Профилактика на канале

РОССИЯ К  
Культура



11.45 Абсолютный слух

- 06.30 «Новые люди»
- 07.20 20.30 Театральная летопись
- 07.50 «Предки наших предков»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 14.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 19.45 Письма из провинции
- 11.45 Абсолютный слух
- 12.45 «Верхняя точка»
- 13.35 Больше, чем любовь
- 15.30 «Рахманинов»
- 16.30 «Коллекция»
- 17.15 23.55 «СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН»
- 19.00 «Кто мы?»
- 20.15 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 Спектакль «Орнифль»
- 23.00 К 90-летию со дня рождения Олега Целкова
- 01.25 «Роман в камне»
- 02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 09.59

ТВЦ



06.00 «Настроение»

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Фактор без опасности». (12+)
- 08.40 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ВЕДЬМИНЫ КУКЛЫ». (16+)
- 10.35 «Назад в СССР». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ПЕРЕЛЁТНАЯ ПТИЦА». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.55 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ». (16+)
- 17.10 18.10 «МАРЛЕН». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Отцы-невидимки». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 05.05 «Петровка, 38». (16+)
- 00.55 «90-е. Чёрный юмор». (16+)
- 01.35 «Матлюба Алимова. Чужая среди своих». (16+)
- 04.30 Тайна песни. (12+)

ТВ-3



19.15 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 05.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 15.00 18.00 22.15 Новости. (16+)
- 08.40 16.15 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 13.30 15.10 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 19.15 22.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 00.15 «ЯГА: КОШМАР ТЁМНОГО ЛЕСА». (16+)
- Вместе с отцом мачехой и маленькой сводной сестрой Варей, Егор переезжает в новый дом. Для малышки родители нанимают няню.
- 02.00 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)

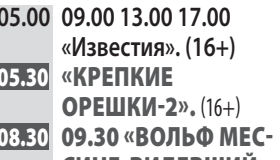
ДОМАШНИЙ



10.30 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.50 «Знахарка». (16+)
- 13.25 «Верну любимого». (16+)
- 14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.35 «ЛЮБОВЬ ПО КОНТРАКТУ». (16+)
- 19.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 00.35 «Порча». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 Тест на отцовство. (16+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)

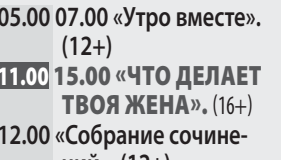
5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)

- 05.30 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 08.30 09.30 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)
- 13.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)
- 16.20 17.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3». (16+)
- 17.55 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 21.20 «ФИЛИН-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СВОИ-3». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.45 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (16+)
- 08.20 09.10 00.55 «ТРЕМБИТА». (12+)
- 10.35 13.20 15.05 17.15 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+)
- 18.10 «Шахматные партии холодной войны». (16+)
- 19.35 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «ВОЙНА И МИР». (12+)
- 02.25 «ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ». (12+)
- 03.55 «Шедевры военных музеев». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА». (16+)
- 12.00 «Собрание сочинений». (12+)
- 12.15 01.30 «Полицейский вестник». (12+)
- 12.30 01.45 «Спортивная семья». (12+)
- 12.45 18.00 «Депутатский журнал». (12+)
- 13.00 16.30 «СЕЛЬСКИЙ УЧИТЕЛЬ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.30 «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 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «АМУНДСЕН». (12+)
- Молодой норвежский путешественник грезит об открытии неизведанных полярных земель...
- 03.30 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 15.25 18.30 Новости
- 07.05 15.30 18.35 23.00 Все на Матч!
- 10.05 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)
- 10.25 «Игра миллионов». (12+)
- 11.25 Профессиональный бокс. (16+)
- 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 00.00 «Выше Олимпиа». (12+)
- 16.15 География спорта. (12+)
- 16.45 Футбол. Лучшие голы чемпионата Европы. (6+)
- 19.25 Футбол. Чемпионат Европы-2024. Финал. Трансляция из Германии. (6+)
- 21.30 Бильярд. Кубок чемпионов
- 01.00 Пляжный волейбол. Кубок России. Финал. Трансляция из Санкт-Петербурга. (6+)
- 06.00 Гандбол. Кубок России. Финал 4-х. (0+)
- 07.30 Спорт, который есть. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 01.00 Бильярд. Кубок чемпионов. (0+)
- 09.35 «Парусный спорт». (16+)
- 10.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 11.45 «Громко». (12+)
- 12.40 Автоспорт. Ралли-рейд «Шёлковый путь». (6+)
- 13.05 14.10 Мотоспорт. Чемпионат А5 Motors Motoring. (6+)
- 15.20 15.35 16.00 18.10 21.05 22.20 23.55 00.10 Спецрепортаж. (12+)
- 16.20 Пляжный волейбол. Кубок России. (6+)
- 18.25 География спорта. (12+)
- 18.50 Конный спорт. Скачки. Приз в честь Дня России. (0+)
- 21.25 «Вы это видели». (12+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 00.30 Что по спорту? (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Top15 Like FM. (16+)
- 10.00 Top-30. (16+)
- 12.30 Очень карачен. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Плейлист по кайфу. (16+)
- 16.25 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.20, 18.55 10 самых! (16+)
- 19.20 Если б я был султан. Страсти по Лагучеву. (16+)
- 20.00 Хит-Сториз. (16+)
- 20.35 Шальные императрицы шоу-биза. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 23.00 ВК Меломан. (16+)
- 00.00 Сплетни-шейкер. (16+)
- 00.30 Хиты по-русски. (18+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ ДОМ КИНО ДОМ КИНО СУББОТА! СУББОТА!
- 06.10 «АКАДЕМИЯ ВАМПИРОВ». (16+)
- 07.55, 08.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 10.05 «ЧУДО-ДЕТКИ: НЕПУТЕВЫЕ ВОЛШЕБНИКИ». (12+)
- 12.00 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ И ЗОМБИ». (16+)
- 14.05 «МЕМУАРЫ ГЕЙШИ». (16+)
- Мелодрама, США, 2005 г.
- 16.50 «СЕРЕНА». (16+)
- 19.00 «ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
- 21.00 «И ГРЯНУЛ ГРОМ». (16+)
- 22.55, 23.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.00 «МЕМУАРЫ ГЕЙШИ». (16+)
- 03.20 «СЕРЕНА». (16+)
- 05.00 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.55 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.25 «ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ». (16+)
- 09.00 «ЛЕДОКОЛ». (16+)
- 11.15 «ЛЁТЧИК». (16+)
- 13.20 «ДЕВЯТАЯ». (16+)
- 15.10 «ДУЭЛЯНТ». (16+)
- 17.15 «ПЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 19.00, 19.55 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА». (18+)
- 20.45 «ПАСХОВЫЙ МАЙ». (16+)
- 22.55 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (18+)
- 01.20 «СУПЕРБОБОВЫ». (18+)
- 02.50 «СУПЕРБОБОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 04.15 «Конёк-Горбунок». Мультфильм. (6+)
- 05.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 05.55 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 07.20 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- Сериал. Россия, 2000-2006 гг.
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.30 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
- Россия, 2020 г.
- 02.05 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
- 03.40 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)
- 05.00, 06.00, 03.20 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилишки». Мультсериалы. (0+)
- 05.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 19.00, 19.40, 20.10, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- Сериал. Драма, комедия, Франция, 1992-1994 гг.
- 21.00, 22.20 Богиня свиданий. (16+)
- 23.30, 00.00 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.20 Суббота News 2024. (16+)
- 00.30 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)
- 01.40, 02.30 «МЕТОД ФРЕЙДА 2». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.55 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- Жанне Аркадьевне и Максиму Викторовичу должны вручить премию «Золотой мюзикл». В честь этого Максим решает сделать Жанне подарок - дорожную сумку.
- 12.15 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 17.10 «КУХНЯ». (12+)
- Денис попадает в аварию... ..
- 22.05 Сердца за любовь. (16+)
- 00.55 «МАРГОША». (16+)
- Аня становится свидетельницей поцелуя Каролины и Егорова... ..
- 03.55 «Три кота». (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ ФЕНИКС ПЛЮС КИНО СТС LOVE СТС LOVE
- 00.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)
- 01.45 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 04.05 «АФРИКАНЕЦ». (12+)
- 06.00 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ 2». (16+)
- 07.55 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (18+)
- 09.40 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (18+)
- 11.25 «ЭЖЕЗАМЕН ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
- 13.20 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)
- Комедия, Россия, 2022 г.
- 15.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 17.20 «УЧИТЕЛЬ ГОДА». (16+)
- 19.30 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА» (12+)
- 21.35 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)
- 23.05 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ 2». (18+)
- 06.45 Мультфильмы. (0+)
- 08.20 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (12+)
- 09.50 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+)
- 11.15 «УРОК ЖИЗНИ». (12+)
- 13.15 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
- 14.45 «БРОНЗОВАЯ ПТИЦА». (16+)
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)
- 20.00 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (12+)
- 21.25 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
- 23.00 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ». (16+)
- 01.30 «Армен Джигарханян. Здравствуй, это я». (12+)
- 02.00 Перерыв в вещании с 02.00 до 11.00

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ОТПУСК, КОТОРЫЙ НЕ СОСТОЯЛСЯ». (6+)
- 06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Лики Богородицы: Влахернская икона Божией Матери. (0+)
- 11.35 Чукотская история. (0+)
- 12.05 День Патриарха. (0+)
- 12.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.10, 13.40 Монастырская кухня. (0+)
- 14.05 «ПРИТЧИ-2». (0+)
- 15.15, 16.50 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ». 1-2 серии. (12+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30, 01.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30 Тайна Ипатьевского подвала. Предательство Европы. (0+)
- 21.30 Царская дорога. Фильм 1: Два послушника. (0+)
- 22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 Спас-стрим. (16+)
- 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30 Пилигрим. По местам Царственных страстотерпевцев. (6+)

Православный календарь

16 июля  
Седмица 4-я по Пятидесятнице. Глас 2.  
Мч. Иакинфа.

Перенесение мощей свт. Филиппа, митр. Московского и всея России, чудотворца. Мчч. Диомида, Евлампия, Асклиподота и мц. Голидухи. Мчч. Мокия и Марка. Прп. Александра, обители «Неусыпающих» первоначальника. Свт. Анатолия, патриарха Константинопольского. Прпп. Анатолия и другого Анатолия затворника, Печерских. Свт. Василия, еп. Рязанского. Блгвв. кнн. Василия и Константина Ярославских. Прпп. Иоанна и Лонгина Яренских. Блж. Иоанна, Христа ради юродивого, Московского. Прп. Никодима Кожезерского. Сщмч. Антония, архиеп. Архангельского. Обретение мощей сщмч. Сильвестра, архиеп. Омского.

Поста нет.

«Как двери в бане, часто отворяемые, скоро выпускают тепло вовне, так и душа, когда много кто говорит, хотя бы говорил все хорошее, испускает память свою словесною дверью».

Блж. Диадох

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
23.00 «Большая игра». (16+)	09.55 О самом главном. (12+)	09.55 О самом главном. (12+)	11.00 «ПЁС». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)	17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)	17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)	10.00 «Засекреченные списки». (16+)
05.00 «Доброе утро»	05.00 Утро России	05.00 Утро России	04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+)	06.00 Ералаш. (0+)	07.00 «Утро ТНТ». (16+)	07.00 «Утро ТНТ». (16+)	05.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
09.00 Новости (с субтитрами)	09.00 Вести. Местное время	09.00 Вести. Местное время	06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)	06.30 «Маша и Медведь». (0+)	06.30 «Маша и Медведь». (0+)	08.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)	08.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)	06.00 «С бодрым утром!» (16+)
09.20 «Модный приговор». (0+)	09.30 Утро России	09.30 Утро России	08.00 «Сегодня»	08.00 «КИБЕР ИВАН». (16+)	08.00 «КИБЕР ИВАН». (16+)	В день свадьбы Филипп неожиданно бросает Алину у алтаря, и она убегает из ЗАГСа. Саша предлагает Сергею найти сбежавшую невесту, но Градский не готов разлучаться с девушкой.	08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
10.10 «Жить здорово!» (16+)	11.00 Вести	11.00 Вести	08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)	11.00 «Большое путешествие». (6+)	11.00 «Большое путешествие». (6+)	13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)	09.00 «Документальный спецпроект». (16+)	09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
11.00 Информационный канал. (16+)	11.30 «60 минут». (12+)	11.30 «60 минут». (12+)	10.00 «Сегодня»	12.45 «Большое путешествие. Специальная доставка». (6+)	12.45 «Большое путешествие. Специальная доставка». (6+)	17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)	10.00 «Засекреченные списки». (16+)	10.00 «Засекреченные списки». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)	14.00 Вести	14.00 Вести	10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)	14.40 «Бука. Моё любимое чудище». (6+)	14.40 «Бука. Моё любимое чудище». (6+)	20.00 «ИРА». (16+)	11.00 «Как устроен мир». (16+)	11.00 «Как устроен мир». (16+)
12.15 Информационный канал. (16+)	14.35 Вести. Местное время	14.35 Вести. Местное время	11.00 «ПЁС». (16+)	16.40 Уральские пельмени. (16+)	16.40 Уральские пельмени. (16+)	21.30 «Однажды в России». (16+)	12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)	15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)	15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)	13.00 «Сегодня»	18.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)	18.05 Шоу «Уральские пельмени». (16+)	22.30 «ОТОРВИ И ВЫБРОСЬ». (16+)	13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+)	13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)	17.00 Вести	17.00 Вести	13.25 «Чрезвычайное происшествие»	21.00 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)	21.00 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)	00.55 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (12+)	14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)	17.30 «Малахов». (16+)	17.30 «Малахов». (16+)	14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)	23.00 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)	23.00 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)	02.35 «Импровизация. Команды». (16+)	15.00 «Легенды и мифы». (16+)	15.00 «Легенды и мифы». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)	18.30 «60 минут». (12+)	18.30 «60 минут». (12+)	16.00 «Сегодня»	01.05 «МЕЖДУ ЖИЗНЬЮ И СМЕРТЬЮ». (18+)	01.05 «МЕЖДУ ЖИЗНЬЮ И СМЕРТЬЮ». (18+)	04.05 «Импровизация». (16+)	17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+)	17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)	20.00 Вести	20.00 Вести	16.45 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)	02.45 «ПИЩЕБЛОК». (18+)	02.45 «ПИЩЕБЛОК». (18+)	04.50 «Импровизация. Спецдайджест». (16+)	20.00 «ШЕСТОЙ ДЕНЬ». (16+)	20.00 «ШЕСТОЙ ДЕНЬ». (16+)
18.30 Информационный канал. (16+)	21.05 Вести. Местное время	21.05 Вести. Местное время	19.00 «Сегодня»	03.35 «КРЫША МИРА». (16+)	03.35 «КРЫША МИРА». (16+)	06.00 «Утро ТНТ». (16+)	22.25 «Смотреть всем!» (16+)	22.25 «Смотреть всем!» (16+)
20.00 «ИЩЕЙКА». (16+)	21.20 «ПЯТАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+)	21.20 «ПЯТАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+)	20.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)	04.50 «6 кадров». (16+)		00.30 «ДИББУК». (18+)	00.30 «ДИББУК». (18+)
21.00 «Время»	Новый знакомый Динки Паша, встреченный ей в отцепленном вагоне, оказывается профессиональным художником-оформителем.	Новый знакомый Динки Паша, встреченный ей в отцепленном вагоне, оказывается профессиональным художником-оформителем.	23.35 «Сегодня»	05.00 «Мультфильмы». (0+)	05.00 «Мультфильмы». (0+)			
22.00 «ДВА БЕРЕГА». (16+)	00.50 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)	00.50 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)	23.35 «Сегодня»	05.50 Ералаш. (0+)	05.50 Ералаш. (0+)			
23.00 «Большая игра». (16+)	02.40 «ВАСИЛИСА». (12+)	02.40 «ВАСИЛИСА». (12+)	00.00 «МЕЛЬНИК». (16+)					
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)			03.30 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)					
03.00 Новости								

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
05.00 Гастротур. (16+)	06.00 Дорожные драмы. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+)
05.50 Пятница News. (16+)	06.10 Дорожные войны. Лучшее. (16+)	09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение
06.20 Зовите шефа. (16+)	07.00 Дорожные войны. (16+)	11.00 00.00 «Искусство архитектуры». (12+)
07.40 Мастер-кондитер. (16+)	11.15 «СОЛДАТЫ-15». (16+)	15.10 «ГАРАЖ». (12+)
09.20 Четыре дачи. (16+)	Сериал повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.	16.50 «Королевский бутерброд». (12+)
10.50 Молодые ножи. (16+)	20.00 Решала. (16+)	17.00 «Открытая наука». (12+)
16.50 Черный список. На кухне. (16+)	21.00 Заступницы. (16+)	18.00 «Губернские новости». (12+)
21.50 Битва шефов. (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	20.40 03.55 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
00.00 «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (6+)	02.40 Решала. (16+)	22.15 «МУХА». (16+)
01.30 Пятница News. (16+)		00.45 «Один день из жизни врача». (12+)
01.50 Инсайдеры. (16+)		01.10 ОТражение. (12+)
03.30 Черный список. (16+)		
04.10 Пятница News. (16+)		
04.40 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)		
05.20 «Маша и Медведь». (0+)	05.00, 06.25, 10.10 «БАБИЙ БУНТ, ИЛИ ВОЙНА В НОВОСЕЛКОВО». (16+)	05.10 «Путь к Победе» (16+)
09.55 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)	06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости	06.10 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
11.50 «Моя свекровь - монстр». (16+)	06.15 Сделано в Содружестве. (12+)	07.45 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
13.55 «Супербабушка». (16+)	13.15 Мировое соглашение. (16+)	09.25 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
Слышите слово «бабушка» и представляете себе старушку на лавочке? Готовы удивляться. Хозяйственные и гламурные, дачницы и карьеристки, строгие и балующие - в этом шоу совершенно разные бабушки будут бороться за почетный статус Супербабушки.	14.10, 15.05 Дела судебные. (16+)	Четверо друзей - Сергей, Костя, Миша и Гриша - отменяют школьный выпускной и делятся планами на будущее, мечтая связать свою жизнь с янтарем. Сергей Звягинцев уезжает учиться в МГУ, а его девушка Маша остаётся в Калининграде и устраивается работать за завод «Янтарь» - они не думали, что расставание будет долгим...
16.50 «Модель XL». (16+)	16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)	23.59 «Путь к Победе» (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)	17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	01.00 «КАДЕТ». (16+)
00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)	18.50 Игра в кино. (16+)	02.35 «КЛЯТВА». (12+)
02.00 «Измены». (16+)	21.35 Миллион за 5 минут. (16+)	
	22.20 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)	
	00.20 Наше кино. (16+)	
	01.10 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (16+)	

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Дракошия», «Фиксики», «Смешарики», «Барбоскины». (0+)	11.00 «Мини-Мишки». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)	12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
07.30 «Цветяшки!» (0+)	13.00, 03.00 «Кошечки-собачки». (0+)
07.45 «Петроникс». (0+)	В красивом городе в уютных домиках живут семьи кошечек и собачек. Все они добрые, веселые и трудолюбивые. Каждая семья владеет «маленьким бизнесом». И только группа маленьких непосед нарушает размеренную жизнь города. Это две кошечки и четыре собачки, неразлучные друзья. Каждое утро школьный автобус объезжает домики, собирает малышей и отвозит в школу. Друзья учатся важному правилу жизни, а после уроков встречаются, чтобы поиграть и самостоятельно изучить мир.
08.10 «Отель у овечек». (0+)	13.30, 19.00, 23.00, 04.35 «Барбоскины». (0+)
09.30 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)	15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
09.40 «Смеш! Юные супергерои». (0+)	15.15 «Простоквашино». (0+)
10.45 «Простоквашино». (0+)	17.00 «Мотофайтеры». (6+)
11.45 «Буба». (6+)	17.15 «Фиксики». (0+)
12.50 «Люк - путешественник во времени». (6+)	18.00, 02.15 «Лунтики». (0+)
13.35 «Династер». (6+)	20.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)	21.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Маша и Медведь». (0+)
14.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)	22.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес», «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (6+)	00.00 «Турбозавры». (0+)
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)	00.35 «Буба». (6+)
17.10 «Кошечки-собачки». (0+)	01.25 «Мини-Мишки. Лисоня». (0+)
18.35 «Оранжевая корова». (0+)	03.35 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
19.45 «Ум и Хрум». (0+)	05.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
Сериал о вкусных приключениях двух обаятельных друзей-монстриков.	
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)	
21.20 «Сказочный патруль». (0+)	
22.05 «Карбот». (6+)	
22.35 «Дикие скричеры!» (6+)	
23.00 «Гризли и лемминги». (6+)	
00.30 «Машины сказки», «Машины страшилки», «Машины песенки». (0+)	
02.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)	
03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)	

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!	HISTORY	ДОКТОР
00.00 Афганистан 1979-1989. (16+)	06.20 Освобождение Европы. (16+)	11.00, 18.55, 03.00 О самом главном. Вред от света гаджетов. (12+)
01.00, 01.20, 14.05, 14.40, 16.25, 22.20, 22.40 Трудные вопросы истории России. (12+)	07.00 Национальный парк, крепость Иехиам, Израиль. (12+)	12.00 Без халатов. Антон Родионов и Татьяна Виноградова. (12+)
01.50 Семь дней истории. (12+)	07.35 Кэнтё-дзи, Япония. (12+)	12.30 Под контролем. Как держать уровень глюкозы под контролем? (12+)
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 11.00	08.05 Древние суперстроения. (12+)	13.00 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
11.00 Северный морской путь. (16+)	09.05 Хомо Сапиенс: история одного вида. (12+)	14.00 О самом главном. Остеоартрит: как уменьшить боль в руках? (12+)
12.00 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+)	10.10, 02.30 Индонезия. По следам папуасов. (16+)	15.00 Доктор на работе. Прямой эфир
13.00 Великие битвы России: Полтавская битва. (12+)	11.10, 12.15 Место преступления: древность. (16+)	17.55 Эпидемия близорукости. (12+)
15.05 В поисках утраченного искусства: Вермеер. Потерянная жемчужина Делфта. (12+)	13.15 Разгадка тайны пирамид. (12+)	19.50, 05.30 Метод исследования. Паразиты. (12+)
15.30 В поисках утраченного искусства: Наследие Сезанна. (12+)	14.10 Монархи: удержать корону любой ценой. (16+)	20.20, 01.40 Без халатов. (12+)
16.00 Взгляд с высоты. Речные караваны. Волхов. (12+)	14.15, 15.35 История вещей. (16+)	20.50, 04.15 Большой скачок. Новое тело. (12+)
17.00 Великие битвы России: Хангутское сражение. (12+)	16.05 Исторический центр Мостара, Босния и Герцеговина. (12+)	21.20, 03.50 Под контролем. Щитовидная железа: как держать уровень гормонов в норме? (12+)
17.50 Семь дней истории. (12+)	16.35 Мечеть Джумая, Болгария. (12+)	21.50 О самом главном. О чём предупреждает тошнота? (12+)
18.00 Секреты истории: Маркиза де Севинье. Дух великого века. (12+)	17.05 Истоки Испании. (16+)	22.45 Доктор на работе. (12+)
20.00 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+)	18.00 Хомо Сапиенс: история одного вида. (12+)	02.05 В ожидании вечной жизни. (12+)
20.45 Кольцо «А»: Театральные бульвары. Тверской бульвар. (12+)	19.05 Настоящая история викингов. (12+)	Человек всегда мечтал о вечной жизни. Крионика. Клонирование. Загрузка сознания в компьютер и цифровое моделирование мозга. Обращение вспять старения клеток. Так стала ли мечта реальностью?
21.00 Великие битвы России. (12+)	20.00 Процесс над ведьмами Пендла. (16+)	04.45 Научные сенсации. Когнитивные искажения. (12+)
21.50 Сквозь времена: Александровский дворец. (12+)	21.10 Место преступления: древность. (16+)	
23.10 Историкограф. (12+)	22.10, 23.10 Великие битвы. Сталинград. (16+)	
	00.05 Национальный парк, крепость Иехиам, Израиль. (12+)	
	00.35 Древние суперстроения. (12+)	
	01.35 Хомо Сапиенс: история одного вида. (12+)	
	03.25, 04.15 Место преступления: древность. (16+)	

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

РОССИЯ К  
РОССИЯ К  
Культура



20.15 «Спокойной ночи, малыши!»

- 10.00 12.30 17.00 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 19.45 Письма из провинции
- 11.50 Абсолютный слух
- 12.45 «Грневесомость»
- 13.30 Больше, чем любовь
- 14.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА»
- 15.30 01.55 «Рахманинов. Возвращение в Ивановку»
- 16.30 «Коллекция»
- 17.15 23.55 «СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН»
- 19.00 «Кто мы?»
- 19.30 Новости культуры
- 20.15 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.30 Театральная летопись
- 21.00 Спектакль «Счастливых-Несчастливых» (16+)
- 23.05 «Тайна Ипатьевского подвала. Предательство Европы»
- 01.30 «Роман в камне»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 05.00 «Москва резиновая». (16+)
- 08.40 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ШОРОХ КРЫЛЬЕВ». (12+)
- 10.40 02.15 «Назад в СССР». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ЖАЖДА СЧАСТЬЯ». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.55 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ». (16+)
- 17.15 18.15 «МАРЛЕН». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.55 «Дорогие товарищи. Сочинская мафия». (16+)
- 01.35 «Обжалованию не подлежит. Лютый». (16+)
- 04.35 Тайна песни. (16+)

ТВ-3



18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 15.00 18.00 22.15 Новости. (16+)
- 08.40 16.15 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 13.30 15.10 Гадалка. (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 19.15 22.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
- 00.00 «ДЕТЕКТОР». (16+)
- Оперуполномоченный сотрудник Виктория ищет под Москвой маньяка. Она сталкивается с маньяком, который наносит ей несколько ножевых ранений в живот.
- 02.00 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)

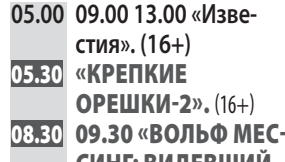
ДОМАШНИЙ



11.45 «Порча». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ТЕСТ НА ВЕРНОСТЬ». (16+)
- 19.00 «ИДЕАЛИСТКА». (16+)
- 23.35 «Понять. Простить». (16+)
- 00.50 «Порча». (16+)
- 01.50 «Знахарка». (16+)
- 02.15 «Верну любимого». (16+)
- 02.40 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.05 Тест на отцовство. (16+)
- 04.45 Давай разведёмся! (16+)

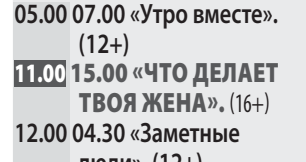
5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 «Известия». (16+)

- 05.30 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 08.30 09.30 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)
- 13.30 17.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 21.20 «ФИЛИН-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СВОИ-3». (16+)
- 02.40 «СЛЕД». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.40 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (16+)
- 08.15 09.10 00.30 «ДЕЛО «ПЕСТРЫХ». (12+)
- 10.35 13.20 15.05 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+)
- 15.40 17.15 «РЫСЬ». (16+)
- 18.10 «Шахматные партии холодной войны». (16+)
- 19.35 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «ВОЙНА И МИР». (12+)
- 02.15 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА». (16+)
- 12.00 04.30 «Заметные люди». (12+)
- 12.30 18.30 01.30 «Футбол губернии». (12+)
- 13.00 16.30 «СЕЛЬСКИЙ УЧИТЕЛЬ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 00.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 «Спортивная семья». (12+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 01.00 «От 7 до 17». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «Здоровая среда». (12+)
- 23.00 «ЛЕКЦИИ ДЛЯ ДОМОХОЗЯЕК». (16+)
- Катя знакомится с 25-летним Константином, тот почитает буржуазного психолога Фрейда и свободу - от всех и вся! Он очарован милой провинциальностью и наивностью Кати.

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 10.00 12.55 15.25 18.30 Новости
- 07.05 15.30 18.35 23.00 Все на Матч!
- 10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Игра миллионов». (12+)
- 11.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 00.00 «Выше Олимпиада». (12+)
- 16.15 «Что за спорт?» (12+)
- 16.45 «Кулачные бои». (16+)
- 19.25 Профессиональный бокс. Бетсити. EUBC Champions Cup. Прямая трансляция из Краснодар
- 21.30 Бильярд. VetBoom Кубок чемпионов. Прямая трансляция из Москвы
- 01.00 Бокс. (16+)
- 02.55 Новости. (0+)
- 03.00 Триатлон. Мировая серия. Смешанная эстафета. (0+)
- 06.00 Гандбол. Кубок России. Финал 4-х. (0+)
- 07.30 16.00 18.25 22.05 22.20 00.10 02.35 05.25 05.40 Спецрепортаж. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 01.00 Бильярд. Кубок чемпионов. (0+)
- 09.35 Что по спорту? (12+)
- 10.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 12.05 «Вы это видели». (12+)
- 13.05 Дартс. Крейсер Аврора. (0+)
- 15.15 Небесная грация. (0+)
- 15.35 Спортивный репортаж. (12+)
- 16.20 17.15 Пляжный волейбол. Кубок России. (6+)
- 18.10 23.55 Пара на дистанции. (12+)
- 18.45 Мини-футбол. Чемпионат России. Финал. (0+)
- 21.10 Автоспорт. (6+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 00.30 «Парусный спорт» (16+)
- 02.50 Мини-футбол. Чемпионат России. Финал. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.05 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Новое Радио чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20, 18.55 10 самых! (16+)
- 19.20 Вещий Олег. (16+)
- 20.05 Хит-Стories. (16+)
- 20.35 Каифули. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Натальная карта. (16+)
- 23.00 ВК Контакты. (16+)
- 00.00 Сплетни-шейкер. (16+)
- 00.30 Лайкер. (16+)
- 01.30 Топ-30. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

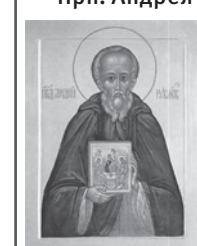
- VIJU TV1000 VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ ДОМ КИНО ДОМ КИНО СУББОТА! СУББОТА!
- 05.30 «ТАЙНА МУНАКРА». (12+)
- 07.15, 08.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 09.20 «ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
- 11.20 «И ГРЯНУЛ ГРОМ». (16+)
- 13.15 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (16+)
- 15.10 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (12+)
- 17.15 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 19.00 «2:22». (16+)
- 20.55 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)
- 22.45, 23.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 00.50 «ШЕСТОЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
- 02.20 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (12+)
- 04.00 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (16+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Три ката». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.15 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (18+)
- 09.45 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
- 11.55 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 13.40 «СУПЕРБОБРОВЫ». (18+)
- 15.25 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 17.10 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)
- 19.00, 19.55 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА». (18+)
- 20.50 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
- 23.20 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- 01.15 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 02.45 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
- 04.25 Мультфильм. (6+)
- 05.20 «Три ката». Мультсериал. (6+)
- 05.55 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 07.15 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.30 «ОРЁЛ И РЕШКА». (16+)
- Россия, 1995 г. В ролях: Кирилл Пирогов, Полина Кутепова, Леонид Ярмольник, Станислав Говорухин
- 02.00 «КЛАССИК». (16+)
- 03.45 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
- 05.00, 18.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 17.40 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 19.00, 19.30, 20.10, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)
- 23.30, 00.00 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.20 Суббота News 2024. (16+)
- 00.30, 01.30, 02.20 «МЕТОД ФРЕЙДА 2». (16+)
- 03.10 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 06.00 «Три ката». Мультсериал. (0+)
- 08.55 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- 12.15 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 17.05 «КУХНЯ». (12+)
- 19.50 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЪ». (16+)
- Сочи. Нагиев собирается построить «Курортце!» с казино и отелем «Новый Элеон». Об этом по новостям узнает Элеонора Галанова. Она решает отомстить Нагиеву за испорченную в прошлом репутацию...
- 22.05 Сердца за любовь. (16+)
- 01.00 «МАРГОША». (16+)
- 04.00 «Три ката». (0+)
- 06.00 Перерыв в вещании с 02.00 до 11.00
- 11.00 «ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
- 12.25 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
- 14.55 «ПОСЛЕДНЕЕ ЛЕТО ДЕТСТВА». (12+)
- 18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)
- 20.00 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)
- 21.25 «ДЕВЧАТА». (12+)
- СССР, 1961 г.
- 23.15 «ВЕСНА». (12+)
- 01.05 «ЧЕЛОВЕК НА СВОЁМ МЕСТЕ». (12+)
- 02.40 «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (12+)
- 04.25 «ЗАГАДКА ЭНДХАУЗА». (12+)
- 06.00 Перерыв в вещании с 02.00 до 11.00
- 11.00 «ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
- 12.25 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
- 14.55 «ПОСЛЕДНЕЕ ЛЕТО ДЕТСТВА». (12+)
- 18.25 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)
- 20.00 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)
- 21.25 «ДЕВЧАТА». (12+)
- СССР, 1961 г.
- 23.15 «ВЕСНА». (12+)
- 01.05 «ЧЕЛОВЕК НА СВОЁМ МЕСТЕ». (12+)
- 02.40 «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ». (12+)
- 04.25 «ЗАГАДКА ЭНДХАУЗА». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 05.40, 06.10 Пилигрим. По местам Царственных стратотерпевцев. (6+)
- 06.45 «Путеводительница». Мультфильм. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Убийство Романовых. Факты и мифы. (0+)
- 12.05 День Патриарха. (0+)
- 12.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдодопереводом). (12+)
- 13.10, 13.40 Монастырская кухня. (0+)
- 14.05 «НА БЕРЕГУ БОЛЬШОЙ РЕКИ». (6+)
- СССР, 1980 г.
- 15.30, 17.05 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ». 2-3 серии. (12+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдодопереводом). (0+)
- 19.30, 01.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдодопереводом). (12+)
- 20.25 Лето Господне. Царственные стратотерпцы. (6+)
- 22.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 Спас-стрим. (16+)
- 02.00 Тайна Ипатьевского подвала. Предательство Европы. (0+)
- 02.50 Корона под молотом. (0+)
- 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдодопереводом). (0+)

Православный календарь

17 июля  
Седмица 4-я по Пятидесятнице. Глас 2.  
Прп. Андрея Рублёва, иконописца.



Свт. Андрея, архиеп. Критского. Прп. Марфы, матери прп. Симеона Дивногорца. Стратотерпевец Императора Николая II, Императрицы Александры, царевича Алексея, великих княжон Ольги, Татианы, Марии, Анастасии и стратотерпца праведного Евгения врача. Мчч. Феодота и Феодотии. Сщмч. Феодора, еп. Кирикийского. Блгв. вел. кн. Андрея Боголюбского. Обретение мощей прп. Евфимия Суздальского, чудотворца. Сщмчч. Саввы, еп. Горнокарловацкого (Серб.). Сщмчч. Димитрия пресвитера. Галатской иконы Божией Матери.

Постный день. Разрешается рыба.  
«Делайте свое, а как другие на вас смотрят, не считайте того важным. Ибо верен суд только Божий. Люди же и себя плохо знают, тем паче других».  
Свт. Феофан Затворник

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 <p>10.10 «Жить здорово!» (16+)</p> <p>05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «Модный приговор». (0+) 10.10 «Жить здорово!» (16+) 11.00 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 «Давай поженимся!» (16+) 16.05 «Мужское / Женское». (16+) 17.00 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.30 Информационный канал. (16+) 20.00 «ИЩЕЙКА». (16+) 21.00 «Время» 22.00 «ДВА БЕРЕГА». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 00.10 Подкаст.Лаб. (16+) 03.00 Новости</p>	 <p>20.00 Вести</p> <p>05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 13.00 «ХУДОЖНИК». (12+) 14.00 Вести 14.35 Вести. Местное время 15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+) 17.00 Вести 17.30 Прямой эфир. (16+) 18.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ПЯТАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+) Вернувшись домой после чудесного вечера в ресторане, Динка и Петер оказываются наедине и проводят ночь вместе. Утром тётя Наташа начинает уговаривать Динку остаться с Петером навсегда и стать его женой. 00.50 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+) 02.40 «ВАСИЛИСА». (12+)</p>	 <p>06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)</p> <p>04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+) 10.00 «Сегодня» 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+) 11.00 «ПЁС». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+) 16.00 «Сегодня» 16.45 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) Джексон, вопреки приказу Шилова, один отправляется на встречу с сотрудником УСБ ФСИН Галеевым... 19.00 «Сегодня» 20.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+) 23.35 «Сегодня» 00.00 «МЕЛЬНИК». (16+) 03.30 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)</p>	 <p>06.30 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>06.00 Ералаш. (0+) 06.30 «Маша и Медведь». (0+) 08.00 «КИБЕР ИВАН». (16+) 11.35 «ЖИРАФ РАФ». (6+) 13.05 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+) 15.10 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+) 17.10 Уральские пельмени. (16+) 18.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+) 21.00 «ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА». (12+) 23.05 «Я ХОЧУ! Я БУДУ!» (12+) У Нади есть семья, работа в университете, статус, но нет чувства, что она живёт своей жизнью. После измены и ухода мужа к ней приходит осознание, что так жить больше нельзя. 01.00 «КРАСОТКИ». (16+) 02.40 «ПИЩЕБЛОК». (18+) 03.25 «КРЫША МИРА». (16+) 05.00 «Мультфильмы». (0+) 05.50 Ералаш. (0+)</p>	 <p>13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>07.00 «Утро ТНТ». (16+) 08.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+) Сергей сообщает, что теперь заменяет отца. Жанна рассказывает Нине, что Саша и Сергей встречаются. Саша ревнует Сергея к Алине и делится с ним своими переживаниями. 09.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+) 13.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 20.00 «ИРА». (16+) 21.30 «Однажды в России». (16+) 22.30 «ВАСЯ НЕ В СЕБЕ». (16+) 00.30 «ДЖЕНТЕЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!» (6+) 02.15 «Импровизация. Команды». (16+) 03.45 «Импровизация». (16+) 05.20 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 06.00 «Утро ТНТ». (16+)</p>	 <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Документальный спецпроект». (16+) 10.00 «Засекреченные спски». (16+) 11.00 «Как устроен мир». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 02.55 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ОПАСНЫЙ БИЗ-НЕС». (16+) 22.00 «Наука и техника». (16+) 00.30 «НОКАУТ». (18+)</p>			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
<p>05.00 Гастротур. (16+) 05.50 Пятница News. (16+) 06.30 Зовите шефа. (16+) 07.20 Мастер-кондитер. (16+) 10.10 Четыре свадьбы. (16+) 12.00 Богиня сыска. (16+) 13.10 Четыре свадьбы. (16+) 19.00 Четыре жены. (16+) 00.00 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (0+) 01.40 Пятница News. (16+) 02.00 Инсайдеры. (16+) 03.50 Черный список. (16+) 04.20 Пятница News. (16+) 04.50 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)</p>	<p>06.00 Дорожные драмы. (16+) 06.10 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.00 Дорожные войны. (16+) 11.15 «СОЛДАТЫ-15». (16+) 14.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+) 20.00 02.40 Решала. (16+) 21.00 Заступницы. (16+) Ведущие проекта - журналист Виктория Разницына и адвокат Ольга Митрофанова. К ним можно обратиться с любой проблемой. 23.00 Опасные связи. (18+) 05.00 Дорожные драмы. (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение 11.00 23.50 «Путешествие Марка Твена в Иерусалим». (12+) 15.10 «МУХА». (16+) 17.00 «Формула здоровья». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 20.40 03.55 «ЧЁРНЫЕ КОШКИ». (16+) 22.15 «БАКЕНБАРДЫ». (16+) 00.45 «Один день из жизни врача». (12+) 01.10 ОТражение. Главное. (12+)</p>	<p>04.40 «Путь к Победе» (16+) 05.40 «ЛЕДОКОЛ». (16+) 07.40 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+) 09.15 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (16+) 16.25 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+) Наступление фашистов на Советский Союз активно разворачивается согласно плану «Барбаросса». Вражеские войска быстро продвигаются вглубь страны. Главным героям придется встретиться с врагом лицом к лицу и отбить захваченных в плен ученых и их родных. 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+) 02.40 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)</p>

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. «Дракошья», «Фиксики», «Смешарики», «Барбоскины». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Цветняшки!» (0+) 07.45 «Петроникс». (0+) 08.10 «Отель у овечек». (0+) 09.30 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+) 09.40 «Смеш! Юные супергерои». (0+) 10.45 «Простоквашино». (0+) 11.45 «Буба». (6+) 12.50 «Люк - путешественник во времени». (6+) 13.35 «Династер». (6+) 14.05 «Инфинити Надо». (6+) 14.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+) 16.00 Час «Союзмультфильма». (6+) 17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 17.10 «Кошечки-собачки». (0+) 18.35 «Оранжевая корова». (0+) Музыкальный мультсериал про семью дружных оранжевых коров. 19.45 «Ум и Хрум». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.20 «Сказочный патруль». (0+) 22.05 «Карбот». (6+) 22.35 «Дикие скричеры!» (6+) 23.00 «Гризли и лемминги». (6+) 00.30 «Машины сказки», «Машины страшилки», «Машины песенки». (0+) 02.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)</p>	<p>06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+) 07.00 «Маша и Медведь». (0+) 08.00, 13.30, 19.00, 23.00, 04.30 «Барбоскины». (0+) 09.00 «Сказочный патруль». (0+) 10.00, 05.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+) 11.00, 20.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) Мультсериал рассказывает о приключениях белого медвежонка по имени Белая Тучка и буроого по имени Кеша, а также их друзей Лисички и цыпленка Цыпы. Несмотря на разные, а иногда даже диаметрально противоположные характеры, медвежата находят выход из любой ситуации, потому что их дружба сильнее любых проблем. 13.00 «Кошечки-собачки». (0+) 15.00 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+) 15.15 «Простоквашино». (0+) 17.00 «Мотофайтеры». (6+) 17.15 «Фиксики». (0+) 18.00, 02.15 «Лунтик». (0+) 21.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Маша и Медведь». (0+) 22.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес», «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+) 00.00 «Турбозавры». (0+) 00.35 «Буба». (6+) 01.25 «Мини-Мишки». (0+) 03.00 «Кошечки-собачки. Милые песни. Рифмовалка», «Кошечки-собачки». (0+) 03.30 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)</p>

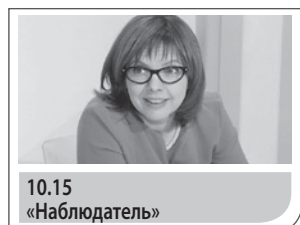
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ДОКТОР
<p>00.00, 01.00 Афганистан 1979-1989. (16+) 02.05 Карибский кризис. Послесловие. (12+) 03.05, 19.10, 23.10 Историкограф. (12+) 03.50 Вторая мировая. Великая Отечественная. (16+) 04.50 Артековский закат. (12+) 05.50 Возврату подлежит. Долгий путь домой. (12+) 06.45 Северный морской путь. (16+) 07.45 История одной фотографии. (6+) 08.00 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+) 09.05, 13.00, 16.45, 21.00 Великие битвы России. (12+) 10.10, 10.40, 12.30, 18.20, 18.40, 22.15, 22.45 Трудные вопросы истории России. (12+) 11.05, 11.35 В поисках утраченного искусства. (12+) 12.00 Взгляд с высоты. Речные караваны. Волхов. (12+) 13.55 Обыкновенная история. (6+) 14.05 Секреты истории. (12+) 16.00 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+) 17.40, 20.55 Семь дней истории. (12+) 17.50 Сквозь времена: Александровский дворец. (12+) 20.00 Историада. (12+) 21.50 Россия научная. Великие имена: Иван Павлов. (12+)</p>	<p>06.15 Великие битвы. Сталинград. (16+) 07.05 Исторический центр Мостара, Босния и Герцеговина. (12+) 07.35 Мечеть Джумая, Болгария. (12+) 08.10 Истоки Испании. (16+) 09.05 Хомо Сапиенс: история одного вида. (12+) 10.10 Настоящая история викингов. (12+) 11.05, 03.05 Процесс над ведьмами Пендла. (16+) 12.15 Место преступления: древность. (16+) 13.15 Разгадка тайны пирамид. (12+) 14.10 Блокбастеры 80-х - когда Голливуд играл жесткому. (16+) 15.15, 15.40 История вещей. (16+) 16.05 Крепость Трапезица, Велико-Тырново, Болгария. (12+) 16.35 Эль-Саггарито, Эквадор. (12+) 17.05 Истоки Испании: Реконкиста. (16+) 18.05 Древний апокалипсис: Доггерленд. (16+) 19.05 Настоящая история викингов. (12+) 20.00, 21.00 НЛО. (16+) 21.55, 23.00 Война в Корее. (12+) 00.00 Исторический центр Мостара, Босния и Герцеговина. (12+) 01.25 Хомо Сапиенс: история одного вида. (12+) 02.20 Настоящая история викингов. (12+) 04.10 Место преступления: древность. (16+)</p>	<p>06.00, 11.15, 18.55, 03.30 О самом главном. Питание 60+. (12+) 06.55, 20.50, 04.25 Научные сенсации. Продлить жизнь. (12+) 120 лет - это средняя продолжительность жизни, которой население Земли сможет достичь уже в 21-м веке. Если, конечно, сохранятся текущие темпы развития медицины и высоких технологий. Но многие учёные уже сегодня бьются над тем, чтобы шагнуть гораздо дальше... 07.45, 22.40 Доктор на работе. (12+) 10.45 Метод исследования. Паразиты. (12+) 12.15, 20.20, 01.30 Без халатов. (12+) 12.45 ДокТок с Эвелиной Закамской. Ментальное здоровье. Эпидемия психических болезней? (12+) 13.15 Я, человек. Фильм 1. (12+) 14.05 О самом главном. О чём предупреждает тошнота? (12+) 15.00 Доктор на работе. Прямой эфир 17.55 В ожидании вечной жизни. (12+) 19.55, 05.35 На приёме у Михаила Лабковского. Синдром выученной беспомощности. (12+) 21.40 О самом главном. Главное о насморке. (12+) 01.55 Пастер и Кох. Дуэль гигантов в мире микробов. (12+) 05.10 От первого лица. Ольга Тиунова. Успех ребёнка в спорте. (12+)</p>	

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



РОССИЯ К  
Культура



10.15 «Наблюдатель»

06.30 «Сергий Радонежский»  
07.05 «Забывшее ремесло»  
07.20 20.30 Театральная летопись  
07.50 «Предки наших предков»  
08.30 «Жизнь и судьба»  
08.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА»  
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры  
10.15 «Наблюдатель»  
11.15 19.45 Письма из провинции  
11.50 Абсолютный слух  
12.45 «Лунные скитальцы»  
13.30 01.20 Больше, чем любовь  
14.10 «ДЕЛО ЗА ТОБОЙ!»  
15.30 02.00 «Рахманинов»  
16.30 «Коллекция»  
17.15 23.45 «СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН»  
19.00 «Кто мы?»  
20.15 «Спокойной ночи, малыши!»  
21.00 Спектакль «Где мы? Оо!» (16+)  
03.00 Перерыв в вещании

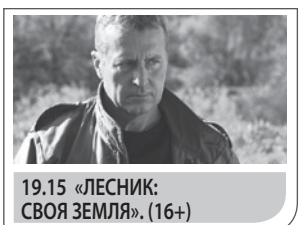
ТВЦ



13.40 «Мой герой». (12+)

06.00 «Настроение»  
08.15 «Москва резиновая». (16+)  
08.45 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: СЛЕДЫ СМЕРТИ».  
10.35 02.15 «Назад в СССР». (16+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 События  
11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ЗОНА КОМФОРТА». (12+)  
13.40 «Мой герой». (12+)  
14.50 Город новостей  
15.05 02.55 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЁТ». (16+)  
17.10 18.15 «МАРЛЕН». (16+)  
22.35 «10 самых...» (16+)  
23.05 «Легенды эстрады. Бешеные деньги». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.35 «Петровка, 38». (16+)  
00.55 «Следствие ведёт КГБ. Шпион на миллиард долларов». (16+)  
01.35 «Русские тайны. НЛО». (16+)  
04.30 Тайна песни. (16+)

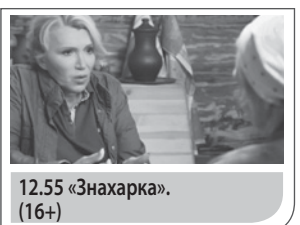
ТВ-3



19.15 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)  
06.45 05.30 «Мультфильмы». (0+)  
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
08.30 15.00 18.00 22.15 Новости. (16+)  
08.40 16.15 «Слепая». (16+)  
09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)  
10.00 13.30 15.10 Гадалка. (16+)  
11.15 Знаки судьбы. (16+)  
12.20 Мистические истории. (16+)  
18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)  
19.15 22.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)  
23.00 Последний герой. Русский сезон. (16+)  
00.45 «МИЛЫЙ ДРУГ». (16+)  
У Симона есть необычная способность - он может перевоплощаться во все, к чему когда-либо прикасался.  
02.15 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)

ДОМАШНИЙ



12.55 «Знахарка». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)  
07.20 Давай разведёмся! (16+)  
08.20 Тест на отцовство. (16+)  
10.30 «Понять. Простить». (16+)  
11.45 «Порча». (16+)  
12.55 «Знахарка». (16+)  
13.30 «Верну любимого». (16+)  
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)  
14.40 «ЦЕНА ОШИБКИ». (16+)  
19.00 «ТЕНИ СТАРОГО ШКАФА». (16+)  
23.20 «Понять. Простить». (16+)  
00.35 «Порча». (16+)  
01.35 «Знахарка». (16+)  
02.05 «Верну любимого». (16+)  
02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)  
02.55 Тест на отцовство. (16+)  
04.35 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 «Известия». (16+)  
05.30 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)  
08.30 09.30 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)  
13.30 17.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3». (16+)  
17.00 «Известия». (16+)  
18.00 «СЛЕД». (16+)  
21.20 «ФИЛИН-2». (16+)  
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)  
00.30 «СВОИ-3». (16+)  
02.40 «СЛЕД». (16+)

**ЗВЕЗДА**

06.10 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (16+)  
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)  
09.30 13.20 15.05 17.15 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ». (16+)  
15.00 Военные новости. (16+)  
18.10 «Шахматные партии холодной войны». (16+)  
19.35 «Код доступа». (12+)  
22.45 «ВОЙНА И МИР». (12+)  
00.50 «СЕМНАДЦАТЫЙ ТРАНСАТЛАНТИЧЕСКИЙ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)  
11.00 15.00 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА». (16+)  
12.00 04.00 «Здоровая среда». (12+)  
13.00 16.30 «СЕЛЬСКИЙ УЧИТЕЛЬ». (16+)  
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)  
14.30 «День вместе». (12+)  
17.30 «Открытая наука». (12+)  
18.00 «Великий, могучий». (12+)  
18.15 01.30 «От 7 до 17». (12+)  
18.45 22.30 «Служу Отчеству». (12+)  
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)  
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)  
20.00 22.00 01.00 «Арт-Проспект». (12+)  
20.30 00.30 «Мастерская спорта». (12+)  
22.45 «Спортивная семья». (12+)  
23.00 «ТАЙНА СНЕЖНОЙ КОРОЛЕВЫ». (12+)  
Главную героиню называют «Снежной Королевой», но она никого не замораживала...  
03.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

**МАТЧ!** МАТЧ! ТВ

06.00 «Лучшие из лучших». (12+)  
06.30 «Третий тайм». (12+)  
07.00 10.00 15.25 18.30 Новости  
07.05 15.30 18.35 23.00 Все на Матч!  
10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)  
10.25 «Игра миллионов». (12+)  
11.25 Смешанные единоборства. (16+)  
12.55 Новости  
13.00 «Есть тема!»  
14.25 00.00 «Выше Олимпиа». (12+)  
16.15 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)  
16.45 «Сыновья скорости. Хант против Лауды». (12+)  
19.25 Профессиональный бокс. (16+)  
21.30 Бильярд. BetBoom Кубок чемпионов. Прямая трансляция из Москвы  
01.00 Смешанные единоборства. Р. Намаюнас - Т. Кортез. UFC. Трансляция из США. (16+)

**МАТЧ! СТРАНА**

06.00 Гандбол. Кубок России. Финал 4-х. (0+)  
07.20 «Парусный спорт» (16+)  
07.50 10.00 13.00 Новости  
07.55 01.00 Бильярд. Кубок чемпионов. (0+)  
09.35 География спорта. (12+)  
10.05 Конный спорт. Скачки. (0+)  
12.20 15.35 22.05 02.35 Спортивный репортаж. (12+)  
12.40 16.00 22.20 Спецрепортаж. (12+)  
13.05 Дартс. (0+)  
15.15 «Мотобол. Спорт, который есть». (12+)  
16.20 17.15 пляжный волейбол. Кубок России. Финал. (6+)  
18.10 «Что за спорт?» (12+)  
18.40 19.45 Мотоспорт. (6+)  
20.55 05.25 Небесная грация. (0+)  
21.10 Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2024. (6+)  
22.40 «Есть тема!» (16+)  
23.55 «Олимпиада-80. Вопреки невозможному». (12+)  
02.50 Мини-футбол. Чемпионат России. Финал. (0+)

МУЗЫКА

**МУЗ-ТВ**

05.00 Муз'итив. (16+)  
06.00 Музэнерго. (16+)  
08.40 PRO-новости. (16+)  
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)  
10.00 Плейлист | Лето. (16+)  
11.00 ЯНАМУЗТВ. (16+)  
12.00 Очень караочен. (16+)  
12.30 Хиты по-русски. (16+)  
13.00 Консервы. (16+)  
14.00 Плейлист | Лето. (16+)  
15.00 PRO-новости. (16+)  
15.20 В десятку! (16+)

16.00 Love чат. (16+)  
17.00 Моя волна. (16+)  
18.00 PRO-новости. (16+)  
18.20, 18.55 10 самых! (16+)  
19.20 За кадром. (16+)  
19.55 Хит-Стories. (16+)  
20.25 Плейлист | Лето. (16+)  
20.40 До слез! (16+)  
21.40 PRO-новости. (16+)  
22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)  
23.00 ВК Контакты. (16+)  
00.00 10 Секс. (18+)  
01.00 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

**VIJU TV1000** VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «ШЕСТОЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)  
07.10, 08.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)  
09.15 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)  
11.10 «2:22». (16+)  
13.05 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (16+)  
14.45 «ПИДЖАК». (16+)  
16.45 «ДОННИ ДАРКО». (16+)  
19.00 «СПРОСИ У ПЫЛИ». (16+)  
Мелодрама, США, Германия, 2005 г.  
21.20 «СТРЕПИ ЛЮБИТЬ». (12+)  
Мелодрама, США, 2002 г.  
23.20, 00.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)  
01.20 «ПОМНИ МЕНЯ». (16+)  
03.00 «ПИДЖАК». (16+)  
04.40 «ДОННИ ДАРКО». (16+)

**VIJU TV1000 РУССКОЕ**

05.30 «Пин-код», «Три кота». Мультсериалы. (6+)  
06.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
06.50 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)  
08.35 «ОДИН ВДОХ». (12+)  
10.25 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)  
13.00 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)  
15.10 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)  
17.05 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)  
19.00, 20.00 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВ». (18+)  
21.05 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (18+)  
00.10 «ЛИБЕРЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)  
02.00 «ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ». (18+)  
03.20 «ЛЁТЧИК». (16+)  
05.00 «Золотая антилопа». Мультфильм. (6+)

**ДОМ КИНО**

05.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)  
06.10 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)  
07.25 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)  
08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ-2». (16+)  
10.50 «СВАТЫ». (16+)  
13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
16.00 «СВАТЫ». (16+)  
21.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)  
00.30 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (16+)  
Россия, 2022 г. В ролях: Милош Бикович, Кристина Асмус, Сергей Гилев  
02.15 «ДЕТКИ НАПРОКАТ». (16+)  
03.40 «ПЛЮС ОДИН». (16+)

**СУББОТА!** СУББОТА!

05.00, 07.55 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)  
07.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)  
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)  
21.00, 22.10 Богиня сыска. (16+)  
23.20, 23.50 «МАХАБХАРАТА». (16+)  
00.20 Суббота News 2024. (16+)  
00.30, 01.30, 02.20 «МЕТОД ФРЕЙДА 2». (16+)  
03.10 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)

**КИНОКОМЕДИЯ**

01.15 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)  
02.55 «ВЫШИБАЛА». (18+)  
04.20 «МОДНАЯ ШТУЧКА». (12+)  
06.10 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)  
08.00 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)  
09.35 «ЭКЗАМЕН ДЛЯ ДВОИХ». (12+)  
11.30 «УЧИТЕЛЬ ГОДА». (16+)  
13.40 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (18+)  
15.25 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)  
17.40 «РОДНЫЕ». (18+)  
Комедия, драма, Россия, 2021 г.  
19.30 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (12+)  
21.35 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)  
23.35 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (18+)

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

06.35 «МАШЕНЬКА». (12+)  
07.55 Мультфильмы. (0+)  
08.55 «СТО ГРАММ» ДЛЯ ХРАБРОСТИ... (12+)  
10.20 «НЕЙЛОН 100%». (12+)  
11.50 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (12+)  
13.10 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (12+)  
14.25 «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». (16+)  
16.20 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)  
18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-10». (16+)  
19.45 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+)  
21.30 «БУДЬТЕ МОИМ МУЖЕМ». (12+)  
23.05 «НЕЖДАННО-НЕГАДАННО». (12+)  
00.35 «Свидетели. Без обид. Александр Ширвиндт». (12+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)  
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов, Наталья Данилова  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА». (12+)  
13.00, 21.00, 05.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)  
Сериал. Детектив, мелодрама, Россия, 2016 г.

**СТС LOVE** СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)  
09.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)  
12.15 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)  
В Советском Союзе люди очень любили путешествовать. Перед советским человеком были открыты все дороги в пределах нашей необъятной родины, а чтобы выехать за границу Ване нужно было получить кучу справок и характеристик...  
17.05 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ». (16+)  
22.00 Сердца за любовь. (16+)  
00.55 «МАРГОША». (16+)  
04.00 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**СПАС**

05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 «ПРИТЧИ-2». (0+)  
06.20 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
11.00 Тайна бессмертия. (0+)  
12.30 День Патриарха. (0+)  
12.40 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
13.35 Монастырская кухня. (0+)  
14.05 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ». (12+)  
СССР, 1959 г.  
15.45, 17.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ». 3-4 серии. (12+)  
18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

19.30, 01.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
20.25 Союз-Аполлон. Сила притяжения. (0+)  
21.30 День Ангела: Преподобный Сергий Радонежский. (0+)  
22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)  
23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)  
00.05 День Патриарха. (0+)  
00.20 Спас-стрим. (16+)  
02.00 Святые войны: Александр Пересвет и Андрей Ослябя. (6+)  
02.30 Сергей Радонежский. Земное и небесное. (0+)  
03.20 День Ангела. (0+)  
03.50 От подъема до отбоя. (0+)

Православный календарь

18 июля  
Седмица 4-я по Пятидесятнице. Глас 2.  
Прп. Афанасия Афонского.



Обретение честных мощей прп. Сергия, игумена Радонежского. Мцц. Анны и Кириллы. Прп. Лампада Иринопольского. Сщмч. Геннадия пресвитера. Прмцц. вел. кн. Елисаветы и инокини Варвары. Прп. Агапита исп. Иконы Божией Матери, именуемой «Экономисса».

Поста нет.

« Не нужно беспокоиться в этой жизни о несправедливостях, которые причинили нам люди или бесы, потому что это не беспокоит и Бога, ибо Он записывает все эти несправедливости и хранит их с процентами в Своей небесной сберегательной кассе».

Прп. Паисий Святогорец

**ПЕРВЫЙ**



21.00 «Время»

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.35 Информационный канал. (16+)
- 19.45 «Поле чудес». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «Фантастика». (12+)
- 23.50 «ДЖИЛЬДА». (16+)
- 02.00 Подкаст.Лаб. (16+)

**РОССИЯ 1**



13.00 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым. (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+)
- 13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 14.00 Вести
- 14.35 Вести. Местное время
- 15.00 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.30 Прямой эфир. (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.15 Вести. Местное время
- 21.30 «Ну-ка, все вместе! Народный кастинг». (12+)
- 23.55 «Истории Большой Страны». (12+)
- Смешные и остроумные истории из нашей повседневной жизни...
- 00.55 «БАХАР: ПО ИМЕНИ ВЕСНА». (16+)
- 02.45 «С ЧИСТОГО ЛИСТА». (12+)

**НТВ**



13.25 «Чрезвычайное происшествие»

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 11.00 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 23.40 «Гала-концерт V Юбилейного форума Агутина. К 55-летию Анжелики Варум». (0+)
- 01.40 «Квартирный вопрос». (0+)
- 02.30 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)

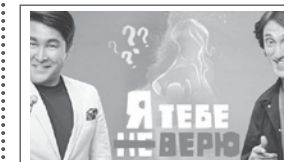
**СТС**



09.00 Окнутые люди. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 07.45 На стиле с Глюк'оЗой. (16+)
- 08.15 Интуристы. (16+)
- 09.00 Премьера. Окнутые люди. (16+)
- 10.00 Премьера. Окнутые люди. (16+)
- 11.05 Шоу «Русская дорога». (16+)
- 12.40 Уральские пельмени. (16+)
- 12.45 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 01.00 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (18+)
- 02.55 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- За последний век мир изменился. Адалин - нет. Она родилась в 1908 году. В 1937 году её ударила молния. С тех пор внешность Адалин не меняется - она молода и красива, не смотря на проходящие десятилетия.
- 04.40 «КРЫША МИРА». (16+)
- 05.00 «Мультфильмы». (0+)

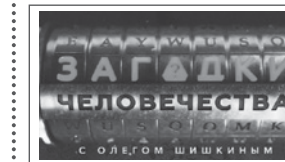
**ТНТ**



03.25 «Я тебе не верю». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
- 18.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- Новый сезон уникального шоу, в котором 10 незнакомцев делают вид, что умеют петь, хотя на самом деле это утверждение правдиво лишь наполовину.
- 20.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 00.00 «КРАСНАЯ ЖАРА». (18+)
- Московский милиционер капитан Иван Данко ставит перед собой задачу победить наркобарона. Чтобы арестовать бандита, Иван направляется в рассадник капиталистической заразы - город Чикаго.
- 01.50 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.25 «Я тебе не верю». (16+)
- 04.10 «Импровизация». (16+)
- 05.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

**РЕН**



13.00 «Загадки человечества». (16+)

- 05.00 18.00 03.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 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 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 «Главные тайны мира». (16+)
- 20.00 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
- 21.45 «ПОХИЩЕНИЕ». (16+)
- 23.35 «АВТОБАН». (18+)
- 01.30 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

**ПЯТНИЦА**

- 05.00 Гастротур. (16+)
- 05.50 Пятница News. (16+)
- 06.10 Зовите шефа. (16+)
- 07.10 Мастер-кондитер. (16+)
- Участники проекта «Мастер-кондитер» продолжают выполнять непростые задания, которые подготовили для них Ренат Агзамов и Ольга Ваширина.
- 10.00 Пробный переезд. (16+)
- 11.00 Черный список. (16+)
- 00.00 «РОБО». (18+)
- 03.00 Пятница News. (16+)
- 03.20 Черный список. (16+)
- 04.10 Пятница News. (16+)

**Ю**

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.55 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 11.55 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 13.55 «Супербабушка». (16+)
- 16.20 Барышня-крестьянка. (16+)
- В реалити-эксперименте принимают участие две девушки из разных слоев общества. Богатая героиня из города, которая не привыкла считать деньги, и бедная жительница деревни, которая знает о роскошной жизни только из картинок в журналах или ТВ-программ.
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
- 02.00 «Измены». (16+)

**ЧЕ!**

- 06.00 Дорожные драмы. (16+)
- 06.10 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
- 07.00 Дорожные войны. (16+)
- 11.00 Решала. (16+)
- 21.00 Опасные связи. (16+)
- Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто!
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 02.40 Утилизатор. (16+)
- 04.15 Утилизатор. (12+)

**МИР**

- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 06.15 (Не) Фантастика (12+)
- 06.25, 08.05, 10.10, 11.05, 17.15, 14.10 Дела судебные. (16+)
- 09.00, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 13.15 Мировое соглашение. (16+)
- 16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
- 18.50 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
- 20.50 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
- 22.35 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ 2». (16+)
- 00.30 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
- 03.00 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

**ОТР**

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 Отражение
- 11.00 05.05 «Путешествие в классику. Великие композиторы». (12+)
- 15.10 «БАКЕНБАРДЫ». (16+)
- 17.00 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 20.40 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (0+)
- 22.55 «СТАРИК С ПИСТОЛЕТОМ». (16+)
- 00.25 «КАЙРА». (18+)
- 01.30 «ПОЕЗД ИДЁТ НА ВОСТОК». (12+)

**ПОБЕДА**

- 04.10 «Путь к Победе». (16+)
- 05.05 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
- 07.05 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (12+)
- 08.55 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)
- 12.40 «МУРКА». (16+)
- Маруся Климова вместе со своим женихом Иваном направляется в Одессу в составе секретного отряда ГПУ. Им предстоит заявить себя в городе в качестве новой банды и познакомиться с бывалой гангстершей Цилей Центнер...
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «ВЕСУРИ». (16+)
- 02.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
- 03.40 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)

**ДЕТСКИЕ**

**КАРУСЕЛЬ**

- 05.00 Ранние пташки. «Дракошия», «Фиксики», «Смешарики», «Барбоскины». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Цветяшки!» (0+)
- 07.45 «Петроникс». (0+)
- 08.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.30 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)
- Яркие истории о приключениях неразлучных друзей.
- 09.40 «Волшебная кухня». (0+)
- Малышка Майя приглашает вас на Волшебную кухню!
- 10.45 «Царевны». (0+)
- 13.35 «Диностер». (6+)
- 14.05 «Инфинити Надор». (6+)
- 14.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (6+)
- 17.05 «Мини-Мишки». (0+)
- 20.05 «Люк - путешественник во времени. Потерянный город инков». (6+)
- Путешественник во времени Люк отправляется в страну инков Перу!
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Сказочный патруль». (0+)
- Невероятные приключения четырех юных волшебниц - Аленки, Вари, Маши и Снежки.
- 23.00 «Ералаш». (6+)
- 00.30 «Машины сказки», «Машины страшилки», «Машины песенки». (0+)
- 02.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 03.30 «Грузовичок Лёва». (0+)

**МУЛЬТ**

- 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 07.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00, 13.30, 19.00, 23.00, 04.35 «Барбоскины». (0+)
- 09.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 10.00, 17.15 «Фиксики». (0+)
- 11.00, 20.00, 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 13.00, 03.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 15.00 «Тобот. Детективы Галлактики». (6+)
- 15.30 «Простоквашино». (0+)
- 17.00 «Мотофайтеры». (6+)
- 18.00, 02.15 «Лунтики». (0+)
- 21.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Маша и Медведь». (0+)
- 22.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес», «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)
- 00.00 «Турбозавры». (0+)
- Мультсериал о команде уникальных машин-динозавров, которые живут на нашей планете уже миллионы лет, но не менее важными персонажами являются дети - Петя, Катя и их маленький брат Ипполит. Через дружбу детей с Турбозаврами и проявляются все ценности сериала: взаимовыручка, поддержка друзей, забота об окружающих. «Нет ничего невозможного!» - эта любимая присказка Пети может являться девизом всего сериала.
- 00.40 «Буба». (6+)
- 03.35 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
- 05.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

**365**

- 00.00 Вторая мировая. Великая Отечественная. (16+)
- 00.55 Артековский загал. (12+)
- 02.00 Возврату подлежит. Долгий путь домой. (12+)
- 02.50 Северный морской путь. (16+)
- 03.50 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+)
- 04.50, 17.50 Семь дней истории. (12+)
- 05.00, 09.00, 13.00, 16.55 Великие битвы России. (12+)
- 06.05, 06.40, 08.25, 14.20, 14.40, 17.55, 18.25, 22.05, 22.35 Трудные вопросы истории России. (12+)
- 07.05, 07.30 В поисках утраченного искусства. (12+)
- 08.00 Взгляд с высоты. Речные караваны. Волхов. (12+)
- 09.55, 23.00 Обыкновенная история. (6+)
- 10.05 Секреты истории. (12+)
- 12.00 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+)
- 12.45 Кольцо «А». (12+)
- 13.50 Сквозь времена. (12+)
- 15.10, 19.10, 23.10 Историкограф. (12+)
- 16.00 Россияда. (12+)
- 18.55 Россия научная. Великие имена: Николай Пирогов. (12+)
- 20.00, 20.35 «ИМПЕРАТРИЦЫ». (12+)
- 21.15 Всемирное наследие. Россия: Ферапонтов монастырь. (12+)

**VJU HISTORY**

- 06.00 Война в Корее. (12+)
- 06.50 Истоки Испании: Реконкиста. (16+)
- 07.50 Древний апокалипсис: Доггерленд. (16+)
- 08.50 Настоящая история викингов: Работогровля викингов. (12+)
- 09.40, 10.40 НЛО. (16+)
- Журналисты, бывшие сотрудники разведки и учёные вспоминают самые известные случаи наблюдения летающих тарелок...
- 11.35 Вествуд: Панк, икона, активист. (16+)
- 13.05 Мартин Лютер Кинг и ФБР. (16+)
- 14.00 Однажды... Тарантино. (16+)
- 15.55 Мечеть Абуль-Аббаса, Египет. (12+)
- 16.25 Форт Сант-Анджело, Биргу, Мальта. (12+)
- 16.55 Истоки Испании: Нация. (16+)
- 17.55 Древний апокалипсис: Затерянный город Гелика. (16+)
- 18.55 Викинги. Утерянное царство. (12+)
- 20.00, 20.55 НЛО. (16+)
- 21.55, 22.55 Война в Корее. (12+)
- 23.55 Крепость Трапезица, Велико-Тырново, Болгария. (12+)
- 00.25 Эль-Саггариро, Эквадор. (12+)
- 00.55 Истоки Испании. (16+)
- 01.50 Древний апокалипсис: Доггерленд. (16+)
- 02.40 Настоящая история викингов. (12+)
- 03.30, 04.20 НЛО. (16+)

**ДОКТОР**

- 06.00, 11.20, 18.55, 03.40 О самом главном. Как болезнь Крона разрушает кишечник. (12+)
- 06.55, 20.50, 05.00 Это лечится. Правда о простате. (12+)
- Доктор медицинских наук, профессор, основатель и руководитель клиники мужского здоровья Михаил Чалый и его коллеги расскажут всю правду о простате.
- 07.20, 21.20, 04.35 #Навидео. (12+)
- 07.50, 22.50 Доктор на работе. (12+)
- 10.50 На приёме у Михаила Лабковского. Синдром выученной беспомощности. (12+)
- 12.15, 20.20, 01.40 Без халатов. (12+)
- 12.45 #Навидео. Выпуск 6. (12+)
- 13.15 Я, человек. Фильм 2. (12+)
- 14.00 О самом главном. Главное о насморке. (12+)
- 15.00 Доктор на работе. Лучшее. (12+)
- 17.25 Доктор с Эвелиной Закамской. Заболевание органов слуха. Эпидемия нового века. (12+)
- 17.55 Эпидемия нового века. Ничего не вижу, ничего не слышу. (12+)
- 18.25 Большой скачок. Сладкое золото ацтеков. (12+)
- 19.50, 05.30 Еда. Сахар. (12+)
- 21.50 О самом главном. (12+)
- 02.05 Тайны нашего тела. (16+)

РОССИЯ К  
Культура



10.00 Новости культуры

- 06.30 «Сюжеты зимней Тарусы»
- 07.20 20.30 Театральная летопись
- 07.50 «Предки наших предков»
- 08.40 «ДЕЛО ЗА ТОБОЙ!»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 Письма из провинции
- 11.45 Эпизоды
- 12.45 «Женский космос»
- 13.25 Больше, чем любовь
- 14.05 Спектакль «Безумный день, или Женитьба Фигаро»
- 17.15 00.05 «СИМФОНИЧЕСКИЙ РОМАН»
- 18.45 «Небесные ласточки». Моя любимая Бабетта! Странно это, странно это!»
- 19.45 «Искатели»
- 21.00 «ОНА ВАС ЛЮБИТ»
- 22.25 Концерт «На бис!»
- 23.50 «Первые в мире»
- 01.30 «Роман в камне»
- 02.00 «Рахманинов»

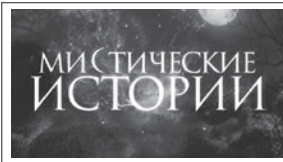
ТВЦ



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

- 06.00 «Настроение»
- 08.25 «ТРОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 11.30 События
- 11.55 «Петровка, 38». (16+)
- 12.10 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ДЕДУШКИНА ВНУЧКА». (12+)
- 14.30 События
- 14.55 Город новостей
- 15.10 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ДЕДУШКИНА ВНУЧКА». (12+)
- 17.10 «МАРЛЕН». (16+)
- 17.50 События
- 18.15 «МАРЛЕН». (16+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.05 «Хорошие песни». (12+)
- 01.10 «ДЕЛО РУМЯНЦЕВА». (0+)
- 02.50 «Петровка, 38». (16+)
- 03.05 «КОММУНАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
- 04.35 «Легенды эстрады. Бешеные деньги». (16+)

ТВ-3



12.20 Мистические истории. (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 05.30 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 15.00 18.00 22.15 Новости. (16+)
- 08.40 16.45 18.10 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 10.00 13.30 Гадалка. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 14.30 15.10 Вернувшиеся. Золотая коллекция. (16+)
- 15.45 Врачи. (16+)
- 20.00 22.25 «ТРАССА 60». (16+)
- 22.45 «ОПАСНЫЙ СОБЛАЗН». (16+)
- 01.00 «ТЕМНОЕ ЗЕРКАЛО». (18+)
- 02.30 «ДЖЕК И БОБОВЫЙ СТЕБЕЛЬ». (12+)
- 04.00 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)

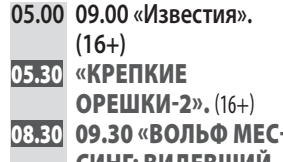
ДОМАШНИЙ



13.30 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.20 Давай разведёмся! (16+)
- 08.20 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.35 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА САНТЕХНИКА». (16+)
- 19.00 «МЕХАНИКА ЛЮБВИ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 «6 кадров». (16+)
- 03.15 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

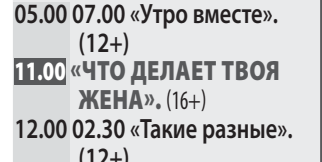
5-й КАНАЛ



05.00 09.00 «Известия». (16+)

- 05.30 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 08.30 09.30 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 17.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 18.00 «СЛЕД». (16+)
- 00.40 Они потрясли мир. (12+)
- 02.10 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 07.05 «ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (12+)
- 09.10 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». (12+)
- 12.35 13.20 15.05 «ЧЕРЕЗ ГОБИ И ХИНГАН». (12+)
- 16.50 17.15 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 19.30 «Загадки века». (12+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 01.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА». (16+)
- 12.00 02.30 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «СЕЛЬСКИЙ УЧИТЕЛЬ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 15.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 17.30 «Здоровая среда». (12+)
- 18.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 02.00 «Адрес истории». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.30 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Живет Россия». (12+)
- 23.30 «КРАЙ». (16+)
- В августе 1945-го в далекий поселок с названием Край с войны возвращается бывший танкист Игнат, чья страсть - паровозы.
- 03.30 «БЕСТСЕЛЛЕР ПО ЛЮБВИ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 «Лучшие из лучших». (12+)
- 06.30 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 07.00 10.00 12.50 15.40 19.25 Новости
- 07.05 14.10 19.30 23.00 Все на Матч!
- 10.05 Небесная грация. (0+)
- 10.25 «Игра миллионов». (12+)
- 11.25 Бокс. (16+)
- 12.30 Лица страны. (12+)
- 12.55 Пляжный футбол. «Локомотив» (Москва) - «Краснодар-ЮМР». Чемпионат России
- 14.25 Пляжный футбол. «Строгино» (Москва) - ЦСКА. Чемпионат России
- 15.45 Смешанные единоборства. (16+)
- 20.20 «Олимпиада 80. Вопреки невозможному». (12+)
- 21.30 Бильярд. VetBoom Кубок чемпионов
- 00.00 Автопорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2024. (6+)
- 01.00 Профессиональный бокс. (16+)
- 06.00 Гандбол. Финал 4-х. Финал. (0+)
- 07.50 10.00 12.50 15.50 Новости
- 07.55 01.00 Бильярд. Кубок чемпионов. (0+)
- 09.35 «Что за спорт?» (12+)
- 10.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 12.20 21.35 Страна смотрит спорт. (12+)
- 12.55 14.25 15.55 17.55 19.25 Пляжный футбол. Чемпионат России. (6+)
- 17.10 Спорт, который есть. (12+)
- 17.25 География спорта. (12+)
- 20.40 «Вы это видели». (12+)
- 22.00 Пара на дистанции. (12+)
- 22.15 23.10 Пляжный волейбол. Кубок России. Финал. (6+)
- 00.05 Автопорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2024. (6+)
- 02.35 Спортивный репортаж. (12+)
- 02.50 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. Финал. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.30 «СПРОСИ У ПЫЛИ». (16+)
- 09.00, 10.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 11.05, 13.00 «ДЕНЬ ТРИОФИДОВ». (16+)
- 14.55 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+)
- 17.05 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (16+)
- Фантастическая комедия, США, 1997 г.
- 19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ 2». (16+)
- Фантастический комедийный боевик, США, 2002 г.
- 20.40 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ 3». (16+)
- Комедийный боевик, США, 2012 г.
- 22.40, 23.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 00.45 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+)
- 02.35, 04.05 «ДЕНЬ ТРИОФИДОВ». (16+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.10 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.55 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 09.40 «ЛИБЕРЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
- 11.40 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (18+)
- 14.45 «ЛЁТЧИК». (16+)
- 16.45 «МИСТЕР НОКАУТ». (16+)
- 19.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (18+)
- Боевик, Россия, 2005 г.
- 21.30 «БОЙ С ТЕНЬЮ 2: РЕВАНШ». (18+)
- 00.05 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (18+)
- 02.15 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (18+)
- 04.20 Мультфильмы. (6+)

- 03.00 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
- 04.35 «МОЛОДОСТЬ ПО СТРАХОВКЕ». (16+)
- 06.10 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)
- 07.50 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ!». (18+)
- 10.10 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ: ВОССТАНИЕ МАШИН». (16+)
- 12.00 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ 2». (16+)
- 13.55 «СВИНГЕРЫ». (18+)
- 15.45 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (12+)
- 17.50 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+)
- 19.30 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 21.25 «ЭКЗАМЕН ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
- 23.25 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)
- 07.05, 08.55, 10.50 «ХОЖДЕНИЕ ПО МУКАМ». (16+)
- 12.45 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
- 14.15 «МЫ ИЗ ДЖАЗА!». (12+)
- 15.50 «НЕ ГОРИЮ!» (12+)
- 17.30 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (12+)
- 19.00 «САМАЯ ОБЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
- 20.30 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)
- СССР, 1977 г.
- 23.00 «Ты - мне, я - тебе». (12+)
- 00.30 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (12+)
- 02.05 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...» (16+)
- 03.40 «ТРАСИНА». (12+)
- 05.45 «ИСПЫТАТЕЛЬ». (12+)

- 05.20 «Царевна и дракон». Мультсериал. (6+)
- 06.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 07.15 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ-2». (16+)
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.20 «СТИЛЯГИ». (16+)
- Россия, 2008 г. В ролях: Антон Шагин, Оксана Акиншина, Евгения Брик, Максим Матвеев
- 02.35 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)
- 04.15 «ДЫШИТЕ СВОБОДНО». (16+)
- 05.00, 12.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 11.40 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 19.00, 19.30, 20.10, 20.40 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.00 Богиня шопинга. (16+)
- 23.10, 23.30 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.00 Суббота News 2024. (16+)
- 00.10, 01.20, 02.10 «МЕТОД ФРЕЙДА 2». (16+)
- 02.55 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- Маша приводит в гости своего парня Михаила. Максим настроен консервативно, Вика напротив. На следующий день Максим узнает, что Маша решила переехать к Мише, и Вика ей это разрешила. Разразилась буря. Вика отправилась за советом к папе...
- 12.15 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)
- 17.05 «КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛБ». (16+)
- 22.05 Сердца за любовь. (16+)
- 00.55 «МАРГОША». (16+)
- 04.00 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (6+)
- 06.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Союз-Аполлон. Сила притяжения. (0+)
- 12.00 День Патриарха. (0+)
- 12.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.35 Монастырская кухня. (0+)
- 14.00 «ПРОВЕРЕНО - МИН НЕТ». (12+)
- 15.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ». 4 серия. (12+)
- 17.05 «НА БЕРЕГУ БОЛЬШОЙ РЕКИ». (6+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30, 20.50 «ЧУЧЕЛО». 1-2 серии. (0+)
- СССР, 1983 г.
- 22.00 Кино и смыслы. Взрослый разговор. (12+)
- 23.10 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 00.05, 00.35, 01.05, 01.35 Поле битвы. (16+)
- 02.05 Лики Богородицы: Влакхернская икона Божией Матери. (0+)
- 02.35 Союз-Аполлон. Сила притяжения. (0+)
- 03.30 День Ангела: Преподобный Сергей Радонежский. (0+)
- 04.00 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 04.50 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

19 июля  
Седмица 4-я по Пятидесятнице. Глас 2.  
Прп. Сисоя Великого.



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

Постный день. Разрешается рыба.  
Поскольку Бог даром, без всякой пользы, человека так сильно возлюбил, то и человек должен просто, без всякой своей пользы, Бога любить». Свт. Тихон Задонский

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.05 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Топ-30. (16+)
- 11.30 10 самых! (16+)
- 12.00 Топ15 Like FM. (16+)
- 13.00 Лига клипов. (16+)
- 13.35 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Плейлист | Лето. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Новое Радио чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист | Под шашлычок. (16+)
- 19.00 Жара Music Awards-2024. (16+)
- 22.00 Народное диско. (16+)
- 23.00 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.30 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)

**ПЕРВЫЙ**



01.10 Подкаст.Лаб. (16+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «До и после Штирлица». (12+)
- 11.10 «Поехали!» (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 К 90-летию со дня рождения Александра Ширвиндта. (16+)
- 13.35 «ТРОЕ В ЛОДКЕ, НЕ СЧИТАЯ СОБАКИ». (0+)
- 16.10 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 К 90-летию со дня рождения Александра Ширвиндта. (16+)
- 19.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «Сегодня вечером». (16+)
- 23.00 «КОРОЛЕВСКАЯ ИГРА». (18+)
- 01.10 Подкаст.Лаб. (16+)

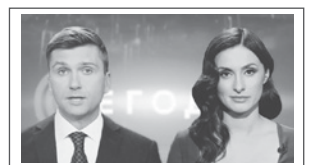
**РОССИЯ 1**



09.00 «Формула еды». (12+)

- 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
- 11.50 «Доктор Мясников». (12+)
- 13.00 «В кругу друзей»
- 14.00 Вести
- 14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
- 17.00 Вести
- 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «ПОД ОДНОЙ КРЫШЕЙ». (12+)
- Слёзины привыкли жить от зарплаты до зарплаты. Но однажды они получают квартиру в престижном районе...
- 00.30 «КОГДА ЗАЦВЕТЁТ БАГУЛЬНИК». (16+)
- 03.55 «КАК ЖЕ БЫТЬ СЕРДЦУ». (16+)

**НТВ**



08.00 «Сегодня»

- 05.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 07.00 «Российская дипломатия». (12+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
- 09.20 «Едим дома». (0+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)
- 11.50 «Квартирный вопрос». (0+)
- 13.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Своя игра». (0+)
- 17.15 «Следствие вели...» (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 19.35 «Следствие вели...» (16+)
- 20.00 «АКУШЕР». (16+)
- 22.10 «Звезды». (16+)
- 00.00 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 02.55 «Дачный ответ». (0+)
- 03.45 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)

**СТС**



07.15 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 Премьера. «Три ката». (0+)
- 07.15 Уральские пельмени. (16+)
- 08.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 Уральские пельмени. (16+)
- 10.35 Суперниндзя. Дети. Секреты сезона. (12+)
- 11.35 «Робинзон Крузо: Очень обитаемый остров». (12+)
- 13.25 «ХРОНИКИ ПАНГОЛИНОВ». (12+)
- 15.35 «НАЗАД К ДИНОЗАВАМ». (6+)
- 17.05 «СТРАЖИ ВРЕМЕНИ». (6+)
- 19.10 «ТРИ ОРЕШКА ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (6+)
- 21.00 «РУСАЛКА И ДОЧЬ КОРОЛЯ». (12+)
- 22.55 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
- 01.00 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
- 02.50 «КРАСОТКИ». (16+)
- 04.15 «КРЫША МИРА». (16+)

**ТНТ**



11.00 «Битва экстрасенсов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «Место силы». (16+)
- 11.00 Битва экстрасенсов. (16+)
- 12.35 «Битва экстрасенсов». (16+)
- 19.00 «Место силы». (16+)
- 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- 23.00 «Женский стендап». (16+)
- 00.00 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ: ВОССТАНИЕ МАШИИ». (12+)
- Век технологий Андрей и Марина Голубевы никак не могут договориться, как правильно воспитывать сына-подростка, причина - его любовь к гаджетам. Однажды они просыпаются в телах роботов-экскурсоводов Ивана и Марьи.
- 01.40 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.15 «Студия «Союз». (16+)
- 04.50 «Импровизация». (16+)
- 05.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

**РЕН**



15.00 «СОВБЕЗ». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «Минтранс». (16+)
- 10.00 Самая полезная программа. (16+)
- 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 12.30 «Новости». (16+)
- 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 16.30 «Новости». (16+)
- 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 18.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 19.00 «Доброфигуре». (16+)
- 19.30 «Новости». (16+)
- 20.00 «ЗАКОНОПОСЛУШНЫЙ ГРАЖДАНИН». (16+)
- 22.00 «ПАРНИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
- 23.55 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (18+)
- 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

**ПЯТНИЦА**

- 05.00 Гастротур. (16+)
- 05.50 Пятница News. (16+)
- 06.10 «Простоквашино». (0+)
- 07.10 Гость у порога. (16+)
- 09.00 Секреты на кухне. (16+)
- 10.00 Четыре свадьбы. (16+)
- 12.10 Четыре жены. (16+)
- 14.30 Четыре свадьбы. (16+)
- 18.40 Четыре жены. (16+)
- 21.10 Четыре свадьбы. (16+)
- 23.00 «ПРОРОК». (16+)
- 01.00 «БИТВА ШЕФОВ». (18+)
- 02.20 Пятница News. (16+)

**Ю**

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.20 Барышня-крестьянка. (16+)
- 12.25 «Беременная в 45». (16+)
- Вся наша жизнь - это борьба со стереотипами. Когда замуж? Когда станешь мамой? 45 лет - не поздно? Преодоление, разочарование, слезы, смех, радость и счастье - весь этот спектр человеческих эмоций увидят зрители канала «Ю».
- 16.50 «Модель XL». (16+)
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Шоу Метод Юлии Ивлиевой». (16+)
- 01.05 «Измены». (16+)
- 03.50 «Моя свекровь - монстр». (16+)

**ЧЕ!**

- 06.00 Утилизатор. (16+)
- 06.30 Улётное видео. (16+)
- 07.10 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
- 09.00 Улетные животные. (16+)
- 10.30 «СОЛДАТЫ-15». (16+)
- 17.00 Дорожные войны. (16+)
- 19.30 Решала. (16+)
- 22.30 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 01.30 Большой кэш. (16+)
- 02.10 Утилизатор. (16+)
- 04.30 Утилизатор. (12+)
- 05.30 Утилизатор. (16+)

**МИР**

- 05.00, 02.30 Наше кино. История большой любви. (16+)
- 05.10, 09.05, 04.50 Мультфильмы. (6+)
- 06.00 Всё, как у людей. (6+)
- 06.15 «ПАМЯТЬ СЕРДЦА». К 100-летию Т. Лиззиной. (16+)
- 08.05 Наше кино. Неувядающие. (16+)
- 08.40 Исторический детектив. (16+)
- 09.30 Фазендалайф. (6+)
- 10.00, 16.00, 18.30 Новости
- 10.10 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (16+)
- 13.15, 16.15, 18.45 «ДЕРЕВЕНСКАЯ КОМЕДИЯ». (16+)
- 01.10 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (16+)
- 03.20 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (16+)

**ОТР**

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 16.05 «Календарь». (6+)
- 10.25 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ». (12+)
- 15.05 «Преодоление». (12+)
- 15.50 «Песня остаётся с человеком». (12+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 18.05 «Вечер вместе». (12+)
- 19.05 «Очень личное». (12+)
- 19.50 «Вспомнить всё». (16+)
- 20.15 «РУССКАЯ ИГРА». (16+)
- 21.55 «МАРТИН ИДЕН». (16+)
- 00.00 «НЕБЫВАЛЬЩИНА». (12+)
- 05.00 «ОДИН И БЕЗ ОРУЖИЯ». (16+)
- 06.15 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)
- 07.40 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+)
- 11.40 «ДИВЕРСАНТ». (16+)
- 1942 год. Выпускники разведшколы ехали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёня Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей. Сержант просит отдать ему документы одного из погибших, чтобы «его имя продолжало бить фашистов»...
- 01.00 «РЖЕВ». (16+)
- 02.50 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)

**ДЕТСКИЕ**

**КАРУСЕЛЬ**

- 05.00 Ранние пташки. «Турбо-завры», «Синий трактор на детской площадке». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.15 «Команда Флоры». (0+)
- Флора и пятеро ее удивительных друзей - смелые защитники зелёного мира, которые каждый день заботятся о природе. Они спасают водоемы, горы и леса, помогают растениям и животным, попавшим в беду.
- 11.10 «Геройчики». (0+)
- 13.00 «Это супер!» (0+)
- Эта программа - обо всем самом интересном и весёлом!
- 13.20 «Как Львёнок и Черепаха пели песню». (0+)
- 13.30 «Чучело-Мяучело». (0+)
- 13.40 «Котёнок с улицы Лизюкова». (0+)
- 13.50 «Ералаш». (6+)
- 14.50 «Смешарики». (0+)
- 17.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 20.05 «Люк - путешественник во времени. Ньютон и философский камень». (6+)
- Путешественник во времени Люк отправляется в эпоху легендарного учёного Исаака Ньютона!
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Лунтики». (0+)
- 23.00 «Ералаш». (6+)
- 00.30 «Спина к спине». (0+)
- 01.40 «Съедобное или несъедобное». (0+)
- 02.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 03.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

**МУЛЬТ**

- 06.00, 12.15, 16.00, 19.15, 00.00, 03.00 «Лунтики». (0+)
- Добрый симпатичный мультсериал про необычное существо, родившееся на Луне и попавшее на Землю. Он встречает несколько лесных обитателей, которые становятся его лучшими друзьями. И теперь дети вместе с Лунтиком вот уже много лет растут, учатся дружить и быть добрыми, помогать друг другу и постоянно открывают для себя что-то новое.
- 11.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- На круглогодичном курорте повышенной комфортности отдыхают всем известные Заяц и Волк. Первый с радостью бы довольствовался разными активностями, если бы не козни второго. Между главными героями вспыхивают разного рода конфликты: от борьбы за внимание очаровательной косули Ули до соперничества за приз в велогонках.
- 12.00 «Геройчики. Призвание Пинки». (0+)
- Новая современная мультвселенная, одинаково интересная и мальчикам, и девочкам!
- 12.10 «Кошечки-собачки. Милые песни. Откуда я?» (0+)
- 19.00 МУЛЬТпреьера! «Кошечки-собачки. Милые песни. Откуда я?», «Геройчики. Призвание Пинки», «Волшебная кухня. Яблоко «Бонапарт». (0+)

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

**365 ДНЕЙ ТВ**

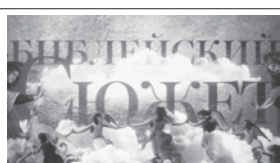
- 00.00 Фонтенбло: Дворец столетий. (12+)
- 01.00, 05.00, 09.05, 13.00 Великие битвы России. (12+)
- 02.05, 02.35, 04.25, 10.25, 10.45, 14.10, 14.40, 18.05, 18.35 Грудные вопросы истории России. (12+)
- 03.05, 03.30 В поисках утраченного искусства. (12+)
- 04.00 Взгляд с высоты. Речные караваны. Волхов. (12+)
- 05.50, 19.00 Обыкновенная история. (6+)
- 06.00 Секреты истории. (12+)
- 07.55 Семь дней истории. (12+)
- 08.05 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+)
- 08.50 Кольцо «А». (12+)
- 09.55 Сквозь времена: Александровский дворец. (12+)
- 11.15, 15.10, 19.10, 23.10 Историограф. (12+)
- 12.00 Историада: Сталинградская битва через противостояние пропаганды. (12+)
- 13.50 Россия научная. Великие имена: Иван Павлов. (12+)
- 16.00, 16.35, 20.00, 20.30, 21.10 «ИМПЕРАТРИЦЫ». (12+)
- Сериал. Драма, История, Россия, 2022 г.
- 17.15 Всемирное наследие. Россия. (12+)
- 21.45 Крупнейшая битва в истории человечества. (12+)

**DOCTOR**

- 06.00 Дети мечты. (12+)
- 06.55, 16.30, 02.45 Большой скачок. Таблетки. (12+)
- 07.25, 17.00, 03.10 Большой скачок. Стволовые клетки. (12+)
- 07.50, 17.30, 03.35 InVivo. Нарколепсия. (12+)
- 08.20, 17.55, 04.00 Непал. (12+)
- 08.50, 18.25, 04.30 Простые истины с доктором Мясниковым. Выпуск 1. (12+)
- 09.20, 18.55, 04.55 Простое о здоровье с доктором Никулиной. Целлюлит. (12+)
- 09.35 Эпидемия близорукости. (12+)
- 10.30, 20.10 Это лечится. Астма. (12+)
- 11.00, 20.40 Под контролем. (12+)
- 11.30, 21.55 О самом главном. Ответы на вопросы о гриппе. (12+)
- 12.25, 21.05 Научные сенсации. Новые тела. (12+)
- 13.15, 22.50, 05.10 Доктор, мне только спросить. Сергей Ерин. (12+)
- 13.45, 23.20, 05.35 Большой скачок. Детокс: научный подход. (12+)
- 14.15, 23.50 Большой скачок. Обвиняемый глютен. (12+)
- 14.45 Пастер и Кох. Дуэль гигантов в мире микробов. (12+)
- 19.10 О самом главном. (12+)
- 00.20 В ожидании вечной жизни. (12+)
- 01.15 Тайны нашего тела. (16+)

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

РОССИЯ К  
Культура



06.30 «Библийский сюжет»

- 06.30 «Библийский сюжет»
- 07.05 Мультфильмы
- 08.10 «ОНА ВАС ЛЮБИТ»
- 09.35 Неизвестные маршруты России
- 10.15 «Острова»
- 10.55 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ»
- 12.30 «Роман в камне»
- 12.55 Черные дыры. Белые пятна
- 13.35 02.05 «Лазурная обитель»
- 14.30 «Дожить до светлой полосы». 100 лет со дня рождения Татьяны Лиозновой
- 15.20 «ИМ ПОКОРЯЕТСЯ НЕБО»
- 17.00 «Донна Татьяна»
- 17.50 «И ЖИЗНЬ, И СЛЕЗЫ, И ЛЮБОВЬ»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Спектакль «Острова в океане»
- 22.30 «Большой джаз-2022»
- 00.30 «КАПИТАН КИДД»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



07.05 «Православная энциклопедия». (6+)

- 05.20 «Зигзаг удачи». Юмористический концерт. (12+)
- 07.05 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.30 «СЧАСТЬЕ В КОНВЕРТЕ». (12+)
- 09.30 «ОДУВАНЧИК». (16+)
- 11.30 14.30 События
- 11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
- 12.35 14.45 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (12+)
- 17.05 «МАМЕНЬКИН СЫНОК». (12+)
- 21.00 «Постскриптум»
- 22.05 «90-е. Секс, гуманоиды, кровь». (16+)
- 22.55 «Следствие ведёт КГБ. Блондинки за углом». (16+)
- 23.45 «Обжалованию не подлежит. Фотограф». (16+)
- 00.35 03.05 Прощание. (16+)
- 01.20 «10 самых...». (16+)
- 03.50 «Андропов против Щёлокова. Смертельная схватка». (16+)

ТВ-3



09.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 08.40 05.15 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 15.00 18.00 22.40 Новости. (16+)
- 09.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 09.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 11.30 «НИНДЗЯ ПРОТИВ ПИРАТОВ». (16+)
- 13.30 15.10 «И ГРЯНУЛ ГРОМ». (16+)
- 16.00 18.10 «ТРАССА 60». (16+)
- 18.45 «1+1». (16+)
- 21.00 Последний герой. Русский сезон. (16+)
- 23.00 «777 ЧАРЛИ». (16+)
- Одинокий и замкнутый Джарма работает сварщиком. В детстве он потерял родителей и сестру в авткатастрофе. Но однажды все меняется, когда его судьба переплетается с судьбой энергичного лабрадора.
- 02.15 «ОПАСНЫЙ СОБЛАЗН». (18+)
- 03.45 «ВИЖУ-ЗНАЮ». (16+)

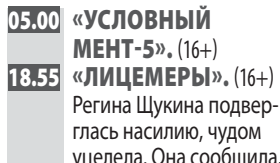
ДОМАШНИЙ



19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)

- 06.30 «СЕРДЦЕ РИТЫ». (16+)
- У Маргариты врожденный порок сердца, и в любой момент она может умереть. Однажды Рита узнаёт, что муж Игорь изменяет ей, а его любовница ждёт от него ребёнка. Услышав эту новость, Рите становится плохо, её увозят на скорой в больницу. В эту же больницу привозят пациентку после ДТП.
- 10.25 «ПРО ВЕРУ». (16+)
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 22.50 «ТЫ МОЙ». (16+)
- Отчаявшись родить, Катя уговаривает мужа взять ребёнка из детдома. Выбор супругов падает на шестилетнего Семёна. Но внезапно Алексей уходит от Кати к любовнице, а самой Кате никак не удаётся найти общий язык с Семёном.
- 02.35 «Эффект Матроны». (16+)
- 03.25 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

5-й КАНАЛ



18.55 «ЛИЦЕМЕРЫ». (16+)

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 18.55 «ЛИЦЕМЕРЫ». (16+)
- Регина Щукина подверглась насилию, чудом уцелела. Она сообщила, что в подвале, где ее держали бандиты, остались еще две девушки. Отделу полковника Штыря нужно найти и освободить несчастных. У Лицемеров есть всего одна зацепка. У байкера, подвозившего Регину, была наклейка на мотоцикле - голова койота.
- 00.10 «МАЖОР». (16+)
- 02.05 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.05 02.45 «МАКСИМКА». (6+)
- 08.45 09.20 «ЧУЖАЯ РОДНЯ». (12+)
- 11.10 «Легенды музыки». (12+)
- 11.40 «Знак качества». (12+)
- 12.30 «Не факт!» (12+)
- 13.15 «Легенды кино». (12+)
- 14.00 «Главный день». (16+)
- 14.50 «ЗОЛОТАЯ МИНА». (12+)
- 17.50 19.20 «ЕРМАК». (16+)
- 23.55 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». (12+)
- 04.00 «Шедевры военных музеев». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Умные машинки». (0+)
- 11.00 «СЕЛЬСКИЙ УЧИТЕЛЬ». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 «Адрес истории». (12+)
- 12.45 «Точка.ру». (12+)
- 13.15 «Служу Отечеству». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ТАЙНА СНЕЖНОЙ КОРОЛЕВЫ». (12+)
- 15.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «ВТОРОЙ БРАК». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Великий, могучий». (12+)
- 20.00 «Точка.ру». (12+)
- 20.30 «Адрес истории». (12+)
- 21.00 «БЕСТСЕЛЛЕР ПО ЛЮБВИ». (16+)
- 22.45 «Здоровая среда». (12+)
- 23.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 00.00 «Такие разные». (12+)
- 01.00 «Марафон». (12+)
- 02.00 «Живет Россия». (12+)
- 03.30 «ОТЕЦ СОЛДАТА». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Что за спорт?» (12+)
- 06.30 «Рецептура». (6+)
- 07.00 10.00 12.50 Новости
- 07.05 14.10 19.30 00.30 Все на Матч!
- 10.05 «Кулачные бои». (16+)
- 11.50 Матч! Парад. (16+)
- 12.55 Плажный футбол. ЦСКА - «Краснодар-ЮМР». Чемпионат России
- 14.30 Хоккей. Матч года. Все звезды. Прямая трансляция из Москвы
- 17.15 Футбол. «Крылья Советов» (Самара) - «Зенит» (Санкт-Петербург). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 19.45 Футбол. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 22.00 Профессиональный бокс. М. Исмаилов - В. Минеев. ПУЛЬСАП. Прямая трансляция
- 01.25 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. «ADM Raceway». Туринг-лайт. (6+)
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 12.55 14.25 15.55 17.55 19.25 Плажный футбол. Чемпионат России. (6+)
- 07.15 17.10 03.00 Спецрепортаж. (12+)
- 07.30 12.15 Спортивный репортаж. (12+)
- 07.50 10.00 12.50 15.50 Новости
- 07.55 Бильярд. Кубок чемпионов. (0+)
- 09.35 05.30 Страна смотрит спорт. (12+)
- 10.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 12.30 20.40 Небесная грация. (0+)
- 17.25 Что по спорту? (12+)
- 21.00 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. (6+)
- 22.00, 23.00, 00.00 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. Скачки. Большой Грозненский приз (Дерби). (0+)
- 03.20 Дартс. Крейсер Аврора. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.50 «ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
- 07.45 «И ГРЯНУЛ ГРОМ». (16+)
- 09.45, 10.40, 11.40, 12.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 13.40 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (16+)
- 15.25 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ 2». (16+)
- 17.10 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ 3». (16+)
- 19.10 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ». (16+)
- 20.55 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+)
- 23.00 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ 3.0». (16+)
- 00.40 «СПРОСИ У ПЫЛИ». (16+)
- 02.35 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)
- 04.15 «ПОМНИ МЕНЯ». (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.15 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (18+)
- 03.25 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ 2». (18+)
- 05.15 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- 07.15 «МОЛОДОСТЬ ПО СТРАХОВКЕ». (16+)
- 08.50 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)
- 10.25 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (18+)
- 12.20 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)
- 14.15 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+)
- 15.50 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ: ВОССТАНИЕ МАШИН». (16+)
- 17.40 «СВИНГЕРЫ». (18+)
- 19.30 «УЧИТЕЛЬ ГОДА». (16+)
- 21.35 «РОДНЫЕ». (18+)
- 23.20 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 05.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 11.05, 12.00, 12.55 «ПЕРЕВАЛ ДЯТЛОВА». (18+)
- 13.40 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ПЕРВЫЙ». (16+)
- 20.00 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)
- 21.45 «СТОРОЖ». (16+)
- 23.30 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- 01.20 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
- 03.20 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 04.45 «Малыш и Карлсон». Мультфильм. (6+)
- 05.05 «Карлсон вернулся». Мультфильм. (6+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.10 «ПЁС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
- 06.20 «РУСЛАН И ЛЮДМИЛА». (12+)
- 08.55 «ВИЙ». (12+)
- 10.20 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
- 19.30 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (12+)
- 21.15 «АФОНЯ». (16+)
- СССР, 1975 г. В ролях: Леонид Куравлёв, Евгения Симонова, Евгений Леонов, Борислав Брондуков
- 22.50 «МУЖИКИ!». (12+)
- 00.35 «БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ». (18+)
- 02.05 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
- 03.30 «ТРИДЦАТЬ ЧЕТВЕРТЫЙ СКОРЫЙ». (16+)
- 04.50 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)

ДОМ КИНО

- 06.10 «Пинокио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)
- 07.50 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 09.20 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 10.40 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 12.20 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
- 14.00 «ПРИЗРАК». (16+)
- Россия, 2015 г.
- 16.10 «СВАТЫ». (16+)
- 23.10 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- Россия, 2018 г.
- 01.10 «РАШН ЮГ». (16+)
- 03.00 «ДЖУНГЛИ». (16+)
- 04.25 «ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2». (16+)
- ДОМ КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ГЕНИЙ ПУСТОГО МЕСТА». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОЛЯ + КОЛЯ». (16+)
- 12.00, 20.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА». (12+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 15.00, 23.00 «ГОСТИНИЦА «РОССИЯ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+)
- 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)
- Сериял. В ролях: Мария Порошина, Татьяна Абрамова
- 07.00 «ТАЙНЫ ГОРОДА ЭН». (16+)

СУББОТА!

- 05.00, 05.50, 10.35, 03.30 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 05.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 10.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 16.30 «Оранжевая корова». Мультсериал. (0+)
- 18.30, 19.30, 20.10 Дети рулят. (16+)
- 21.00 Богиня свиданий. (16+)
- 22.10 Богиня сыска. (16+)
- 23.30, 00.00, 00.20, 00.50, 01.20 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 01.40 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (16+)
- 03.05 «Ми-ми-мишки». Мультсериал. (0+)
- СУББОТА!
- 06.00 «Сказания Земноморья». Мультфильм. (16+)
- 08.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- Макеев берётся за новую работу, предлагает Жарскому поработать вместе. Отец Бакина оказывает ему всестороннюю поддержку. Антипов своим необдуманным поведением помогает Казанцеву осуществить, казалось бы, невыполнимый план...
- 21.30 Импровизаторы. (16+)
- 00.35 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00, 06.10 «ЧУЧЕЛО». 1-2 серия. (0+)
- 07.20 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Пилигрим. Великий Русский Северный путь. (6+)
- 10.55 Святые России. (6+)
- 12.05, 12.35, 13.00, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
- 13.55 В поисках Бога. (12+)
- 14.30, 15.00 Профессор Осипов. (0+)
- 15.35 «МЕРСЕДЕС» УХОДИТ ОТ ПОГОНИ. (12+)
- 17.15, 19.00 «СИЛЬНЫЕ ДУХОМ». 1-2 серии. (12+)
- СССР, 1967 г. В ролях: Евгений Весник, Люсьена Овчинникова
- Подлинная история о советском разведчике Николае Кузнецове.
- 21.00 Простые чудеса. (12+)
- 22.00 Русский мир. (12+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.10 Спас-стрим. (16+)
- 01.40 Один день и вся жизнь с Казанской иконой Божией Матери. (0+)
- 02.10 В поисках Бога. (12+)
- 02.40 Профессор Осипов. (0+)
- 03.10 Русский мир. (12+)
- 04.10 Простые чудеса. (12+)

Православный календарь

20 июля  
Седмица 4-я по Пятидесятнице. Глас 2.  
Прп. Акакия, о котором повествуется в Лестнице.



Прп. Фомы, иже в Малее. Прп. Евфросиния, в миру Евдокия, кн. Московская. Мчч. Перегрина, Лукиана, Помпея, Исихия, Папия, Саторнина и Германа. Мч. Евангела. Мч. Кириаки. Прмчч. Епиктета пресвитера и Астиона монаха. Обретение мощей прп. Герасима Болдинского. Сщмч. Павла пресвитера. Влахернской иконы Божией Матери.

Поста нет.

«Подобно тому, как человек не замечает, как он растет, как из маленького мальчика становится взрослым, так и духовный рост человека идет совершенно незаметно для него. Этот невидимый духовный рост человека и есть самоукорение».

Прп. Варсонофий

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
- 06.55 Плейлист I Лето. (16+)
- 07.40 Звезды о звездах. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 11.00 Русский чарт. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Топ-30. (16+)
- 14.30 Очень караочен. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. Группа «Винтаж» - «Роман». (16+)
- 16.00 Лолита. 60 лет без комплексов. (16+)
- 17.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 18.00 Премия МУЗ-ТВ-2024. Возвращение. (16+)
- 00.00 Премия МУЗ-ТВ-2024. Возвращение. Красная дорожка. (16+)
- 02.20 Караоке хит. (16+)

ПЕРВЫЙ



07.40 «Часовой». (12+)

- 06.00 Новости  
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)  
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)  
07.40 «Часовой». (12+)  
08.10 «Здоровье». (16+)  
09.20 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)  
09.40 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)  
10.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Жизнь своих». (12+)  
11.05 «Повара на колесах». (12+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 «Видели видео?» (0+)  
13.40 «А У НАС ВО ДВОРЕ...» (12+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.00 «Две звезды. Отцы и дети». (12+)  
21.00 «Время»  
23.00 «ОБОЮДНОЕ СОГЛАСИЕ». (18+)  
00.00 Подкаст.Лаб. (16+)

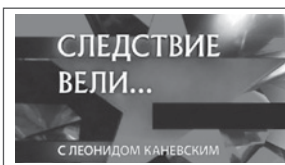
РОССИЯ 1



08.35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым

- 06.10 «КАК ЖЕ БЫТЬ СЕРДЦУ-2». (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 «Доктор Мясников». (12+)  
13.00 Большие перемены  
14.00 Вести  
14.50 «Парад юмора». (16+)  
17.00 Вести  
17.50 «Песни от всей души». (12+)  
20.00 Вести  
22.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым. (12+)  
00.30 «АЛЕКСАНДРА». (16+)  
Саша - фельдшер скорой помощи. Она работает на износ, не ходит в рестораны, не гуляет с подругами...  
02.20 «КАК ЖЕ БЫТЬ СЕРДЦУ-2». (16+)

НТВ



17.15 «Следствие вели...» (16+)

- 05.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
07.00 «Российская дипломатия». (12+)  
08.00 «Сегодня»  
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)  
10.00 «Сегодня»  
10.20 «Первая передача». (16+)  
11.00 «Чудо техники». (12+)  
11.50 «Дачный ответ». (0+)  
13.00 «ЗИМОРОДОК». (16+)  
16.00 «Сегодня»  
16.20 «Своя игра». (0+)  
17.15 «Следствие вели...» (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «АКУШЕР». (16+)  
22.10 «Звезды». Финал. (16+)  
02.00 «ПРИГОВОРЕННЫЙ». (12+)  
03.25 «ПРОФЕССИОНАЛ». (16+)

СТС



08.00 ПроСТО кухня. (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
07.00 «Отель «У овечек». (0+)  
07.15 09.30 10.45 Уральские пельмени. (16+)  
08.00 ПроСТО кухня. (12+)  
09.00 Премьера. На стиле с Глюк'оЗой. (16+)  
10.00 Премьера. Интуристы. (16+)  
11.15 «ЖИРАФ РАФ». (6+)  
12.50 Впервые на СТС. «Рок Дог». (6+)  
14.35 Премьера. «Зверогонщики». (6+)  
16.25 «РОБО-ПЁС». (12+)  
18.20 «Кролецып и Хомяк Тьмы». (6+)  
20.05 «КРОЛИК ПИТЕР-2». (6+)  
22.00 Премьера. Шоу «Русская дорога». (16+)  
23.35 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)  
01.25 «ЛЕГЕНДА О ЗЕЛЁНОМ РЫЦАРЕ». (18+)  
03.30 «КРЫША МИРА». (16+)  
04.40 «6 кадров». (16+)  
05.00 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



09.00 «Битва пикников». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
09.00 «Битва пикников». (16+)  
09.30 «Экстрасенсы ведут расследование». (16+)  
10.30 «Битва экстрасенсов». (16+)  
18.30 «Выжить в Дубае. Возвращение». (16+)  
21.00 «Титаны». (16+)  
23.00 «Шоу Воли». (16+)  
00.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)  
Маше за тридцать. Съемная квартира, ни мужа, ни детей, ни любовника. Еще несколько лет назад она покоряла Москву и блистала на сцене, но годы идут, а тело не молодеет, да и размеры оставляют желать лучшего.  
01.45 «Импровизация. Команды». (16+)  
03.20 «Студия «Союз». (16+)  
04.05 «Импровизация». (16+)  
04.55 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

REN



09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
07.00 «С бодрым утром!» (16+)  
08.30 «Новости». (16+)  
09.00 «Самая народная программа». (16+)  
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)  
10.30 «Наука и техника». (16+)  
11.30 «Легенды и мифы». (16+)  
12.30 «Новости». (16+)  
13.00 «Неизвестная история». (16+)  
14.00 «МОЙ ШПИОН». (12+)  
15.55 «ЛЫСЫЙ НЯНЯКА: СПЕЦЗАДАНИЕ». (16+)  
17.40 «ВАСАБИ». (16+)  
19.30 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)  
21.05 «БЕЗ КОМПРОМИСОВ». (16+)  
23.00 «Новости». (16+)  
23.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)  
05.50 Пятница News. (16+)  
06.15 «Простоквашино». (0+)  
07.10 Гость у порога. (16+)  
09.00 Секреты на кухне. (16+)  
10.10 Черный список. На кухне. (16+)  
11.10 Битва шефов. (16+)  
00.00 «БИТВА ШЕФОВ». (18+)  
01.40 Пятница News. (16+)  
02.00 Черный список. (16+)  
04.10 Пятница News. (16+)  
04.30 «Простоквашино». (0+)  
04.35 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)

Ю

- 05.30 «Маша и Медведь». (0+)  
09.35 «Непыльный вопрос». (16+)  
«Любой бардак можно разобрать, если навести порядок в голове», - уверены ведущие проекта. Они отправятся в гости к людям с самыми захлещенными квартирами в стране, чтобы помочь им решить внутренние конфликты и вернуть чистоту и уют в их дома.  
10.30 «Чад из ада». (12+)  
13.30 «Модель XL». (16+)  
17.40 «Статус: Неравный брак». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «Моя маленькая странность». (16+)  
01.50 «Измены». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (16+)  
06.30 Улетное видео. (16+)  
09.00 Улетные животные. (16+)  
10.30 «СОЛДАТЫ-15». (16+)  
11.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+)  
17.00 Дорожные войны. (16+)  
19.30 Решала. (16+)  
22.30 «+100500». (16+)  
23.00 «+100500». (18+)  
01.30 Большой кэш. (16+)  
Две команды из трёх человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность.  
02.15 Утилизатор. (16+)

МИР

- 05.00, 04.35 Мультфильмы. (6+)  
07.00 «НЕЖДАННО-НЕГАДАННО». (16+)  
08.50 Наше кино. Неувядающие. К 90-летию А. Ширвиндта. (16+)  
09.25 Точка на карте. (6+)  
09.30 Фазендалайф. (6+)  
10.00, 16.00 Новости  
10.10 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)  
12.05 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ 2». (16+)  
14.00, 16.15, 19.30 «РАЙСКИЙ УГОЛОК». (16+)  
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)  
01.00 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН». (16+)  
02.30 Наше кино. История большой любви. (16+)  
03.20 «ТИМУР И ЕГО КОМАНДА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.00 16.05 «Календарь». (6+)  
11.25 «Моя история». (16+)  
12.15 Кино на все времена. (12+)  
15.05 «Профессия: рабочий». (12+)  
17.00 «День вместе». (12+)  
17.30 «Неделя». (12+)  
18.00 «Территория успеха». (12+)  
19.05 «ДЯДЯ ВАНЯ». (12+)  
20.45 «ИМЯ РОЗЫ». (16+)  
22.55 «Banksy». (16+)  
00.45 «УБИЙСТВО НА «ЖДА-НОВСКОЙ». (16+)  
02.05 «МАРТИН ИДЕН». (16+)

ПОБЕДА

- 05.40 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)  
06.55 «ЧЕРНЫЙ ПЁС». (16+)  
08.50 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. УПРЕЖДАЮЩИЙ УДАР». (16+)  
10.45 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. ИМПЛАНТ». (16+)  
12.45 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)  
14.25 «ТАНКИ». (16+)  
16.10 «ЛЁТЧИК». (16+)  
18.00 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)  
Фильм основан на реальной истории боевого пути Ади Шарипова...  
20.00 «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)  
23.40 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)  
01.00 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)  
02.55 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Дино-Сити», «Синий трактор на детской площадке». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Улётная доставка». (0+)  
В волшебной стране Шу работает служба доставки необычных посылок. Команда курьеров справляется с любой задачей благодаря юмору и воображению. Привезти бомбочки для русаки, лимонад для вулкана? Нет проблем! А как доставить дождик, музыку и воздушный поцелуй? Улётная служба доставки - три облачка, китеенок, летающая тарелка и вулканчик - всегда найдёт выход, и заказ придёт вовремя! Ведь дружба и находчивость выручат в любой ситуации!  
09.15 «Котёнок Шмяк». (0+)  
Мультсериал о необычной дружбе чёрного котёнка Шмяка и мышонка Сырника, которые живут в небольшом городке и вместе познают силу доброты и взаимовыручки. Но свою дружбу герои должны хранить в тайне, ведь в мире кошек Сырника подстерегает немало опасностей. Это не мешает друзьям ежедневно мчаться навстречу приключениям на велосипеде и веселиться днями напролет!  
11.10 «Геройчики». (0+)  
13.00 «Бременские музыканты». (0+)  
13.25 «По следам бременских музыкантов». (0+)

МУЛЬТ

- 13.50 «Ералаш». (6+)  
14.50 «Смешарики». (0+)  
17.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
Забавные приключения двух друзей, бурого медвежонка по имени Кеша и белого, по кличке Белая Тучка, в волшебной стране.  
19.00 «Лунтик». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Смешарики. Пин-код». (6+)  
23.00 «Ералаш». (6+)  
03.30 «Спина к спине». (0+)  
01.40 «Съедобное или несъедобное». (0+)  
02.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)  
03.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Взгляд с высоты. Речные караваны. Волхов. (12+)  
00.25, 06.15, 06.40, 10.15, 10.40, 14.05, 14.35 Трудные вопросы истории России. (12+)  
01.00, 04.55, 09.00 Великие битвы России. (12+)  
01.50, 15.00 Обыкновенная история. (6+)  
02.00 Секреты истории. (12+)  
03.55 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+)  
04.40 Кольцо «А». (12+)  
05.45, 22.30 Сквозь времена. (12+)  
07.10, 11.10, 15.10, 19.10 Историограф. (12+)  
07.55 Семь дней истории. (12+)  
08.05 Историада. (12+)  
09.50 Россия научная. Великие имена: Иван Павлов. (12+)  
12.00, 12.35, 15.55, 16.30, 17.10 «ИМПЕРАТРИЦЫ». (12+)  
13.15 Всемирное наследие. Россия: Ферапонтов монастырь. (12+)  
17.45 Крупнейшая битва в истории человечества. (12+)  
20.00 Вторая мировая. Великая Отечественная: Оружие возмездия. Предмет торга Бормана. (16+)  
21.00, 21.45 108 минут, которые перевернули мир. (12+)  
23.05 Чесменский бой, или Греческий проект Екатерины Великой. (12+)

HISTORY

- 06.20, 07.10, 08.05, 09.05 НЛО. (16+)  
10.00 Истоки Испании: Конкиста. (16+)  
11.00 Истоки Испании: Реконкиста. (16+)  
12.00 Истоки Испании: Нация. (16+)  
13.00 Викинги. Утерянное царство. (12+)  
14.05 Индонезия. По следам папуасов. (16+)  
15.05 Настоящая история викингов: Рассвет викингов в долине королей. (12+)  
16.00 Настоящая история викингов: Работоторговля викингов. (12+)  
16.55 Шарль Пате и Леон Гомон: первые гиганты кино. (12+)  
17.55 Фаберже, сотворение легенды. (12+)  
Мы погружаемся в удивительную вселенную дома и клана Фаберже, и изучаем всю их работу  
19.00 Первый полет: покорение неба. (12+)  
20.00, 20.25, 20.50, 21.15 История вещей. (16+)  
21.40, 22.45, 23.45, 00.45 Война в Корее. (12+)  
01.35 Освобождение Европы: Венская наступательная операция. (16+)  
02.15 Освобождение Европы: Огненный шторм Буды и Пешта. (16+)  
02.55 Древний апокалипсис: Доггерленд. (16+)  
03.50 Древний апокалипсис. (16+)  
04.40 Крепость Трапезица, Велико-Тырново, Болгария. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 21.30 Эпидемия биозукуости. (12+)  
06.50, 17.15, 03.30 Это лечится. (12+)  
07.20, 17.45, 03.55 Под контролем. (12+)  
07.50, 18.15, 04.25 Научные сенсации. Новые тела. (12+)  
08.40, 12.05 В ожидании вечной жизни. (12+)  
09.40, 20.05 Доктор, мне только сплести. Сергей Ерин. (12+)  
10.05, 20.30 Большой скачок. Детокс: научный подход. (12+)  
10.35, 21.00 Большой скачок. Обвиняемый глютен. (12+)  
11.05, 22.25 О самом главном. Полезные свойства киселя. (12+)  
13.00, 23.25 Большой скачок. Таблетки. (12+)  
13.25, 23.50 Большой скачок. Стволовые клетки. (12+)  
13.55, 00.20 InVivo. Нарколепсия. (12+)  
14.25, 00.50 Непал. (12+)  
14.55, 01.15 Простые истины с доктором Мясниковым. Выпуск 1. (12+)  
15.25, 01.40 Просто о здоровье с доктором Никулиной. Целлюлит. (12+)  
15.40 Тайны нашего тела. (16+)  
19.05 О самом главном. Ответы на вопросы о гриппе. (12+)  
01.55 Пастер и Кох. Дуэль гигантов в мире микробов. (12+)  
05.10 Дети мечты. (12+)



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.

**П**осле целой недели изнуряющей жары случился такой сильный ливень, что дороги в городе превратились в реки. Через пару дней вода все-таки ушла, оставив после себя щедрые намывы грязи, с которыми безуспешно пытались бороться дворники.

В этот день с самого утра зарядил мелкий невнятный дождь.

– Ну вот, – сказал Петрович, выглянув в окно. – Только чуть подсохло, и опять дождь, снова грязь развезет.

– Зато на даче поливать не надо, – парировал напарник.

– Да я б лучше полил лишний раз, чем по грязи этой ходить, – не согласился Петрович. – Не люблю я грязи.

**И**х содержательную беседу прервал срочный вызов в банк на соседней улице. Банк занимал весь пер-

# После дождичка в четверг



вый этаж жилого дома до-революционной постройки и выглядел весьма солидно. И хоть идти было недалеко, Петровичу все же пришлось задержаться при входе, чтобы почистить обувь на предусмотрительно положенной у дверей жесткой щетке.

В холле их встретил молодой подтянутый мужчина, нервно поправляющий то элегантный галстук в синюю клетку, то манжеты рубашки, застегнутые на стильные запонки.

– Видите ли, у нас есть хранилище, но я решил,

что в моем сейфе будет удобнее. К тому же, клиент спешил, а для размещения в хранилище необходима особая процедура, – затараторил он, даже не поздоровавшись толком. **М**инуточку, – прервал его Петрович. – Давайте-ка с самого начала. Что у вас случилось?

– Да, простите, я так волнуюсь, – молодой человек опять поправил галстук. – Вчера к нам пришел давний клиент. У него есть счет в нашем банке, солидный счет, но нет индивидуаль-

ной ячейки. Он привез с европейского аукциона редкую антикварную вещь и хотел поместить ее у нас на хранение. Буквально на несколько дней. Клиент очень спешил на деловую встречу и согласился оставить вещь в сейфе, который стоит в кабинете управляющего.

– А вы, простите, кто? – уточнил Петрович.

**Я** заместитель управляющего. Сам он сейчас в отпуске, а ключи от кабинета и от сейфа оставил мне. У нас хорошая охрана, сейф самой последней конструкции – нам всем казалось, что это надежно и безопасно. А сегодня утром в банк пришли двое мужчин. Охраннику они показали удостоверение сотрудников спецслужбы и сразу прошли в кабинет управляющего. Я как раз разбирал там бумаги. Они сначала заинтересовались, заходил ли в банк вчера тот самый клиент. Я сказал, что заходил. Тут один из них схватил меня, сдвинул мне горло своей огромной ручищей и сказал, что свернет мне шею, если я медленно не открою сейф и не выдам им вещь, которую клиент в нем оставил.

Я даже крикнуть не успел – другой рукой он зажал мне рот. Я пытался сопротивляться, но... Знаете, это так страшно!

**В**ы отдали им эту вещь? – спросил Петрович.

– Конечно, отдал... – молодой человек снова нервно поправил галстук. – А что мне было делать? Они бы меня...

– Что было дальше?

– Дальше они быстро ушли. Я не успел отдышаться! Я был так испуган, я еле дышал и не мог добраться до тревожной кнопки!

– Где расположена кнопка?

– Под крышкой стола, в кабинете управляющего.

– Где этот кабинет? – Петрович осматрелся.

– Да вот он, – молодой человек показал на дверь

за спиной. – Пойдемте, я вам покажу.

**К**абинет выглядел так же солидно, как и холл: тяжелая дубовая мебель, нежно-кремовый палас на полу, картины на стенах. Идеальный порядок портила только одна из картин, стоявшая на полулицевой стороной к стене. В стену был вмонтирован небольшой сейф, дверца его была распахнута.

– Вот здесь кнопка, – сказал молодой человек, пододвигая к большому столу. – Знаете, а я запомнил их лица, могу помочь составить фоторобот.

– Это не понадобится, – отмахнулся Петрович. – Лучше расскажите, куда вы дели антикварную вещь, которую сами же и украли?

**Виктория АНДРЕЕВА**



**Почему Петрович не поверил управляющему?**

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

**Ответ на загадку в № 27:** Петрович задержал экспедитора: во-первых, он не мог знать, что сейф открыт ключами, во-вторых, заранее придумал себе алиби, хотя о времени кражи тоже знать не мог.

Рис. Ирины Светловой

## СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

**15 июля** Восход: 4 ч. 21 м. Заход: 20 ч. 37 м. Долгота дня: 16 ч. 16 мин.

Растущая Луна в знаке Скорпиона

**16 июля** Восход: 4 ч. 22 м. Заход: 20 ч. 36 м. Долгота дня: 16 ч. 14 мин.

Растущая Луна в знаке Скорпиона

**17 июля** Восход: 4 ч. 24 м. Заход: 20 ч. 34 м. Долгота дня: 16 ч. 10 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

**18 июля** Восход: 4 ч. 25 м. Заход: 20 ч. 33 м. Долгота дня: 16 ч. 08 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

**19 июля** Восход: 4 ч. 26 м. Заход: 20 ч. 32 м. Долгота дня: 16 ч. 06 мин.

Растущая Луна в знаке Козерога

**20 июля** Восход: 4 ч. 27 м. Заход: 20 ч. 31 м. Долгота дня: 16 ч. 04 мин.

Растущая Луна в знаке Козерога

**21 июля** Восход: 4 ч. 29 м. Заход: 20 ч. 30 м. Долгота дня: 16 ч. 01 мин.

Полнолуние, Луна в знаке Водолея

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 15 ПО 21 ИЮЛЯ

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

#### 15 ИЮЛЯ

В 1240 году русские войска разбили шведов в Невской битве.

В 1783 году ушел в рейс первый в истории пароход.

#### 16 ИЮЛЯ

В 1748 году Михаил Ломоносов сформулировал «всеобщий естественный закон» – закон сохранения материи.

В 1860 году Альфред Нобель впервые продемонстрировал динамит.

В 1990 году открыт последний спутник Сатурна – Пан.

#### 17 ИЮЛЯ

В 1775 году открылся первый в мире военный госпиталь.

В 1911 году стартовал первый в России автопробег военных грузовиков между Петербургом и Москвой.

В 1942 году началась Сталинградская битва.

#### 18 ИЮЛЯ

В 1985 году создан первый «Тетрис».

В 1898 году Пьер и Мария Кюри представили доклад о существовании других радиоактивных элементов, кроме урана.

#### 19 ИЮЛЯ

В 1485 году на Москверке заложена старейшая из башен Московского Кремля – Тайницкая.

В 1790 году произошло Керченское сражение между русской и турецкой эскадрами.

#### 20 ИЮЛЯ

В 1924 году основана Международная шахматная федерация.

#### 21 ИЮЛЯ

В 1804 году в России принят первый цензурный устав.

### ИМЕНИННИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

15 ИЮЛЯ. Иувеналий, Фотий.

16 ИЮЛЯ. Александр, Анатолий, Василий, Иоанн, Константин.

17 ИЮЛЯ. Александра, Алексей, Анастасия, Андрей, Димитрий, Мария, Ольга, Татяна.

18 ИЮЛЯ. Анна, Варвара, Геннадий, Елисавета, Сергей.

19 ИЮЛЯ. Антоний, Валентин, Иннокентий.

20 ИЮЛЯ. Евдокия, Павел.

21 ИЮЛЯ. Николай, Феодор.

### ПРАЗДНИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТЬ

15 ИЮЛЯ ■ День гинеколога

16 ИЮЛЯ ■ Международный день змеи

17 ИЮЛЯ ■ День этнографа в России

■ День основания морской авиации ВМФ России

18 ИЮЛЯ ■ День органов государственного пожарного надзора в России

■ День идеальной семьи

19 ИЮЛЯ ■ День Москвы-реки

■ День пирожков с малиновым вареньем в России

20 ИЮЛЯ ■ Международный день шахмат

■ Международный день Луны

■ Международный день торта

21 ИЮЛЯ ■ День металлурга

## НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

### Пришёл Ларион – дурную траву из поля вон

15 июля отмечают день Вьюна Зелёного. В этот день следили за приметой: утром по воде туман стелется – к хорошей погоде.

В день Лукьяна Ветряка, 16 июля, прогнозируют погоду, наблюдали за ветром: северо-западный ветер сулил сырость, северо-восточный – приближал затяжные дожди.

17 июля по народному календарю считалось днем Митрофана Навозника. Облачная погода в этот день свидетельствовала о приближении тепла.

В Дорофеев день, 18 июля, следили за луной: если молодой месяц ярко светит – осень будет сухая и теплая.

19 июля, в Ларионов день, по месяцу определяли погоду на бли-

жайшие дни: зеленоватый месяц сулит скорые дожди, белый и блестящий – холодную погоду без осадков. Про этот день говорили: «Пришел Ларион – дурную траву из поля вон». Если хочешь урожая – убери сорняки.

Про 20 июля, день Федота Стража, в народе говорили: «Святой Федот тепло дает». Гром в этот день означал долгое ненастье.

Наши пращурсы считали, что погода 21 июля, в день Фёдора Колодезника, предвещала такую же погоду на Ильин день (2 августа).

– Вы выходите на следующей остановке?

– Нет.

– Тогда давайте меняться.

– Давайте! А что у вас есть?



## ТЕЛЕК Черноземье

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



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

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

Отдел подписки: Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru  
Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.  
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами 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

№ 28 (453).  
Дата подписания в печать: 01.00 час. 09.07.2024 г. Дата производства: 09.07.2024 г. Дата выхода в свет: 10.07.2024 г. Тираж 45 710 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л. Тел.: +7(473) 246-52-70  
Заказ 4553 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.  
Тираж этого номера 855 470 экз.  
Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. Еженедельная семейная газета для читателей 12+  
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»  
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media  
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru  
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.  
Копирование без указания источника запрещено.

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



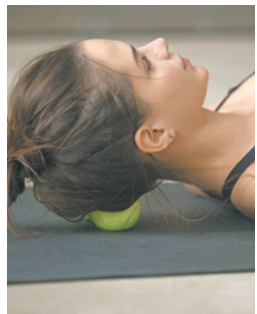
Чтобы ваше тело было более гибким, а мышцы эластичнее, выполняйте самомассаж теннисными мячиками.

# Теннисные мячики превращаем в массажные

**О**н снимет мышечные спазмы, напряжения и гипертонус, улучшит кровоток и лимфоток, устранил фиброзные спайки. Вы сможете лучше и более качественно выполнять физические упражнения.

## Шея

Лежа на спине, подложите мячик в место, где шея переходит в затылок. Слегка нажимая на мяч, медленно поворачивайте голову поочередно вправо и влево.



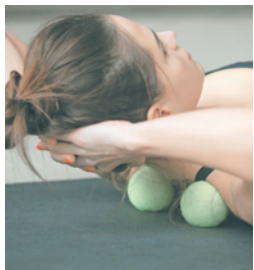
## Руки

Упражнение можно выполнять сидя или лежа. Положите мяч под руку в области кисти. Ладонь руки повернута вверх. Катайте мяч от кисти к локтю и обратно. После чего поверните кисть ладонью вниз и повторите упражнение. Затем выполните для другой руки.

## Детали

### Преимущества массажа мячиком

- ✓ возможность использовать в любом удобном месте (дома, на даче, в поездке и т.д.);
- ✓ низкая стоимость;
- ✓ легко взять с собой – не занимает много места;
- ✓ высокая эффективность, результат чувствуется сразу же после применения.



## Спина

Это упражнение можно выполнять лежа или, например, стоя возле стены. При выполнении упражнения можно взять не один, а сразу два мячика и разместить их симметрично вдоль позвоночника. На сам позвоночник мячиком заходить не следует. Перемещайтесь вверх и вниз, слегка надавливая на мячи. Можно поворачиваться вправо и влево, чтобы усилить воздействие в более проблемных точках.

## Ягодицы

Сидя на полу, ноги согните в коленях, мяч положите под правую ягодицу. Руками упритесь в пол за спиной. Прокатывайте мячик вверх и вниз, слегка надавливая и задерживаясь в более напряженных точках. Переключите мяч под левую ягодицу и выполните упражнение еще раз. Более сложный вариант с большим воздействием на мышцы – положить стопу одной ноги на бедро другой. Мячик в этот момент должен быть под ягодицей той ноги, что находится на полу.

## Стопы

Положите теннисный мячик под пальцы ног и слегка понажимайте на него несколько раз. Затем разместите мячик посередине стопы, затем под пяткой и выполните несколько легких нажатий на него. После чего переключайте мячик вдоль стопы: ближе к внешнему краю, посередине и по внутреннему краю. Сначала прокатайте мячик правой стопой, потом левой.



Татьяна МИХАЛЁВА

**– О чём задумалась?  
– Когда уже будет пицца с гречкой,  
я на диете.**

## Мнение специалиста

### Делаем зонально и без боли

Мария Иванова, инструктор по адаптивной физической культуре:



- **Может ли массаж теннисными мячиками заменить другие виды массажа?**
- Массаж теннисными мячиками не может заменить массаж мастера-профессионала. Но вместе с тем массаж с помощью теннисного мячика – это прекрасный вариант для домашнего самомассажа.
- **Сколько времени нужно уделить каждой зоне тела при самомассаже?**
- Такой массаж не займет у вас много времени. Каждой зоне надо уделять от 1 до 2-3 минут.
- **Если какая-либо зона (точка) при надавливании болезненна, нужно ли увеличить время работы над ней и изменить нажим (усилить или уменьшить)?**
- Если во время самомассажа какая-то точка болезненна, то можно работать в половину ощущения. То есть, если очень больно, необходимо снизить давление. Вообще, при массаже мы можем чувствовать некоторый дискомфорт в той или иной точке, но ощущения не должны быть слишком неприятными. При сильной боли для проработки лучше обратиться к специалисту.

Фото из личного архива Марии Ивановой и www.shutterstock.com

СОГР № RU.77.99.19.003.E.000022.01.15 от 12.01.2015 г. Реклама



## ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

# Геленк Нарунг – источник коллагена

## Здоровье суставов и позвоночника

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
  - Активизирует выработку внутрисуставной жидкости.
  - Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия).
- 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](http://www.provista-ag.ru)

НЕ ВЫЖДЕТЕСЬ НА КАЧЕСТВОМ



## ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✓ 90 проверенных хозяйками рецептов в каждом номере
- ✓ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве порций
- ✓ Советы по выбору и хранению продуктов
- ✓ Интересные истории создания блюд, ставшие легендами кулинарного творчества
- ✓ Варианты меню для праздников
- ✓ Советы по приготовлению блюд для детей

12+ РЕКЛАМА

**ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 12 ИЮЛЯ. СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

**ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТЕ:**



**WILDBERRIES**  
wildberries.ru<sup>1</sup>

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование:

**Журнал Домашний повар**

<sup>1</sup> ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр.1. ОГРН 1067746062449

Хойя – это цветущая лиана с нежным сладковатым запахом. В домашних условиях может вырасти до 6 метров.

# Цветущая лиана



**С**оответственно, чем старше становится хойя, тем обильнее и продолжительнее она цветет. Несмотря на то что это тропическое растение, лиана прекрасно адаптировалась в домашних условиях. Не капризна, но для лучшего цветения важно соблюдать минимальные, но важные рекомендации в уходе.



## Температура

Хойя любит тепло. Наиболее комфортная температура для нее в летнее время – в пределах 22-30 градусов. Зимой возможно понижение внешней температуры до 14-16 градусов. Кстати, при прохладном зимнем содержании хойя охотнее и активнее зацветает следующей весной. На лето цветок можно выносить на балкон или в теплую погоду устраивать регулярные проветривания – свежий воздух хойя очень любит. Однако берегите растение от сквозняков.

## Полив

Если вы однажды забудете полить хойю, она от этого не пострадает благодаря запасам влаги в листьях. Тем не менее лучше взять за правило поливать цветок регулярно – один раз в неделю. Вода для полива должна быть отстоянной, комнатной температуры. Излишек воды из поддона удаляют. В зимнее время, при более прохладном содержании, хойю достаточно поливать один раз в две недели.

## Подкормка

Подкармливают хойю с весны до наступления осени каждые две недели. Хорошо подходят минеральные удобрения, в том числе для цветущих растений. Их вносят согласно инструкции производителя. В осенне-зимний период подкармливать растение не нужно.

## Освещение

Для хойи важен яркий рассеянный свет. Северные окна для нее по этой причине не подойдут. Растить цветок будет, а вот цвести – нет. Лучше растение разместить на окнах восточного или западного направления. Также будет хорошо расти рядом с южными окнами.

## Детали

### Самые длинные

Слово «лиана» имеет латинские корни и переводится как «ползучая растительность». Лиана во время роста буквально ползет поверх других растений, стремясь все выше и выше. Во всем мире не найдется растения длиннее тропических лиан. Это связано с тем, что лианам, как и всем растениям, нужен свет, и поэтому им нужно обогнать в росте дерево-хозяина, на крону которого они забираются. Кроме того, цепляясь от дерева к дереву, лианы могут вытягиваться на сотни метров в длину.

## Пересадка

Молодым растениям требуется ежегодная пересадка. Со временем частоту пересадки уменьшают до 1 раза в 2-3 года. Пересадку всегда осуществляют весной в горшок чуть большего размера. Земляной субстрат должен быть обязательно воздухо- и водопроницаемым. На дно горшка выкладывают дренажный слой.

## Размножение

Хойя может размножаться тремя способами: семенами, укоренением листьев и черенкованием. Самым простым является размножение черенками. Для этого отрезается побег с несколькими узлами и ставится на укоренение в воду или во влажную почву. Можно высаживать по одному черенку, но для придания большей пышности и декоративности лучше посадить в горшок несколько растений.

**Одна соседка говорит другой:**  
– Хотите, я вам отдам взрослое алоэ без горшка?  
– Дорогуша, что ж вы взрослое алоэ к горшку не приучили?



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

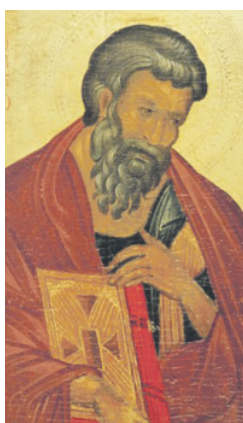
RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

## ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

### «...блаженны слышащие слово Божие»



В продолжение пути их пришел Он в одно селение; здесь женщина, именем Марфа, приняла Его в дом свой; у нее была сестра, именем Мария, которая села у ног Иисуса и слушала слово

Его. Марфа же заботилась о большом угощении и, подойдя, сказала: Господи! или Тебе нужды нет, что сестра моя одну меня оставила служить? скажи ей, чтобы помогла мне. Иисус же сказал ей в ответ: Марфа! Марфа! ты заботишься и суетишься о многом, а одно только нужно; Мария же избрала благую часть, которая не отнимется у нее. Когда же Он говорил это, одна женщина, возвысив голос из народа, сказала Ему: блаженно чрево, носившее Тебя, и сосцы, Тебя питавшие! А Он сказал: блаженны слышащие слово Божие и соблюдающие его. (Лк. 10:38-42, 11:27-28)

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 21 июля, в воскресенье.

**Ж**изнь созерцательная и жизнь деятельная – две стороны духовного пути любого человека. Нередко, в том числе и от христиан, можно услышать: чтобы прийти к Богу, следует избегать всякой житейской активности, которая лишь мешает подлинной духовной жизни. Так ли это? Отрывок из 10 и 11-й глав Евангелия от Луки предлагает ответ на этот вопрос.

**З**а что же Господь упрекает Марфу и почему приводит ей в пример Марию? Неужели потому, что она суетится по хозяйству и старается сделать все, чтобы дорогому гостю было уютно и комфортно? Это звучит довольно странно. Ведь во многих других местах Евангелия Господь Сам призывает людей быть внимательными друг ко другу, в том числе побуждает оказывать гостеприимство. Поэтому дело здесь совершенно в другом.

**П**риветимся к образу Марфы. Как она действует? Мы видим хозяйку, у которой все под контролем. У нее есть свое видение того, как

надо оказывать гостеприимство, и она полностью вовлечена в этот процесс. Она ответственна за уют и комфорт, поэтому ей решать, кто и что должен делать. Но вот появляется помеха. Что-то идет не по ее сценарию. Мария нарушает все планы, а дорогой Гость, ради Которого вся эта суета, потакает ей в этом. Поэтому она и начинает раздражаться, нервничать и в итоге упрекает не только сестру, но и Самого Христа: «Вот, Господи, я тут ради Тебя стараюсь, а Тебе и дела нет». Получается, на первом месте у Марфы не Господь, а ее собственный проект. В этом состоянии Господь ее и упрекает. Служить по дому, оказывать гостеприимство замечательно, но не стоит вовлекаться в этот процесс так, что забываешь, ради чего и кого все это делаешь.

**З**накомая ситуация, не правда ли? Порой мы так глубоко погружаемся в свои фантазии, мечты и представления о том, как же на самом деле должна протекать наша жизнь, что в лучшем случае испытываем раздражение и недовольство,

когда что-то идет не по нашему сценарию. Мы начинаем или грызть самих себя за то, что недостаточно хороши в своем движении к цели, или срываемся на окружающих за то, что мешают нам на этом пути. Нередко их вина лишь в том, что они хотят жить своей жизнью. И часто это совсем не так, как этого хотелось бы нам.

**П**оэтому Господь говорит нам сегодня: по сути, только одно нужно человеку – общение со Мною. Только Я могу дать сердечную полноту. Это совсем не означает, что нужно прекратить планировать, устанавливать цели и достигать их. Это означает, что не следует прилепляться к ним своими мыслями и чувствами. Полностью отдавать себя в их распоряжение. Это форма идолослужения. Вовлекаясь в свои фантазии, мы теряем ясность ума и трезвость чувств. Это легкая форма одержимости. Ведь теперь мой проект управляет моей жизнью.

**В**сем своими силами, всем сердцем и всей душой вовлекаться можно лишь в Бога. Ставить в центр жизни Его



Комментирует священник Дмитрий Барицкий

волю. На ежедневной основе стремиться воплотить в отношениях с окружающими Евангелие. Даже когда я занят своими делами, помни, что лишь Бог не подведет. Лишь Он один может напитать меня Своим Духом. Удовлетворить мою жажду. Если будем так поступать, заботиться о том, как нам сегодня исполнить волю Творца, то скоро заметим, что Он в Свою очередь берет на Себя решение многих наших бытовых проблем, к которым мы даже не знали, как подступиться. Чудесным образом получается так, что если Бог оказывается у нас на первом месте, то и все остальное со временем оказывается на своем.

# ЛЕТНЯЯ ПРЕМИЯ



ЛУЧШИЙ ПОДАРОК К ОТПУСКУ!

ВЫИГРАЙ до 25000 РУБЛЕЙ от RETRO FM



ПОДРОБНОСТИ на RETROFM.RU

АО "Медиа Плюс". Сроки проведения игры: 03.06.2024 - 26.07.2024

Информация об организаторе акции, правилах и сроках ее проведения, а также количестве призов на сайте retrofm.ru

12+  
реклама

## ПОДПИСКА на 2024 год

## ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Вы можете оформить подписку на 2-е полугодие  
2024 года на издание «ТЕЛЕК Черноземье»



Оформить подписку  
до почтового ящика  
МОЖНО во всех  
почтовых отделениях

Подписной индекс  
**П2912**

Газета выходит  
1 раз в неделю

Стоимость подписки на 2-е полугодие 2024 года\*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев
212,27 ₽	424,54 ₽	636,81 ₽	849,08 ₽	1061,35 ₽

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

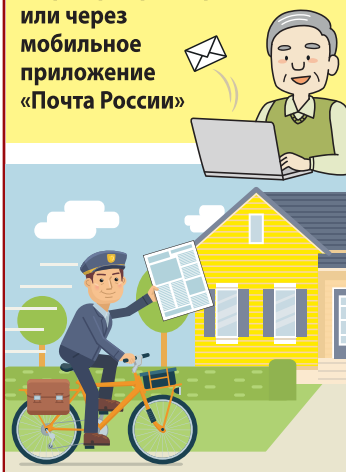
Возникли вопросы по подписке? Звоните в редакцию: 8 (495) 937-95-77 (доб.237)



**ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика  
можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА**

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

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



инструкция онлайн-  
подписки на сайте  
[podpiska.pochta.ru](http://podpiska.pochta.ru)  
и через мобильное прило-  
жение «Почта России»

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

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



**П2912**

«ТЕЛЕК Черноземье»

**ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!**

В июле грядки освобождаются после уборки лука, чеснока, первой волны зеленых культур, раннего картофеля и ранней капусты.

**В**ремени до окончания огородного сезона достаточно, чтоб вырастить еще один урожай скороспелых культур. Какие культуры порадают вторым урожаем? Что посадить на освободившееся место в огороде?

# Что посадить на второй урожай в июле?

## Укроп и петрушка

Посаженные в июле петрушка и укроп порадают зеленью к началу осени, а следующей весной продолжат расти, как только сойдет снег. Чтобы ускорить прорастание семян для второго урожая, опытные огородники советуют перед посевом замочить семена в теплой воде. Далее важно следить за тем, чтобы почва на грядке всегда была увлажненной.

– Ой, ты знаешь, сосед поставил в огороде такое чучело, что вороны принесли прошлогодний урожай!



## Редис

На второй урожай редис лучше сеять во второй половине – конце июля, когда день становится короче. На урожай можно рассчитывать примерно через месяц после посева. Корнеплоды вырастут сочными и нежными, если в почве будет достаточно азота (можно внести в почву перед посадкой «Гуми-оми», «Оргавит» или другие органоминеральные составы), а растение не будет страдать от жары (целесообразно повременить с посевом до конца июля). Хорошо растут в середине лета сорта, устойчивые к стрелкованию: «Алиса», «Дуся», «Престо», «Меркадо», «Дуро краснодарское», «Илка», «Тарзан».

## Картошка

Для получения второго урожая картофель высаживают не позднее 10-х чисел июля, чтобы он успел созреть до заморозков. Следует подбирать ранние, среднеранние и среднеспелые сорта, например, «Невский», «Уральский ранний», «Брянский ранний», «Жуковский ранний», «Удача», «Голубизна», «Альянс», «Ильинский», «Резерв», «Россиянка», «Скороплодный».

Посадить картофель можно на грядки, освободившиеся от лука и чеснока, а для посадки использовать как старые, прошлогодние клубни, так и клубни нового урожая.

## Совет

Высевая культуры для получения второго урожая, важно соблюдать севооборот: не сажать на одном и том же месте растения одного вида и семейства. То есть на месте капусты не стоит высаживать редис или редьку (все они – крестоцветные), так как редис и редька нуждаются в тех же питательных веществах, что и капуста (а они уже вынесены из почвы предшественницей), кроме того, на грядке накопились фитопатогены и вредители, ориентированные на крестоцветные культуры.

## Пекинская капуста

Для второго урожая пекинскую капусту выращивают не через рассаду, как весной, а прямым посевом семян в грунт после 20 июля. Сеять лучше в невысокие гребни на глубину 1-2 см, не окучивать, не рыхлить. Основной уход: поливы, мульчирование. За период вегетации капусту однократно нужно подкармливать комплексным удобрением. Сорта для выращивания во второй половине лета: «Осенний нефрит F1», «Осенняя красавица F1». Не забудьте защитить посевы от крестоцветной блошки (опрыскивайте регулярно всходы «Фитовермом», «Актофитом» или «Банколом»).

## Морковь и свекла

При повторном посеве моркови и свеклы урожай успеют дать только суперранние сорта. К сентябрю высаженные в июле корнеплоды не будут гигантами и урожай дадут небольшой, но порадают отменным вкусом! Суперранние сорта моркови: «Амстердамская», «Оранжевый мускат», «Тушон» и другие. Сорта свеклы, подходящие для выращивания второго урожая: «Одноростковая», «Милана F1», «Валента», «Красный шар».



## Салаты, рукола, шпинат

При посеве в июле салатная зелень будет готова к употреблению уже через 2-3 недели. Важно обеспечить растениям достаточное количество влаги, а также проредить входы, если они взойдут слишком густо (без прореживания растишки вытянутся, а листья завянут и сгниют).

Валерия ПАШЕЧКИНА

## Редька, дайкон, репа

При посеве в конце июля вполне можно рассчитывать на урожай репы, редьки и дайкона. Как и редис, редька и дайкон – растения короткого дня, поэтому сеять их лучше ближе к концу месяца. Выбирать важно именно ранние сорта, которые формируют урожай примерно на 50-й день. Ранние сорта репы: «Бабка», «Жучка», «Престо», «Майская белая», «Лира», «Спринтер». Сорта редьки, подходящие для летне-осеннего выращивания: «Летняя круглая белая», «Майская», «Одесская 5», «Сударушка», «Зеленая богиня». Дайкон ранних сортов: «Саша», «Белый клык».

## Пряные травы

В июле можно посеять прямо в грунт базилик, тимьян, орегано, мяту или Melissa. Для получения более раннего урожая лучше использовать метод черенкования: срезать черенки со старых кустиков или позаимствовать у соседа, прорастить в воде и высадить в рассадные емкости, а когда кустики подрастут, высадить в грунт.



НА ДОСУГЕ



## Найди 10 отличий Дизайн дома – дело для души

Даже если это касается вазы для цветов – выбрать идеальную нелегко!

**Ответ:** 1. Цвет вазы; 2. Форма вазы; 3. Цвет вазы; 4. Цвет вазы; 5. Цвет вазы; 6. Цвет вазы; 7. Цвет вазы; 8. Цвет вазы; 9. Цвет вазы; 10. Цвет вазы.

Современных детишек на дачу не заманишь – им только гаджеты да мультики подавай!

**Е**сли у вас есть дети или внуки дошкольного и младшего школьного возраста, вы и сами это прекрасно знаете. Но все изменится, если дача станет для них оазисом веселья, островком приключений и радости. Совсем немного усилий с нашей стороны – и дачная сказка для малышей оживет.

## В поисках сокровищ

Малыши любят тайны и секретности. А уж оказаться в эпицентре событий – для них невероятная удача! Значит, вам предстоит стать капитаном Флинта, чтобы спрятать на участке разные сокровища – конфеты, печенье, игрушки – и нарисовать карту с подсказками. Или спрятать записки с подсказками, а все сокровища спрятать в одном месте. Детям придется и побегать, и мозгами пошевелить, и научиться читать карты, чтобы получить желаемое. Кстати, в роли сокровища может выступить и планшет с мультиками. Но если игра будет организована весело и интересно, он может и не понадобиться.

# Превращаем лето в детский праздник



**Каждая бабушка знает: внук затих – жди неприятностей. Но у меня внуков двое! Они выработали хитрую стратегию: пока один безобразничает, второй шумит для отвлечения внимания.**



## Природный конструктор

Не все игрушки нужно покупать в магазине. Достаточно немного фантазии, и можно создать уникальный и экологичный конструктор прямо за городом. Старые сухие ветки и бревна, которые часто остаются без дела, можно превратить в нечто большее, чем просто дрова для костра. Напилите чурбачки разного размера и зашлифуйте их, чтобы получить безопасные и надежные элементы для строительства. К процессу шлифовки можно подключить и будущего строителя – например, когда используется уже мелкая наждачка, чтобы избежать заноз.

Такой самодельный конструктор не только развивает моторику и пространственное мышление, но и учит детей ценить ресурсы и творчески подходить к использованию природных материалов. А еще это повод провести время за общим занятием.

## Детали

### Главное – вместе

Дети так увлечены гаджетами по одной причине: мы проводим с ними слишком мало времени, а если и проводим, то некачественно. Если не хотите терять контакт с ребенком, хотя бы полчаса в день занимайтесь вместе чем-то интересным. Это может быть...

- Склейка воздушного змея, который можно будет запустить на ближайшем лугу.
- Постройка шалаша – его можно украсить гирляндой из лампочек на батарейке. По вечерам там будет так уютно читать сказки!
- Перестрелка из водных пистолетов поможет вам вместе от души подурчиться и охладиться в жаркий день.

**Арина РОМАНОВА**

## НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

### Шоколаду каждый рад

Родина какао – Центральная и Южная Америка. Было установлено, что несладкий напиток из смеси обжаренных молодых какао-бобов, красного перца и воды индейцы называли «xocoltl». Что и послужило названием для популярного сегодня лакомства. Наша викторина – о любимом продукте и его истории.

**1** Хроники 1502 года зафиксировали, что какао попало в Европу в качестве подарка испанскому королю. Распробовав шоколад, испанцы более 100 лет хранили тайну его изготовления. За разглашение секрета полагалась смертная казнь. Для Франции тайна изготовления шоколада была раскрыта в 1615 году Анной Австрийской. Почему дочь испанского короля раскрыла секрет изготовления шоколада королю Франции?

- а)** Анна была послом, и условием сохранения границ стала тайна приготовления шоколада.
- б)** Анна вышла замуж за короля Франции, а между мужем и женой секретов нет.
- в)** Анна с детства хотела насолить испанцам и лишить их части дохода.



**2** Шоколадный напиток со временем стал очень популярным среди европейцев. По легенде, австрийский князь зашел в кофейню попробовать новый шоколадный напиток. Официантка, работавшая в кофейне, настолько обаяла аристократа, что он взял её в жены. А что преподнес князь своей невесте в качестве свадебного подарка?

- а)** Картину Жана-Этьена Лиотара «Шоколадница».
- б)** Сделанный из твердого шоколада торт в виде замка.
- в)** Чашку горячего шоколада, изготовленную из серебра.

**3** Мы знаем, что в кулинарии есть специальные названия мастеров-профессионалов. Пицца-ойло делает пиццу, барриста – специалист по приготовлению кофе. Как называют человека, который готовит из шоколада?

- а)** Дропсер.
- б)** Флейворист.
- в)** Шоколатье.

## ОТВЕТЫ

**1-б.** Дочь испанского короля Анна Австрийская стала женой Людовика XIII. **2-а.** Несмотря на то что художник Жан-Этьен Лиотар много путешествовал и рисовал портреты королей и известных женщин, всему миру он известен как автор картины «Шоколадница». **3-в.** Шоколатье.



## Дорогие друзья!

Представляем в нашей серии «Домашний повар» новый сборник рецептов – «Заготовки на любой вкус».

Домашнее консервирование и заготовки на зиму не теряют свою актуальность, несмотря на то, что в магазине можно купить практически все. Но когда у вас всегда под рукой заправка для борща или соленые огурчики для оливье или рассольника, варенье для пирогов и блинчиков, ценность домашних заготовок неизмеримо возрастает. «Лето в банке», «вкус детства», «как у мамы/бабушки» – такие словосочетания нередко звучат, когда нас угощают вкусными домашними заготовками. А как помогает при простуде малиновое варенье, которое от сбора ягод до превращения его в сладкое лакомство сделано своими руками!

Если еще прибавить, что домашние заготовки можно сделать по своему вкусу и обойдется это дешевле, то запас всегда радует. Мы постарались собрать проверенные и традиционные рецепты от наших читателей, архивов редакции.

В этом журнале вы также найдете:

- рецепты маринования различных овощей, грибов и овощных салатов;
- рецепты маринадов – от классических до экзотических;
- рецепты засолки овощей, в том числе и бочковых;
- рецепты квашения капусты и не только;
- рецепты вяления овощей и ягод;
- рецепты варений, джемов, конфитюров, компотов и других сладких заготовок;
- подробные рекомендации по правильной сушке и заморозке продуктов;
- полезные советы по выбору и подготовке посуды для заготовок, а также их правильному хранению.

**Собирайте самые вкусные рецепты домашних заготовок в свою кулинарную копилку! Удачных вам заготовок!**

**Номер в продаже с 12 июля!**

**СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

**ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П5927**

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



Реклама



СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 15 ПО 21 ИЮЛЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 15 ПО 21 ИЮЛЯ

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
Благоприятный период у Овнов для любых начинаний. Все будет идти как по маслу и доставит вам радость. Знакомство с новым человеком обещает большие перспективы. Несмотря на то что вы сначала недооцените его, в дальнейшем вас могут связать крепкие отношения.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Тельцам стоит отнестись к своим проблемам спокойно, посмотрев на них с другой стороны. Возможно, многие окажутся незначительнее, чем вы думаете. Скорее всего, вы сможете легко решать профессиональные задачи, добиваясь прорыва в бизнесе и воплощать идеи в жизнь.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
На Близнецов могут обрушиться новые обязанности. Настройтесь на хорошее и расставьте приоритеты: сначала решите важные задачи, а потом уже беритесь за остальное. Помните, от количества и качества приложенных усилий будет напрямую зависеть результат.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Ракам стоит распределять свои силы с умом. Разумно чередуйте работу и отдых. Дела, не требующие срочного выполнения, лучше отложить на потом. Следите за проявлением своих чувств, избегая чрезмерной навязчивости, а также расточительности. Берегите свои отношения.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Львы добьются немалых успехов в своей работе. Однако это вовсе не означает, что можно вести себя необдуманно. Лучше продолжить усердно трудиться и в дружелюбной форме делиться опытом с другими сотрудниками и не отказываться в помощи.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
Хороший период у Дев для раскрытия скрытых творческих способностей. Ваш жизненный потенциал увеличивается благодаря интуиции и личному обаянию. Но не стоит проводить ночь на шумных вечеринках, светских мероприятиях. Больше времени уделяйте близким.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
Звезды рекомендуют Весам настроиться на позитивный лад и не торопиться добиваться всего натиском. Для большинства эта неделя обещает быть приятной, спокойной и размеренной. Проведите больше времени с семьей, уделите внимание детям и не забудьте о старшем поколении.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
На этой неделе коммуникативные способности Скорпионов находятся на самом высоком уровне. Вам с легкостью удастся убедить любого человека в своей правоте. Помните об ответственности и постарайтесь не разочаровать тех, кто на вас надеется.

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
Стрельцам самое время проявить решительность в делах. Сегодня вы сможете организовать все так, что проблемы разрешатся наилучшим образом. Не забудьте восстановиться после такого продуктивного рабочего дня. Вечером отдохните в кругу близких.

**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

- Электрический ... и электрический скат.
- Сценарий знаменитого фильма о боксере «...» Сталлоне написал сам, запершись в комнате без окон.
- При необходимости ... может довольно долго провисеть на эвкалипте, держась всего одной лапой.
- Государство на Ближнем Востоке.
- Крупнейшее по площади государство Африки.
- Каждый ... команды, получившей Кубок Стэнли.
- Древний плуг русичей.
- Пожалуй, самая известная повесть Николая Лескова.
- Взлетно-посадочное устройство аэробуса.
- Еще около 1900 лет назад один из правителей Древней Персии приказал построить кухню на том месте, где из земли выходила ... природного газа.

Ответы: 1. Угорь, 2. Рокки, 3. Коала, 4. Ливан, 5. Алжир, 6. Нирок, 7. Орало, 8. Левша, 9. Шасси, 10. Струя.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
Для Козерогов будет полезно уединиться и заняться собственными делами и решением насущных проблем. Если побыть наедине с самим собой не получается, то постарайтесь не реагировать на критику в свой адрес и сами не допускайте резких высказываний.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
Водолеям стоит прислушаться к своему организму. Чрезмерная активность может привести к переутомлению. Лучше посвятить время чтению литературы или общению с любимым человеком. Такой отдых придаст вам сил и зарядит позитивной энергией для новых побед.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
У Рыб благоприятный период для отдыха и творческих занятий. Будет полезным посетить театр или выставку, встретиться с друзьями или устроить романтическое свидание. Занимайтесь тем, к чему лежит душа, это поможет быстро восстановить равновесие и силы.

**КРОССВОРД «ДИАГОНАЛЬ»**

**Слева-вниз-направо:**  
1. Античный златоуст. 3. Короткая трубка для отвода газа, пара или жидкости в трубопроводах, резервуарах. 4. Команда рефери перед началом драки. 5. «Во всем нужна сноровка, закалка, ...», – утверждал тренер в кинофильме «Первая перчатка». 6. Педагог, прививающий ученикам любовь к картам. 8. Компромиссное решение, послабление в чем-нибудь. 10. Актер ... Кассель. 13. Десять тысяч в древнерусской системе счета. 14. Короткие спагетти. 17. Кусок распиленного

**Справа-вниз-направо:**  
1. Ритор. 3. Патрубок. 4. Бокс. 5. Трепанирование. 6. Фантом. 7. Вермишель. 8. Утка. 9. Сметана. 10. Вермишель. 11. Каштан. 12. Счет. 13. Сметана. 14. Вермишель. 15. Сметана. 16. Вермишель. 17. Кусок распиленного

**Справа-вниз-налево:**  
1. Ритор. 2. Сметана. 3. Патрубок. 4. Бокс. 5. Трепанирование. 6. Фантом. 7. Вермишель. 8. Утка. 9. Сметана. 10. Вермишель. 11. Каштан. 12. Счет. 13. Сметана. 14. Вермишель. 15. Сметана. 16. Вермишель. 17. Кусок распиленного

**ОТВЕТЫ**

Слева-вниз-направо: 1. Ритор, 3. Патрубок, 4. Бокс, 5. Трепанирование, 6. Фантом, 7. Вермишель, 8. Утка, 9. Сметана, 10. Вермишель, 11. Каштан, 12. Счет, 13. Сметана, 14. Вермишель, 15. Сметана, 16. Вермишель, 17. Кусок распиленного

**ВСЁ ОБО ВСЁМ** Все объявления на правах рекламы

**РАБОТА**

■ 8 (906) 033-39-29, 8 (905) 798-95-88, 8 (905) 797-17-05, 8 (905) 797-17-05; 8 (905) 797-20-52, 8 (903) 726-56-73  
ГБ «Командор» приглашает на работу охранников. Обязательно – удостоверение охранника. График: вахта 15/15; 30/15. Департамент здравоохранения: з/п от 2 000-2 300 руб./сутки, тел.: 8 (906) 033-39-29, 8 (905) 798-95-88, 8 (905) 797-17-05. Офисы ПФР-6 разряд, 3 800-4 000 руб./сутки; график работы: 5x5; 7x7; 10x10. Тел.: 8 (905) 797-17-05; 8 (905) 797-20-52. Школы-сады: з/п от 1 900-2 000-2 200 руб./сутки. Парки: з/п 2 300 руб./сутки; тел.: 8 (903) 726-56-73. Работа по Москве/МО.

■ 8 (929) 934-56-35; 8 (937) 278-41-44 Требуется швеи. График: 5/2, 2/2, вахта. Оплата сдельная, выплаты регулярные. Официальное оформление, бесплатное жильё, своя столовая. ДМС + премии. Тел.: 8 (929) 934-56-35; 8 (937) 278-41-44

**РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»:**  
**8 (903) 792-47-73**

**КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ**

<b>ПО ТЕЛЕФОНУ</b>	<b>8 (903) 792-47-73</b>
<b>ПО ПОЧТЕ</b>	<b>reklama@kardos.ru</b>
<b>ЦЕНА</b>	Стоимость срочного объявления от <b>300</b> рублей за 1 выход
<b>КАК ОПЛАТИТЬ</b>	1. Через «Робокасса»: со счёта мобильного телефона, на сайте <a href="http://kardos.media">kardos.media</a> , в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера); 2. В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

*Скидки уточняйте у менеджера*

Реклама **LEOMAX**

Оформи заказ по телефону:  
**8 (800) 500-29-54** и получи **ПОДАРОК\***!

Скидки на ТВ-ХИТЫ до **-60%**

**Садовый фотофасад «Яркая жизнь»**  
лот 104236 ~~2999 р.~~ **1999 р.**

- Декорирование забора, беседки и др. Легкий монтаж.
- Защищает от непогоды, ограждает пространство.

Материал: ПВХ, металл. Люверсы для крепления.

**ПРИ ПОКУПКЕ от 2 шт. ЦЕНА 1 шт. 1499 р.**

Размер: **310×158 см**



**Складные очки «Фокус Плюс»**  
лот 43063-04 ~~1499 р.~~ **599 р.**

- Складная конструкция.
- Визуальное увеличение до 160%.
- Подходят мужчинам и женщинам.

Материал: пластик. Расстояние между дужками: 13,5 см. В комплекте: очки с футляром.

Футляр для очков



**Компактная мини-духовка, 7 л**  
лот 202693 ~~5999 р.~~ **3999 р.**

- Проста и удобна: приготовит блюда из мяса, рыбы, овощей; испечет пироги.
- Регулировка температуры от 100 до 250°C.
- Таймер на 60 минут.

Мощность: 600 Вт. Объем: 7 л. Размер: 20×32×24 см. Вес: 1,98 кг. В комплекте: мини-духовка, решетка, противень. Цвет: «зеленое яблоко».



**Бритва 3 в 1 «Леомак Рейзер»**  
лот 402968-01 ~~1999 р.~~ **999 р.**

- 3 в 1: бритва для лица (1), триммер для висков и бороды (2), триммер для носа и ушей (3).
- Работает от аккумулятора.

Емкость аккумулятора: 800 мАч. Мощность: 5 Вт. Материал: пластик, металл, резина, нержавеющая сталь. В комплекте: бритва, 3 насадки, кабель USB, щетка для чистки бритвы.



**Стул «Титан» для купания в ванной и душе**  
лот 28594-06 ~~3999 р.~~ **2999 р.**

- 6 положений высоты.
- Отверстие для фиксации душевой лейки.
- Нескользящие и нецарапающие ножки.

Вес: 2,3 кг. Материал: пластик, алюминий. Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см. Размер (Ш×Г×В): 51×31×50 см. Максимальная нагрузка: 120 кг.

**В ПОДАРОК:** Самоклеящаяся противоскользящая накладка!



**Жидкая резина «Фикс Про 3 в 1»**  
лот 102640 ~~1299 р.~~ **999 р.** 2 шт.

- 3 в 1: герметик, жидкая резина и клей.
- Предотвращает образование ржавчины и коррозии.

Цвет: черный, белый, прозрачный. В комплекте: 2 баллона (450 мл) одного цвета.



**Электрический измельчитель «Молния»**  
лот 22634 ~~2499 р.~~ **1699 р.**

- 3 в 1: заменит блендер, миксер и мясорубку.
- Простое управление.

Материал: пластик, нержавеющая сталь. Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт. Объем чаши: 1,8 л. В комплекте: измельчитель, одинарный нож, двойной нож.



**Ножницы для педикюра**  
лот 402091 ~~899 р.~~ **599 р.**

- Ножницы для педикюра из нерж. стали с длинной ручкой и угловым лезвием для стрижки жестких ногтей.
- Подходят для тех, кому сложно нагибаться.

Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 20×5,9 см, длина лезвия: 3,5 см.



**Умный браслет «Здоровье»**  
лот 402115-02 ~~2999 р.~~ **1299 р.**

- Измерение давления и пульса, содержания кислорода в крови, расстояния, шагомер, счетчик калорий, мониторинг сна.
- Удобный циферблат, простое меню. Длина окружности: 24,5 см. Водонепроницаем.

Материал: гипоаллергенные пластик и силикон. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



**Складная стиральная машинка «Мини Автомат» + карандаш-пятновыводитель в ПОДАРОК!**  
лот 102943 ~~4999 р.~~ **2999 р.**

- Работает от электросети или от PowerBank.
- Удобно брать в поездку, на дачу.
- Можно использовать как посудомоечную машину.

Размеры: 9×5,4 см (стиральная машинка), 25×20 см (ведро). Вес: 600 г. Напряжение: 220 В. Потребляемая мощность: 10 Вт. Длина провода: 143 см. Материал: пластик, силикон. В комплекте: стиральная машинка с USB-проводом и блоком питания для сети, 2 фиксатора для провода, складное силиконовое ведро (5 л).

**В ПОДАРОК:** Карандаш-пятновыводитель универсальный!



**Универсальная чистящая паста «Просто блеск», 2 шт.**  
лот 103628-06 ~~1499 р.~~ **999 р.** 2 шт. по 500 г

- Справляется с разными загрязнениями.
- Чистит до блеска без разводов почти все.

Состав: кварцевый песок, порошок диоксида кремния, деионизированная вода, ароматизатор, кокосовое масло. В комплекте: 2 банки по 500 г.



**Механическая шинковка «Капустница»**  
лот 203519 ~~2999 р.~~ **1999 р.** 3 лезвия в ПОДАРОК!

- Шинковка за минуту.
- Для капусты любого размера.
- Ширина нарезки регулируется.
- Безопасна в использовании.

Размер: 21×21×24 см. Материал: АВС-пластик, нерж. сталь (лезвия, стойки). В комплекте: шинковка, шестигранный ключ, лезвия (3 шт.), инструкция по сборке.



**Усилитель звука «Чуткий слух»**  
лот 402930 ~~1499 р.~~ **999 р.**

- Может усиливать звуки до 40 дБ.
- 6 уровней громкости.

Материал: металл, пластик, силикон. Размер: 5×4,5×1,7 см. Вес: 10 г. В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



**Костюм спортивный «Амазонка»**  
лот 301542 ~~4999 р.~~ **2999 р.** до 70-го размера

Материал: 100% ПЭ. Размер: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68, 70. Цвет: синий, терракотовый, черный.

Леопардовый узор может отличаться от представленного.



**Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!**  
лот 16466-02 ~~1999 р.~~ **999 р.** ЛЕНТА В ПОДАРОК!

- Заклеит, уплотнит, отремонтирует.
- Можно использовать под водой.

Контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, металлов, дерева, керамики, стекла и др. Материал: клей, ПВХ. Размер: 20×150 см, лента в ПОДАРОК: 10×100 см.



**Гольфы компрессионные хлопковые**  
лот 309867 ~~999 р.~~ **699 р.**

- Хлопковые гольфы с мягким компрессионным эффектом снимают усталость, улучшают кровообращение и помогают предотвратить отеки.
- Усиленные мысок и пятка.

Материал: 80% хлопок, 15% ПЭ, 5% эластан. Размер: 36-37, 38-39, 40-41, 42-43, 44-45. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



**Корректор осанки «Здоровая спина»**  
лот 400573 ~~1999 р.~~ **999 р.** Встроенные магниты

- Эффективный способ сформировать правильную осанку.
- Магниты улучшают кровообращение и питание тканей.

Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3). Материал: неопрен. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



**Ультразвуковой отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник»**  
лот 10034 ~~1499 р.~~ **999 р.**

- Электромагнитные импульсы отпугивают крыс, тараканов, пауков, мух и комаров.
- Зона влияния: до 200 кв. м.

Материал: пластик. Размер: 11×7,5×6,5 см. Работает от сети 230 В.



**Чудо-эмульсия «Антикор» 5 в 1, 3 шт.**  
лот 19128-02 ~~1499 р.~~ **999 р.** 3 шт.

- Готовит поверхность к покраске.
- Устраняет коррозию и не дает появиться новой.

Состав: вода, ортофосфорная кислота, функциональные добавки. Объем: 500 мл. В комплекте: 3 шт. При работе используйте средства защиты кожи, органов дыхания и зрения!



**Кроссовки «Спорт шик»**  
лот 703979 ~~1999 р.~~ **1499 р.** до 42-го размера

- Легко надевать и снимать.
- Амортизирующая подошва.
- Короткий задник.
- Универсальные.
- Комфорт и вентиляция для ваших ног.

Материал: иск. кожа, ТПР. Размер: с 36 по 42.



**Наколенник «Двигайся легко», 2 шт.**  
лот 45295 ~~1999 р.~~ **999 р.** 2 шт.

- Уменьшает нагрузку на сустав.
- Фиксирует сустав при сгибании и разгибании.

Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Размер универсальный. Высота: 28 см. Максимальный обхват ноги до 50 см. В комплекте: 2 шт. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



**Вертикальный пылесос 2 в 1 «Кристалл»**  
лот 16593 ~~5999 р.~~ **3999 р.**

- 2 в 1: вертикальная и ручная модель.
- Тройная система фильтрации.
- Насадка для пола и ковровых покрытий, щелевая насадка, насадка-щетка для мебели.
- Вертикальная парковка.

Материал корпуса: пластик. Напряжение: 220-240 В. Потребляемая мощность: 700 Вт. Вес: 1,58 кг. Мощность всасывания: 130 Вт. Размер: 40×10×10 см (пылесос), 107 см (высота в собранном виде). Длина шнура питания: 4 м. Объем контейнера для пыли: 1,2 л.



**Босоножки «Авеню»**  
лот 702126 ~~1999 р.~~ **1499 р.** Синий

- Подходят для проблемных ног.
- «Дышащий» материал.
- Амортизирующая подошва.

Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подошва). Размер: с 37 по 41.



**Велотренажер «Кардио»**  
лот 401808 ~~3999 р.~~ **1999 р.**

- Для тренировки ног и рук.
- Регулируемый уровень нагрузки.
- Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
- Компактный.

Вес: 2,4 кг. Размер: 40×53,5×25,5 см. Материал: металл, пластик.



**\*ВАШ ПОДАРОК:**

- 1. Изолирующая лента «Супер Фикс»  
Цвет: прозрачный. Размер: 10×100 см. Материал: пластик. Вес: 135 г.
- 2. Мини-фен складной  
Компактный. Три температурных режима работы. Два режима скорости. Мощность: 1000 Вт. Материал: пластик. Вес: 135 г.

при заказе от 3499 р. на выбор:



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

\* При одновременном заказе на сумму от 3499 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-29-54. Предложение действительно с 01.07.24 по 30.09.24 г. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

**8 (800) 500-29-54**