

№40  
(465)  
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 7 по 13 октября 2024 года

# ТЕЛЕК

**36**  
КАНАЛОВ  
ТВ

**ДАЧА:  
КОМУ АУКНЕТСЯ  
ТЁПЛЫЙ СЕНТЯБРЬ?**

стр. 29

**ПОРА  
НАРЯЖАТЬСЯ  
В ПОНЧО!**

стр. 7

**АРИНА  
ШАРАПОВА**

**ЖИЗНЬ САМА ПО СЕБЕ  
УЖЕ СЧАСТЬЕ**

стр. 2

**КАК ПЕРЕЖИТЬ  
ЛЮБОВЬ  
БЕЗ ОТВЕТА?**

стр. 4

**УХАЖИВАЕМ  
ЗА КОЖЕЙ  
ПРАВИЛЬНО**

стр. 26

**НАЧНИТЕ  
ОСЕННИЙ ДЕНЬ  
С ГОРЯЧЕГО  
ЗАВТРАКА**

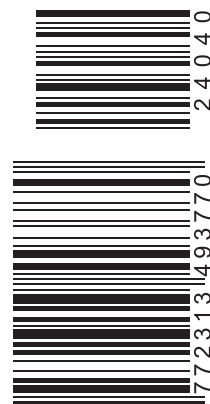
стр. 8

12+

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото Владимира Федотова

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 24040



Телеведущая и общественный деятель Арина Шарапова на телеканале «Культура» представила документальный фильм «Культурный код. Россия в театре и кино».

Этот один из четырех фильмов большого проекта, который реализует Школа Арины Шараповой при поддержке Президентского фонда культурных инициатив.

### Разговоры о главном

– Арина, для многих стал откровением новый проект, где вы выступили не только как автор идеи, но и как генеральный продюсер. Сколько фильмов вы уже сняли?

– «Культурный код. Россия» – это цикл из четырех короткометражных фильмов, которые мы называем дискуссиями. Цель каждого – вовлечь зрителей в разговор о сути культурного кода в языке и литературе, изобразительном искусстве, музыке... И, конечно, о традициях и истории России с ее национальным многообразием. Через эти фильмы мы хотим дать людям возможность высказаться, порассуждать о том, что же относится к нашим общим ценностям? Когда соберем все ответы и объединим смыслы, снимем еще один фильм. Так что съемки не закончены.

### Фильмы-дискуссии

– Сейчас вы показываете фильмы на разных площадках. Есть желание «зайти» с ними на телевидение?

– Бесспорно. Эти четыре короткометражки, на мой взгляд, представляют абсолютно новый формат для зрителя. Гордость

## Арина ШАРАПОВА:

# Позитив должен присутствовать каждый день



### Воздух дня

– Вы всегда излучаете позитив. И программа «Доброе утро» на Первом канале тоже задаёт позитивные нотки в жизни...

– Да, это так, ведь главная задача «Доброго утра» – заряжать зрителей позитивом на каждый день. Наверное, это получается, раз нас смотрят. Что касается позитива, он должен для всех стать форматом каждого дня, его воздухом.

дает на равных с умными взрослыми.

– Как подбирали ребят для ваших фильмов-дискуссий?

– Мы просто приходили к старшеклассникам в школу, общались со студента-

ми различных вузов. И могу с уверенностью сказать, что наш проект «Культурный код. Россия», что называется, зашел, задел за живое, получил обратную связь, так что дальнейшая жизнь ему обеспечена.

### Говорящие книги

– Мне кажется, все ваши проекты имеют продолжение. Вы написали книжку «Страна чудес Коктебель» и на этом не остановились. Следом выходит другая ваша книга – фантастический детектив «Конец эфира», которую недавно широко презентовали в рамках книжной ярмарки на Красной площади. О чём эта книга?

– Она о телевидении, его настоящем и будущем. Такие фантазийные истории, основанные на технических серьезных изысканиях, которыми мы занимались вместе со специалистами. Все, что касается технической стороны истории, все правда.

– Не было желания озвучить свои детские рассказы? Аудиокниги сегодня очень популярны, люди стали больше слушать, нежели читать. А Ваш голос – своего рода бренд...

– Я уже озвучила свои сказки. Новая книга еще

ждет своего часа. Она большая. Наверное, когда-нибудь подступлю и к ней (смеется).

– Вы сами больше читаете или слушаете?

– Я много читаю, но и слушаю много – политологов, рассказы Чехова, исторические лекции. Мне интересна жизнь во всех своих проявлениях...

### Обратная связь

– Вас не смущает, что дети сегодня почти не берут в руки книги?

– Это примета времени. Гаджеты заняли их внимание, но думаю, что минимум 10 процентов детей все-таки читают книги. И это счастливые люди, поскольку им открываются иные миры. Остальные 90 – на нашей совести. И здесь важно не потерять с ними того самого общего культурного кода, о котором как раз говорим, постараться сделать так, чтобы у нас с детьми оставались общие ценности – от Пушкина до художников-передвижников. Мы над этим работаем, об этом с ними говорим в нашем документальном кино.

### Любовь навсегда

– Вы всё говорите о работе, а отдохнуть-то летом получилось?

– Как только появилось окошко, вырвалась на дачу проверить свои любимые пионы и георги-



### Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Хочу пожелать всем счастливых дней и уверенности в себе. Ещё – позитивного взгляда на жизнь, несмотря на все её сложности. Потому что жизнь сама по себе уже счастье.

ны. Когда они расцветают, это что-то невероятное. В нашем саду много коллекционных сортов и столько разновидностей, что, когда цветы распускаются, все вокруг полыхает и радуется глаз. К пионам и георгинам отношусь с особым пиететом. Раньше так же обожала розы, но сейчас я к ним поостыла.

– За цветами ухаживаете сами?

– Когда как. Иногда сама, иногда помогают, если совсем не хватает времени. Но если оно есть, люблю сама возиться с цветами.

Мечтаю вырваться в Коктебель. В этом году крымские власти взяли, наконец, его благоустроить, реконструируют набережную, и это невероятно радует. Крым – это любовь навсегда.

Наталья АНОХИНА

### НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

**1** Слово «школа» пришло к нам из Древней Греции. Дословно оно означало «досуг», но не в нашем понимании праздного времяпрепровождения, а как беседы на темы веры и философии. Позже у лекторов стали появляться ученики, а школой начали называть учебный процесс. А как назывались первые школы на Руси?

- а) Книжное учение.
- б) Летописная грамота.
- в) Учение азбуки.

## С праздником! С Днём учителя!

5 октября – Всемирный день учителя. Поздравляем всех учителей с праздником! А для читателей «ТЕЛЕКА» мы подготовили специальную викторину о важнейшей профессии на земле.

**2** Знания учеников оценивали отметками, вот, например, сохранившиеся с 1737 года оценки успехов: от «учения изрядного, надёжного, доброго, честного, похвального», «учения посредственного, мерного, нехудого» до «учения слабого, подлого, прехудого, безнадёжного, ленивого». Постепенно оценивать знания препода-

ватели стали с помощью цифр: существовали 3-, 5-, 8-, 10- и 12-балльная системы. До XIX века за два нуля подряд ученика могли и высечь. С какого года 5-балльная система оценки знаний, существующая до сих пор, была установлена Министерством народного просвещения?

- а) С 1837 года.
- б) С 1917 года.
- в) С 1950 года.

**3** Этот киношедевр 1968 года поднял популярность профессии учителя. Вячеслав Тихонов так сыграл учителя истории Илью Мельникова, что он стал символом настоящего педагога и интеллигента. По признанию студента педвузов СССР, они шли работать в школу, чтобы встретить свой идеал. Вспомните название этого киношедевра Станислава Ростоцкого, фильма о людях, о жизни, о школе.

- а) «Весна на Заречной улице».
- б) «Доживем до понедельника».
- в) «Розыгрыш».

### ОТВЕТЫ

**1-а.** После Крещения Руси в 988 году князь Владимир Красное Солнышко издал указ, по которому дети бояр должны были учиться грамоте в «Книжных учениях».

**2-а.** С 1837 года. **3-б.** «Доживем до понедельника».



## Анна Каменкова получила сложную роль

Начались съёмки военной драмы «Солдатская мать» с Анной Каменковой, Михаилом Тройником и Павлом Комаровым в главных ролях. Проект посвящается всем матерям, потерявшим своих детей в годы Великой Отечественной войны. В центре сюжета – Ефросинья Семёнова (в этой роли – Анна Каменкова), которая не дождалась с фронта своих девяти сыновей.

Режиссером фильма стал Давид Дунашвили.

– Мне предстоит сложная работа, но я принимаю этот вызов и считаю, что ради таких ролей и таких сценариев и становишься актрисой, – рассказывает исполнительница главной роли Анна Каменкова. – Мне понравился текст, который прислали авторы, это действительно интересный драматический материал.

В сериале также снимаются Михаил Тарабукин, Евгений Шириков, Владимир Верёвочкин, Юлия Афанасьева, Дмитрий Власкин и другие артисты.

Фото онлайн-кинотеатра KION



## По мотивам фильма «Москва слезам не верит» снимут сериал

Начались съёмки сериала по мотивам оscarоносного фильма «Москва слезам не верит». Одним из продюсеров серийного проекта станет Жора Крыжовников. Режиссерами выступят Ольга Долматовская и сам Жора Крыжовников, оператором – Юрий Коробейников.

По сюжету в начале «нулевых» главная героиня Ксюша приезжает покорять Москву с пятилетним ребенком. Без денег, связей и каких-либо перспектив. Пути назад нет – из родного города она сбежала, спасаясь от преследования мужа. Выжить в столице ей помогают новые подруги: прилежная студентка медицинского университета Оля и взбалмошная Маша, мечтающая выйти замуж за иностранца и уехать за границу... Спустя 20 лет судьба дарит подругам еще один шанс на счастье...

## «Невский. Близкий враг» с Антоном Васильевым выходит на НТВ

7 октября в 20.00 на НТВ состоится премьера нового сезона остросюжетного хита «Невский» – «Невский. Близкий враг».

В продолжении сериала Павел Семёнов в исполнении Антона Васильева получает звание подполковника, вместе с Андреем Михайловым (Андрей Гульнев) становится сотрудником ГУ МВД и начинает службу в убийном отделе Управления уголовного розыска. Верный друг главного героя Алексей Фомин (Дмитрий Паламарчук) тоже продвигается по «карьерной лестнице» – возглавит криминальный мир Петербурга и начнет понимать, что мало захватить власть – ее еще нужно удержать. Семёнов наконец-то вычислит таинственного главаря банды Архитекторов. Ради доказательств его вины Паша пойдет на крайние меры и, возможно, навсегда останется вне закона.

– Каким бы иногда ни казался фантастическим сценарий, мы среди перестрелок, погонь, обмана, предательства пытаемся отставить простую мысль – главное не терять веру в честь, дружбу, любовь и, что бы ни случилось, оставаться людьми, – рассказал Антон Васильев.



Фото PR НТВ



## Новая «Сеструха» готовится к премьере

На телеканале «Пятница!» 27 сентября – продолжение сериальной комедии «Сеструха» с Ольгой Картунковой в главной роли. По сюжету после того, как Наташа, тюремный надзиратель (ее и играет Ольга Картункова), спасла от закрытия ночной клуб брата Вадима (Антон Богданов), он предлагает ей вернуться в Саранск. Наташа пакует чемоданы домой. Но неожиданно ей поступает предложение возглавить соседний ночной клуб, пока его хозяйка сидит в СИЗО. Желая доказать брату свою состоятельность, Наташа соглашается...

– «Сеструха» – хороший, легкий сериал про жизнь москвичей и ребят из провинции, – говорит исполнительница одной из главных ролей Антон Богданов. – В продолжении появится конфронтация двух главных героев – двух душ, которые чем-то схожи. А концовка точно всех удивит...

Фото телеканала «Пятница!»

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА» и соств. инф.

# СЕНСАЦИЯ! УНИКАЛЬНОЕ ВЕЩЕСТВО ИЗ ЖИВОКОСТА МОЖЕТ ПОМОЧЬ ОБНОВИТЬ ХРЯЩИ И СУСТАВЫ!

Живокост – растение, невероятно полезное для суставов. О нем знали еще во времена Авиценны. А в эпоху Ренессанса живокост был «средством №1» от заболеваний суставов и позвоночника. Известно, что именно это растение могло помочь Екатерине II избавиться от боли в коленях и отказаться от трости. Когда наступил век индустриализации, о живокосте забыли. На первый план вышли фармацевтические препараты. Однако недавно ученые ошарашили всех своим открытием! Оказывается, в живокосте содержится уникальное вещество для здоровья суставов, которое не удастся получить искусственным путем.

### Секретный ингредиент

Аллантоин – вот то самое вещество, которому многие люди обязаны своим здоровьем. В живокосте его – око-



ло 80% от массы растения! Ученые называют аллатоин активатором роста клеток. Он способствует формированию новых клеток на месте поврежденной хрящевой и костной ткани. Также аллантоин может помочь увеличить массу и плотность костей, сделать межсуставную жидкость более вязкой и обильной, изба-

виться от воспаления в суставах. С помощью аллантоина растение восстанавливает само себя и способствует восстановлению того, кто будет принимать его экстракт.

### Сила живокоста в одной капсуле!

Поняв это, ученые создали специальные капсулы «Хондро-



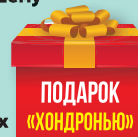
нью» с живокостом. Они содержат самый мощный живокост – таежный, уси-

ленный экстрактами алоэ, босвелии, куркумы, черного перца, ивы, хондроитином и глюкозамином. Попадая в организм, компоненты капсул «Хондронью» способствуют устранению боли, воспаления, хруста, прострелов, заклиниваний отечности и улучшению подвижности. Люди, принимавшие «Хондронью», отмечают хорошие результаты при использовании в качестве вспомогательного средства в комплексной терапии при артрите, артрозе, остеохондрозе, грыжах, ревматизме, радикулите, подагре, а также других заболеваниях опорно-двигательного аппарата и травмах. Если вы хотите вернуть суставам и позвоночнику здоровье, а себе – радость движения, «Хондронью» может стать вашим незаменимым помощником!

### СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему

Для этого сделайте 2 простых шага:



1. ПОЗВОНТЕ по телефону 8-800-302-30-30 и назовите промокод акции 1810

2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «Хондронью»

ЗВОНТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует с 2 октября до 2 декабря 2024 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ! Доставка за счет производителя!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ



## СЕКРЕТ УСПЕХА

Бегом  
за память

В последние годы на нас ежедневно сваливается такой объем информации, что полагаться на память можно всё реже и реже. Проще сохранить нужные данные в компьютере, смартфоне, поиск дороги доверить навигатору. Но это не значит, что собственную память не надо тренировать!

Ответственный  
за память

Участок мозга, отвечающий за нашу память и ориентацию в пространстве, называется гиппокампом. Именно с ослаблением его функций связана плохая память и потеря ориентации в пожилом возрасте. Несмотря на распространенное мнение, что нервные клетки не восстанавливаются, клетки гиппокампа – исключение. Каждый день в этой области мозга появляются новые клетки, однако, не будучи включенными в работу, они постепенно угасают. Чтобы поддержать их активность, нужно нагружать мозг сложной работой, и одних кроссвордов для этого недостаточно!

## Улучшаем координацию

Давно известно, что лучшая тренировка для нашего мозга (включая гиппокамп) – это деятельность, требующая двигательной координации: танцы, вязание, игра на музыкальных инструментах. Да что говорить, даже регулярный бег трусцой стимулирует выработку новых клеток серого вещества в гиппокампе. Данные экспериментов говорят о том, что буквально несколько дней пробежек приводят к росту сотни тысяч новых клеток в области гиппокампа. Итак, бегом за хорошей памятью!

## Подправим питание

Еще один способ улучшить работу гиппокампа – добавить в рацион витамины С и Е, ягоды, зеленый чай и морскую рыбу, а также листовые салаты и зелень.

# Любовь без ответа: трагедия или счастье?

Помните, как в школе, изучая «Евгения Онегина», мы думали: не может быть ничего хуже, чем безответная любовь!

Это же мука – открывать свое сердце человеку, которому на твои чувства наплевать. И все же любовь иногда приходит именно такая – как дорога с односторонним движением... Что делать, чтобы не впасть в отчаяние и примириться с такой реальностью?

## А любовь ли это?

Настоящая любовь – жертвенная и самоотверженная, она делает человека лучше, даже если отношения с объектом чувств невозможны. Пожалуй, лучший выход в такой ситуации – набраться терпения и позволить чувствам закончиться своим чередом, спустя месяцы или годы. Возможно, именно о них вы будете вспоминать потом как о настоящем счастье, испытать которое дается не каждому.

Порой за любовь мы принимаем влечение, желание заполучить что-то запретное или просто избавиться от скуки. В этом случае в фокусе будут наши собственные чувства, жалость к себе. Возможно, еще стремление заполучить объект своих чувств любой ценой, даже причиняя боль его близким или ему самому. Скорее всего, это не настоящая любовь, а попытка решить собственные психологические проблемы – недолюбленность в детстве, желание быть в центре внимания. От таких эмоций нужно избавляться!

Долой  
заблуждения

Допустим, вы разобрались в себе и поняли, что безответная любовь – это не любовь, а отражение ваших психологических проблем. Надо же их решать! Например, вот так...

## Шаг 1. Без обид

Первый шаг в победе над безответной любовью – это признание своих чувств, их анализ и выработка решения: продолжать мучиться или перестать причинять себе страдания.

● Для начала запишите, что вы чувствуете, на бумаге. Когда будете перечитывать текст, логика поможет разобраться в переживаниях. Примите ситуацию без обид и недовольства собой – так сложилось, и пора задуматься над тем, как это пережить.

● Попробуйте понять, что вам не на что обижаться: ваши чувства вовсе не обяжут другого человека чувствовать то же самое. Поэтому нет смысла мучить себя: любовь нельзя получить при помощи подарков, настойчивости, взыванием к жалости и т.п.

● Примите как данность тот факт, что с этим человеком у вас ничего нет и не будет. Без осознания этого факта все остальные действия бесполезны.

## Шаг 2. Смена обстановки

Итак, осознание пришло! Теперь нужно не упиваться жалостью к себе, а переключить внимание на что-то другое.

● Фитнес, танцы, хобби – любые активные занятия помогут избавиться от накопленных отрицательных эмоций, агрессии и позволят держать организм в тонусе, а значит, избежать депрессии.

● Посещение интересных мероприятий – кино, театров, выставок, поддержит положительное настроение.

● Общение с друзьями и близкими. Даже если вам не хочется, заставляйте себя общаться – думая о других, мы не позволяем себе заикливаться на своих проблемах.

## Шаг 3. Фокус на себе

Пора сместить фокус собственного внимания с объекта страсти на себя.

● Держите дистанцию. Дистанция с объектом чувств защитит вас от новых впечатлений и позволит не бередить рану.

● Займитесь собой. Безответная любовь пробивает существенную брешь в нашей самооценке. Чтобы ее поднять, займитесь своей внешностью: смените причёску, посетите салон, отправляйтесь на шопинг. Вот только на новые свидания ходить не стоить. Есть риск наломать эмоциональных дров.

Сейчас все жалуются, что очень тяжело найти любовь. Это вы, са- лаги, ещё работу не искали!



## Кстати

## Глаза не соврут

Ученые провели эксперимент, в ходе которого люди противоположного пола оставались наедине в течение 90 минут. Они должны были откровенно рассказывать друг другу о подробностях своей жизни, а потом молча смотреть в глаза. В результате многие отметили возникшее сильное притяжение, а несколько пар поженились спустя полгода. Ученые считают, что это доказывает влияние глубокого взгляда на формирование наших чувств.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

ЗАВОД ЭНТРОРОС Санкт-Петербург -



производитель промышленных котлов и котельного оборудования.

Приглашаем на работу

## ЭЛЕКТРОГАЗОСВАРЩИКА

Оплата - сдельно-премиальная от 130 000 до 300 000 р.

## Условия, которые мы предлагаем:

- Работа на современном заводе по производству котельного оборудования;
- График работы: 5/2 с 08:00 до 16:30
- Место работы: ЛО, Тосненский р-н, д. Аннолово, ул. Центральная, д. 35;
- Годовая премия;
- Доплата за выслугу лет;
- Более 50% компенсация питания в столовой (на территории завода);
- Компенсация детских лагерей и санаториев;

- Компенсация стоимости билетов на проезд до Санкт-Петербурга;
- Возможность проживания в общежитии завода;
- Ежемесячная компенсация аренды жилья (20000р.).

РЕКЛАМА

Отдел персонала: 8-911-995-77-45 t.berezina@signal-boilers.ru https://www.entroros.ru/

## БЫВАЕТ И ТАКОЕ

## Сотая обезьяна

Эффект «сотой обезьяны» обнаружили учёные на японском острове Косима в 70-е годы прошлого века, изучая колонию приматов. Любимым лакомством животных был картофель. Ученые выдавали подопытным немые овощи, но через некоторое время одна из обезьян додумалась мыть картофель перед едой и научила этому навыку своих сородичей. И когда сотая особь в колонии освоила науку, произошло невероятное: обезьяны на соседних островах также стали мыть овощи! Хотя контакта у особей не было. Впрочем, позднее первоначальные выводы были опровергнуты, а случившееся признали совпадением.



## Дороже некуда!

Грамм какого вещества стоит дороже всего? Нет, это не алмазы, не платина. Дороже всего стоит даже не вещество, а антивещество. Оно состоит из античастиц, имеющих ту же массу, что и обычные, но обладающих противоположным зарядом. Антивещество можно создать только в очень малом количестве и в сложнейших лабораторных условиях, да и существует оно считанные минуты. Зачем же оно нужно? Теоретически именно антивещество может позволить человечеству освоить далекий космос. Ну и о цене – грамм антиматерии стоит почти 6,5 трлн долларов!

Светлана СИДОРЧУК



# ДОКТОРА СКАЗАЛИ: ХОДИТЬ НЕ БУДЕТ!

## БОЛИ В СПИНЕ. ЧТО ПОМОГЛО МНЕ ВСТАТЬ НА НОГИ ПОСЛЕ ТЯЖЕЛОЙ АВАРИИ?

-Привет, Андрей, как дела?

-Здравствуйте, а я уже дома.

-Как дома?

-Хожу уже без костылей. Все в порядке.

Мне чуть за 60. По нынешним меркам, можно сказать, молодой. До сих пор ещё работаю. И про дачу, конечно же, не забываю. А уж на рыбалку или в лес за грибами — это вообще святое.

Но всего бы этого могло не быть. Я мог навсегда остаться инвалидом, прикованным к коляске. Если бы на моём пути не встретился молодой доктор. Который буквально поставил меня на ноги. Я и сегодня пользуюсь его советами. Но обо всём по порядку.

### АВАРИЯ

Шёл 1990 год. Тот день должен был стать для меня самым счастливым. Я ехал в райцентр забирать из роддома жену с новорождённым сыном. И так торопился, что не сразу заметил автомобиль, выехавший мне навстречу. От столкновения мне удалось уйти. Но машина улетела в кювет. Очнулся я уже в больнице.

Вердикт врачей: «Ходить не будет». Травма позвоночника, повреждены коленные суставы. Надо сказать, в 90-х медицина находилась в полном упадке. Мною просто не хотели заниматься.

Все, кроме одного доктора. Только после института, молодой, амбициозный. Он, что называется, горел своей профессией. Именно тот врач сказал: «А давай попробуем новый метод!» Мы решили рискнуть: терять-то нечего...И начали заниматься.

### ВОЛШЕБНЫЙ КАБИНЕТ

В волшебный кабинет моего лечащего врача люди заходили на костылях или с палочкой. А после курса процедур выходили без. Своими ногами. Кто-то лечил спину, кто-то поясницу, тазобедренный сустав; был пациент и с невралгическими болями. Кого только не встретишь в очереди. Но, по признанию доктора, я был самым тяжёлым. В кабинете стоял большой аппарат с электродами. «Это аппарат для нейростимуляции нервов и мышц. Будем восстанавливать твою спину и ноги», — объяснил доктор. И лечение началось.

Аппарат то сокращал, то расслаблял мои мышцы, заставляя их работать.

Причём именно те, которые успели атрофироваться. Очень скоро я стал ощущать, что ноги стали потихоньку слушаться. И даже спина стала болеть значительно меньше.

Не буду лукавить, процесс восстановления был небыстрым. Мне понадобилось больше времени, чем остальным. Но результат того стоил — из больницы я вышел, как говорят, на своих двоих.

С тех пор прошло уже более тридцати лет. К сожалению, ничто в этой жизни не проходит бесследно.

И с возрастом стали беспокоить старые травмы: заклинивает спину, ноют колени, простреливает поясницу. И я снова обратился к своему доктору. И вот какой совет он мне дал.

### ЧЕСТНЫЙ ОТВЕТ.

#### ЧЕМ ЛЕЧАТСЯ ПРОФЕССИОНАЛЫ.

— Того аппарата, которым Вы лечились давно уже нет в поликлинике, 30 лет прошло, сами понимаете. Он устарел, и его списали. А новый, к сожалению, так и не установили. Но, я могу Вам посоветовать другой — точный аналог, только уже современный и компактный. Таким уже можно лечиться дома самому, — сказал доктор.

— Отлично, это даже удобнее. Как называется аппарат?

— Тренажёр Маркелова. С его создателем Маркеловым Вадимом Евгеньевичем я знаком лично. Поэтому могу с уверенностью сказать: вещь рабочая!

Вадим Евгеньевич уникальный человек, почётный гражданин Республики Карелия. Будучи спортсменом, он долгое время занимался восстановлением и реабилитацией после травм.

Опираясь на свой опыт и знания, он изобрёл аппарат, лучше которого не придумали ещё во всём мире! Боль снимает практически мгновенно — проверено на себе!

— Как такое возможно?

— Его принцип работы в корне отличается от всех известных электромиостимуляторов. Он заставляет работать мышцы, которые трудно прокачать обычными физическими упражнениями. При остеохондрозе, грыжах, протрузии это ощущаемая помощь.

Тренажёр Маркелова также используется в период реабилитации после травм, ушибов и переломов.



А ещё в восстановительной терапии после инсультов, при нарушении обмена веществ и решении проблем мочеполовой системы у мужчин и женщин.

— Так много показаний для применения?!

— Да. Эксклюзивная технология лечения позволяет эффективно и безболезненно лечить детей и взрослых без применения медикаментов. Представляете какая это экономия?! И, что важно, никаких тебе побочных эффектов. Аппарат не только мягко воздействует, но и в дальнейшем позволяет жить без боли!

— Я уже хочу попробовать!

### ПЕРВАЯ ВСТРЕЧА

В народе говорят: «Встречают по одежке, а провожают по уму». Это выражение можно точно применить к тренажёру Маркелова.

На первый взгляд невзрачная коробочка. Всё по-простому: только пульт и электрод. Сразу скажу по секрету, даже моя теща разобралась. А ведь ей уже под 90!

А всё потому, что производители вложились в качество, а не рекламу! Поэтому и цена, по сравнению с аналогами, ниже. Не надо переплачивать. Кроме того, в инструкции написано, что аппарат уже зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере здравоохранения.



И рекомендован к применению на территории Российской Федерации. А клинические исследования его проходили в самом «Университете имени академика И.П. Павлова» в Санкт-Петербурге. Согласитесь, внушает доверие! И пользоваться не страшно: контроль на самом высоком уровне.

Я выбрал нужную программу, нажал кнопку, и лечение началось!

### ВАМ ТАКОЕ ДАЖЕ НЕ СНИЛОСЬ?!

Во время процедуры электрические импульсы аппарата преодолевают сопротивление слоев мышц. Разжимают зажатые мышцы и снимают спазм.

Ощущение непередаваемое! Как будто тысячи невидимых мягких пальцев массируют Ваши мышцы снаружи и изнутри. Это потрясающее чувство комфорта. Хочется, чтоб не прекращалось.

Происходит полное расслабление. Боль отступает, появляется сила, энергия. Кажется, что каждый орган, каждая клетка твоего организма начинают работать с новой силой. Как будто внутри тебя какая-то невидимая сила запустила двигатель, как мотор в машине.

Спина, поясница — всё становится гибкими, как будто только и делал, что всю жизнь занимался спортом. И даже самому не верить, что ещё вчера стонал от боли и не мог даже на бок перевернуться.

Поверьте моему опыту: после курса процедур Вы себя просто не узнаете. Как будто скинули десяток-другой! И вот Вы снова молоды и активны. А главное — ничего не болит!

### НА ЗДОРОВЬЕ НЕ ЭКОНОМЯТ?

Так ли это на самом деле? У тренажёра Маркелова есть один секрет. С ним Вы сможете ощутимо сэкономить на лекарствах. А также свести к минимуму риск передозировки и побочных эффектов от препаратов. Ведь для достижения желаемого эффекта их потребуются совсем чуть-чуть.

Всё дело в том, что у аппарата есть функция оинофорез. Эта дополнительная функция помогает вводить лекарства и обезболивающие непосредственно в проблемную зону. Как это работает?

Под действием электрических импульсов активные компоненты лекарственных средств проникают в более глубокие слои тканей. Это даёт сразу двойной эффект.

Во-первых, они начинают действовать активнее и проникают туда, куда без помощи электрических импульсов им не добраться. А значит, лечение будет более продуктивным и быстрым.

Во-вторых, уменьшается расход самого средства. Так, например, Вашего геля и крема хватит не на месяц, как раньше, а на три! А теперь посчитайте, сколько Вы сэкономите при этом, и подумайте, на что сможете потратить эти деньги.

### КОНЕЦ ВАШИМ СТРАДАНИЯМ!

Испробовав на себе тренажёр Маркелова, знаете, что я Вам скажу? Это настоящее спасение для людей, заболевания которых ограничивают движения, приносят боль, а вместе с ней и невыносимые страдания.

Оглянитесь вокруг. Сколько людей с больными суставами и спиной?! Сгорбленные, скрюченные, с палочками. И это только те, кого видно! А сколько ещё лежит дома, не в силах даже выйти на улицу? Хотите пополнить их ряды? Нет? Тогда начните уже лечиться по-настоящему! Приведите наконец-то в порядок свою спину и суставы, помогите им! Воспользуйтесь действительно эффективным средством!

Поверьте мне, тренажёр Маркелова вернёт Вам радость движений! Больше не нужно будет обременять родственников или просить посторонней помощи. Ведь главное преимущество аппарата его с высокой эффективностью можно применять даже дома! Вы сами с лёгкостью сможете проводить процедуры, прямо не вставая с дивана. Удобно? Конечно же, да!

Тем более, что в большинстве случаев положительный лечебный эффект наступает уже после первого применения! Только вдумайтесь: уже после первого! А Вы всё ещё терпите боль? Зачем?!

Поэтому звоните прямо сейчас по номеру 8-800-511-25-87, сегодня, не откладывая в долгий ящик. Завтра всё равно ничего не изменится, Ваша болезнь никуда не денется. А вот лечить её станет уже сложнее. Так стоит ли терять драгоценное время?

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!**

**8 (800) 511-25-87**

**ПОСЛЕДНЯЯ ПАРТИЯ ПО СТАРЫМ ЦЕНАМ!\***

### ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ДЕШЁВЫХ ПОДДЕЛОК!

Только на упаковке оригинального аппарата имеется защитная голограмма



ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. \*Акция действует с 02.10.2024 г. по 02.11.2024 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



В пятницу, 4 октября, ТВЦ покажет по-особенному праздничный выпуск программы «Хорошие песни».

Передача будет посвящена 80-летию Народного артиста России Александра Михайлова, который ранее также был ведущим этого проекта «ТВ Центра».

## Сохраняя внутреннее равновесие

Вместе с ведущими Элеонорой Филиной и Борисом Щербаковым юбиляра в студии поздравят певицы Вика Цыганова, Екатерина Жемчужная, Таисия Повалий, актеры Евгений Дятлов, Борис Галкин, Николай Бурляев и другие. Александр Яковлевич с большим вниманием наблюдал за происходящим на сцене и слушал многочисленные сердечные пожелания в свой адрес. Несколько раз он не смог усидеть в кресле: пустился в пляс под цыганские песни, а потом вышел на сцену, чтобы со всей отеческой теплотой обнять после поздравительного выступления свою младшую дочь, молодую актрису Мирославу Михайлову.

— 80 лет — это, конечно, срок: я уже попадаю в 15 процентов мирового населения, перешагнувших эту черту, — признался юбиляр. — Я стараюсь оптимистично смотреть на вещи. Самое главное — всегда сохранять внутреннее равновесие, с любовью относиться к людям, к природе и ставить для себя долгосрочную цель. Когда имеешь цель, то удивительным образом все получается. Так в моей жизни было не раз. Может быть, это нескромно с моей стороны, но все же, перекрестясь, скажу, что хочу дожить до 88 лет без маразма, а там как Бог даст!

**Александр МИХАЙЛОВ:**

# // Когда имеешь цель, всё получается!



Хорошие песни сопровождают Александра Яковлевича все 80 лет.

## «Люблю народные песни»

Особенно символичным для Народного артиста страны стало то, что юбилей он отмечает на программе ТВЦ «Хорошие песни».

— Если говорить о той музыке, которую я люблю,

это больше народные песни, — признался актер. — Я вырос в деревне, в Забайкалье. С детства находился в многонациональной среде: буряты, татары, цыгане — все жили вместе. Есть выражение: сколько языков ты знаешь — столько раз ты человек. И от себя добавлю: сколько в тебе есть культура, настолько ты становишься богаче...



Юбиляра поздравляют дочь Мирослава Михайлова и певица Таисия Повалий.

Детство у меня послевоенное было: я родился в 1944-м, в Забайкалье была тогда полная нищета, голод, холод зимой, а летом жара 40 градусов. Поэтому с тех пор любой праздник, будь то день рождения или Новый год, оставлял во мне не очень радостный след. С возрастом ничего не изменилось: когда приближается какой-то юбилей, какая-то очередная дата, я стараюсь уйти от суеты, становлюсь как Колобок, который ото всех убежал.

## Актер в роли ведущего

Несказанно рада снова увидеть Александра Яковлевича в студии «Хороших песен» была и Элеонора Филина, вместе с которой актер вел передачу более года.

— С Александром Яковлевичем мы познакомились на юбилее нашего общего

друга, актера Юрия Владимировича Назарова, — вспоминает Элеонора. — Он отмечал его концертом. И вот заходит Михайлов — я тогда впервые увидела его воочию, а не на экране, и подумала: какой элегантный и красивый! Тем более, он же еще высокий такой. Сел на первый ряд. И когда подошла моя очередь выступать, то я исполнила песню «Я милого узнаю по походке» и даже помню, как тогда Александр Яковлевич мне очень искренне зааплодировал и подошел к сцене. Я увидела, что ему понравилось. А когда встал вопрос, что на нашу программу нужен постоянный соведущий, именно профессиональный актер, я сразу предложила пригласить Александра Яковлевича. Все тогда засмутились: не знали, захочет ли он. И я решила сама ему позвонить. Позвонила в наглу и попросила встретиться. Мы с ним посидели, поговорили, он меня радостно выслушал

и твердо сказал: «Я не ведущий». На что я ответила: «Это не важно! Зато я ведущая». Он отказывался, мы его долго уговаривали, но в итоге нам это удалось. И, как мне кажется, у него здорово получалось вести программу.

## Семейный репертуар

Последние месяцы очень богаты на приятные события для всей семьи Михайловых. Недавно артист отметил очередную годовщину семейной жизни с супругой Оксаной Васильевой. А в самом конце минувшего лета пара выдала замуж свою дочь, 22-летнюю Мирославу. Избранником девушки стал ее коллега, 25-летний актер Анатолий Черников.

По признанию Мирославы, отец не только влюбил ее в актерскую профессию, но также с детства способствовал раскрытию ее музыкального потенциала.

— Ни для кого не будет секретом, что нашими главными песнями в семье являются «Под окном черемуха колыхнется», «Мальчишечка-разбедняжечка» и «Тонкая рябина», которые мы с папой уже не раз пели вместе на выступлениях и которые я много слышала в его исполнении. Будучи совсем маленькой. А сейчас эти же песни я исполняю уже и одна. Прошло много времени, но репертуар остался неизменным (улыбается).

Подготовила  
Ольга БЕЛЬСКАЯ

## ДЕТАЛИ

### Мастер и юные дарования

Особенно трогательным выдалось выступление первокурсников ВГИКа: юные дарования были приняты в мастерскую Александра Яковлевича только минувшим летом. Но артист уже успел проникнуться к каждому и очень трепетно беседовал со студентами не только на съемках, но и за кулисами. А когда первокурсница Вера Алдонина трогательно исполнила песню «Учитель», прославившую в свое время на всю страну ее маму Юлию Началову, то Михайлов не смог сдержать слез.



Первокурсники ВГИКа собрались под крылом своего Мастера.



Скрыть лишнее могут многие предметы одежды, современная мода учитывает все желания потребителей.

**Н**о едва ли не самой популярной из таких вещей в этом сезоне стало пончо. Пончо отлично маскирует все, что мы не хотели бы афишировать: и животик, и широкие бедра, и полностью рук. К тому же, большим преимуществом является то, что оно прекрасно комплектуется буквально с чем угодно: и юбка, и брюки, и даже платье только выигрывают, если поверх них будет надето эффектное пончо. Ну и конечно, этот предмет одежды исключительно удобен и комфортен и, что немаловажно, не сковывает движений. Словом, пончо – это практически идеальная одежда для корпулентных особ, желающих быть в тренде.

# Октябрь встречаем, пончо выбираем



## Длина

Классической считается длина пончо до середины бедра. Отметим сразу, что это лучший выбор для тех, кому есть что скрывать ниже линии талии. Тем не менее, вполне может случиться, что именно вам больше подойдет удлиненный вариант – например, пончо-платье – или фасон с асимметричным подолом, переднее и заднее полотно которого длиннее боковых. Этот вариант, кстати, зрительно вытягивает фигуру – то есть стройнит. Необходимо только следить, чтобы боковые части пончо были не короче линии бедер. Мини-пончо, в которых любят щеголять юные модницы, дамам с рубенсовскими формами противопоказаны.

## Цвет и принт

Корпулентным особам лучше выбирать благородные темные оттенки: синий, зеленый, коричневый, серый, черный, бордо. Однако, если остальной комплект темный, лучше обратить внимание на элегантные светлые тона: беж, экрю, песочный и т.п. В случае если ваш выбор все же падет на яркие цвета, то в комплект к пончо следует выбирать вещи нейтральных или темных тонов. Принт, если вы не любите однотонные вещи, в идеале должен сливаться в какой-то один оттенок, то есть быть максимально мелким. Крупные принты сделают фигуру еще крупнее, что вряд ли входит в нашу задачу.

## Обувь

Как мы уже писали, носить пончо можно буквально с чем угодно. То же самое касается и обуви. Однако предпочтительнее обувь на небольшом устойчивом каблучке, танкетке или платформе. Такая обувь зрительно удлинит ноги и добавит им стройности.

## Отделка

Отделка пончо может быть самой разнообразной, но и здесь необходимо учитывать контекст. Большие накладные карманы, меховая опушка и другие объемные детали зрительно расширяют фигуру, поэтому от таких пончо лучше отказаться. А вот длинная бахрома и другие вертикальные детали зрительно вытягивают силуэт, поэтому это хороший выбор. К тому же, бахрома сегодня в большой моде, о чем не стоит забывать.

## Материал

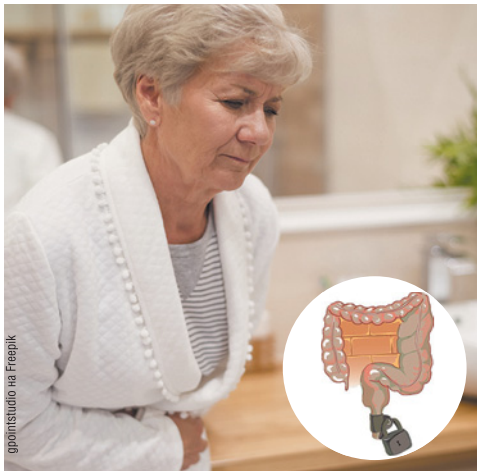
Для холодного времени года лучший выбор – пальтовая ткань, а также теплый трикотаж, но не объемный, а гладкий. И этот выбор сейчас актуален. А для теплого времени года прекрасным выбором станет пончо-накидка из легкой натуральной ткани: шелка, хлопка и т.п. Дамам, желающим скрыть лишние килограммы, не стоит смотреть в сторону объемных (например, букле) и подчёркнуто брутальных (кожа) материалов – такие пончо предназначены для очень стройных и юных особ. Кстати, под пончо лучше надевать максимально не объемные вещи, идеально подойдут юбка-карандаш, прямые или зауженные брючки (или джинсы), легинсы, платье-футляр.

Светлана ИВАНОВА

# У ВАС ЗАПОР? ВАША КРОВЬ ОТРАВЛЕНА!

Срочно: ультратонкое очищение кишечника, крови и сосудов!

Миллионы людей каждый день мучаются из-за проблем со стулом, особенно это тяжело для пожилых людей. Но мало кто знает, насколько это опасно! Представьте, массы переваренной пищи не могут покинуть кишечник, они скапливаются, гниют, твердеют и начинают растяги-



Для прекращения отравления организма необходимо:

- ИЗБАВИТЬСЯ от проблем со стулом;
- ЗАКРЫТЬ «кишечные дыры»;
- ОЧИСТИТЬ кровь!

Это под силу только СИВИДАЛУ!

вать и царапать нежную слизистую кишечника. Клетки эпителия начинают рваться, появляются микротрещины, а потом и «кишечные дыры». Накопившиеся в кишечнике гнилостные токсины, шлаки, вирусы попадают прямо в кровь, стремительно разносятся по всему организму и по всем жизненно важным органам и особенно сердцу, печени, почкам, мозгу. Начинается отравление организма. Появляется тревожность, бессонница, скачет давление, боли в суставах, в голове. Вот к чему может привести нерегулярный стул. И исправить это простыми слабительными невозможно! СИВИДАЛ – это живые микромолекулы, полученные из дикой водоросли ламинарии Охотского моря по уникальной запатентованной

БЛАГОДАРЯ ГЕЛЕВОЙ ФОРМЕ СИВИДАЛ:

- ✓ бережно и мягко проходит по кишечнику;
- ✓ выводит камни, скопившиеся в кишечнике;
- ✓ собирает всё ядовитое;
- ✓ выстилает стенки кишечника защитной микропленкой;
- ✓ заживляет поврежденную воспаленную слизистую.

технологии кавитации (патент РФ RU 2384342). Ламинария – это самое мощное растение, которое миллионы лет очищает океаны и моря! Микромолекулы водоросли в СИВИДАЛЕ способствуют ультратонкому очищению кишечника на клеточном уровне! Одновременно с этим в кровь поступают миллионы живительных микромолекул СИВИДАЛА, которые очистят кровь и сосуды вплоть до самых маленьких капилляров. В результате СИВИДАЛ избавит от нерегулярного стула, ядов и токсинов и очистит кровь и сосуды на микроуровне! Тонкая работа.

Звоните прямо сейчас:  
**8-800-100-55-60**

Звоните с мобильного:  
**\*2031**

Код вашего подарка\*:  
«ОЧИЩЕНИЕ»

ВСЕ ЗВОНКИ и консультации  
БЕСПЛАТНЫЕ и АНОНИМНЫЕ

\*При покупке комплекса. Не является БАД. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 121770093159, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр., д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. 1, комн. 28. СГР № RU.77.99.19.004.E.004350.10.18 от 01.10.2018 г. Акция действует с 01.10.2024 по 01.04.2025 г. Информацию об организаторе акции, правилах её проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8-800-100-55-60. РЕКЛАМА

РЕКЛАМА

1 банка Сивидала  
**В ПОДАРОК\***  
при покупке  
в течение  
7 дней

Ламинария  
гомогенизированная  
желированная

СИВИДАЛ®

Специализированный  
пищевой продукт

2 проблемы  
решение 1

ПОДКОЖНЫЕ ВОДОРОСЛИ  
ЛАМИНАРИИ



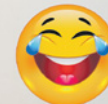
Чтобы завтрак был полезен, необходимо наполнить его разнообразными витаминами и микроэлементами. Осенью сделать это несложно – ведь именно на это время приходится период созревания сезонных овощей и фруктов.

Осенью овощи и фрукты, особенно выращенные в местности проживания, наполнены максимальным количеством витаминов и других полезных веществ. Тыква и капуста, яблоки и груши, клюква и брусника... Вот отличный источник пользы для нашего организма в период смены сезонов. Именно об этом следует помнить в первую очередь, задумываясь о полезном рационе. А во вторую очередь – о том, что света все меньше, холодных ночей и дней все больше. То есть организму необходимо согреться, и, конечно, еда в этом – первый помощник. Поэтому осенью и зимой завтраки предпочтительнее горячие. Как бы ни были вкусны и полезны залитые йогуртом мюсли, в холодное время года теплая овсянка предпочтительней.

# ПОЛЕЗНЫЕ ЗАВТРАКИ ОСЕНИ



– Дорогой, почему ты не занимаешься спортом?  
– До завтрака рано, а после завтрака вредно.



## Сырники запечённые с тыквой

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 119 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 350 г творога
- 150 г мякоти тыквы
- 1 яйцо ■ 1 апельсин
- 50 г кураги ■ 2 ст. л. муки
- растительное масло



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Курагу залить кипятком, через 20 минут отжать, пюрировать в блендере.
- 2 На терке натереть тыкву, снять цедру с апельсина.
- 3 Творог протереть сквозь сито, добавить яйцо, цедру, тыкву, пюре из кураги, перемешать, разделить на небольшие (50-60 г) кусочки.
- 4 Руками, смазанными в растительном масле, сформировать из кусочков творожной массы шарики, обвалять каждый в муке, сплющить в лепешки высотой 2-2,5 см, выложить на противень.
- 5 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке 20 минут.
- 6 Подавать сырники горячими с йогуртом, сметаной или сладкими соусами.

## Пудинг из чёрствого хлеба

Европейская кухня. На 2 персоны. Калорийность (на 100 г): 211 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 ломтика чёрствого хлеба
- 2 стакана молока
- 60 г сливочного масла
- 60 г сыра ■ 2 яйца
- 1 сладкий перец
- 2-3 веточки зелени
- молотый чёрный перец
- соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Хлеб и перец нарезать небольшими кубиками, сыр натереть на терке, зелень мелко нарубить, масло растопить.
- 2 Яйца слегка взбить с молоком, посолить, поперчить, влить масло, перемешать, добавить хлеб, оставить на 5 минут (чтобы хлеб пропитался), добавить перец, перемешать.
- 3 Разложить по двум емкостям (без металлических деталей!), поставить в микроволновку.
- 4 Готовить на максимальной мощности 1,5-2 минуты; подавать немедленно. При подаче посыпать зеленью.

## Цукини с сырным соусом

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

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 небольших цукини (или кабачка) ■ 200 г сметаны
- 150 г брынзы (или феты)
- пучок зелени
- растительное масло
- молотый чёрный перец
- соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Цукини нарезать кружками толщиной 1 см, обжарить на растительном масле до румяности, в самом конце посолить, поперчить.
- 2 Зелень мелко нарубить, брынзу раскрошить.
- 3 Сделать соус: соединить сметану, зелень и брынзу, тщательно перемешать.
- 4 Подавать цукини горячими, полив сырным соусом.



## Менемен

Турецкая кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 152 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 яйца ■ 4 помидора
- 1 небольшой цукини (или кабачок) ■ 100 г феты (или брынзы) ■ зелень
- растительное масло
- специи (паприка, чили, молотый чёрный перец)
- соль



### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Помидоры и цукини нарезать небольшими кубиками, фету раскрошить, зелень мелко нарубить.
- 2 В сотейнике разогреть растительное масло, обжарить цукини (1-2 минуты), добавить помидоры и специи, посолить, жарить, помешивая, 5-7 минут.
- 3 Огонь под сотейником уменьшить до слабого, вбить яйца, перемешать, готовить до тех пор, пока яйца не схватятся (5-7 минут).
- 4 Снять сотейник с огня, посыпать менемен фетой и зеленью; подавать немедленно.
- 5 Отдельно подать ломтики поджаренного хлеба.

## Налистники с творогом и изюмом

Русская кухня. На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 171 ккал.

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 стакана муки ■ 4 стакана молока ■ 400 г творога (от 9%) ■ 6 яиц ■ горсть изюма ■ 100 г растопленного сливочного масла
- 50 г жирной (от 20%) сметаны ■ 3 ст. л. меда
- 2-3 ст. л. сахара ■ соль
- растительное масло

### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Приготовить тесто для налистников: 4 яйца взбить с сахаром в пышную пену, влить молоко, перемешать, всыпать просеянную муку с солью и 50 г растопленного масла, тщательно перемешать.
- 2 Пожарить тонкие блинчики, смазывая сковороду растительным маслом.
- 3 Сделать начинку: творог протереть через сито, добавить оставшиеся яйца, сметану, мед, тщательно перемешать, добавить изюм, еще раз перемешать.
- 4 На каждый блинчик выложить 1-2 ст. л. начинки, свернуть трубочкой; выложить налистники в форму для запекания, полить оставшимся маслом.
- 5 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке до золотистой корочки (~15 минут).
- 6 Подавать со сметаной, йогуртом, вареньем, ягодным сиропом, сгущенкой и т.п.



### Советы к рецепту

- Все ингредиенты должны быть комнатной температуры.
- В начинку для налистников вместо свежих ягод можно добавлять замороженные (предварительно разморозив), а также сухофрукты (изюм, курагу, вяленую вишню, клюкву и т.п.).

### Пословицы

- Живот не мешок: про запас не поешь. (Русская)  
Не всё в рот, что око видит. (Карельская)  
Беда – когда желудок упрямей, чем рассудок. (Французская)  
Не глотай, не прожевавши, не болтай, не подумавши. (Вьетнамская)

Светлана ИВАНОВА



Иногда мир становится похож на сказочную страну, где происходят самые настоящие чудеса и сбываются мечты.

**Г**лавное, верить и стремиться, и тогда самые смелые проекты станут реальностью. Важна сама идея, и, если она несет добро, тогда ее смело можно воплощать в жизнь.

С детства обожаю книги, навык чтения прокачан у меня до неприличного космического уровня. В нашем доме была огромная библиотека, и я читала с утра до ночи. Очень нравились волшебные сказки, я полностью погружалась в сюжет и представляла себя главной героиней. С трепетным ожиданием переворачивала последнюю страницу. Поскольку финал не всегда подходил под мои жизненные представления, мысленно его переписывала и ставила точку там, где считала необходимым.

С годами увлечение книгами не прошло, а лишь окрепло и переросло в непреодолимое желание навсегда связать с ними свою жизнь. Кстати, основной источник информации для меня существует только в буквенно-текстовом формате.

### Глоток энергии

Библиотечное дело для моей деятельной природы показалось слишком скучным занятием, я решила замахнуться на собственный книжный магазинчик. К этому судьбоносному решению шла достаточно долгое время, перешагивая через непреодолимые препятствия.

Но если сегодня мне пришлось бы начать все сначала, вряд ли решилась.

Я заканчивала магистратуру по профильному обучению в культурной столице – городе, где сбываются мечты, даже самые сме-

# Книжный роман с финальной точкой

Надо мечтать, как можно больше, как можно сильнее мечтать, чтобы будущее обратилось в настоящее.  
Михаил Пришвин



лые и невероятные. Когда в первый раз забрела в небольшой частный книжный магазин – обомлела. Абсолютно домашней атмосферой был пропитан каждый сантиметр помещения: открытое жилое пространство для истинных книголюбов с детской зоной, мини-кухней с микроволновкой и большим обеденным столом.

Все эти годы во мне жила и росла мечта. В одной из кафешек увидела понравившийся мне вариант. В холле стоял стеллаж с книгами, на кирпичной стене висели книжные полки с подписными изданиями. В ожидании заказа посетители листали, читали, при желании покупали понравившуюся книгу. Тогда я поняла, что хочу устроить нечто подобное в своем воображаемом салоне-магазине.

Я взяла с полки томик любимой прозы и провалилась в другой мир.

– Определились с заказом? – спросил меня официант. – К Михаилу Афанасьевичу подойдут блюда с рыбой или ветчиной.

Я не сразу въехала. А когда поняла, о чем речь, расхохоталась.

– Вы знаете все любимые блюда писателей, Игорь? – обратилась к молодому человеку по имени, прочитав его на бейдже.

– Конечно, нет, – почему-то смутился парень. – У нас очень вкусные расстегаи с рыбой. Попробуйте, не пожалеете.

И действительно, пирожки оказались выше всяких похвал. Я стала постоянным клиентом в кафе, мне нравилась атмосфера, меню и обслуживание. С Игорем мы стали встречаться. Не скажу, что была влюблена, скорее видела в нем больше друга и собеседника. Конечно, я делилась с Игорем планами, но к идее открыть свой книжный

магазинчик он относился скептически.

– Ты даже не представляешь всей глубины процесса. И дело не только в финансах, хотя это первоначально, а у тебя нет этой предпринимательской жилки.

Наверное, он был прав, но мной двигало неукротимое желание воплотить планы в жизнь. Кто-то хочет стать космонавтом или балериной, а мне был необходим свой книжный магазин. И я решилась.

### Мечта пополам с отчаянием

В родной город возвратилась одна, купив билет в один конец. Хотела немного осмотреться, поработать по найму, накопить первоначальный капитал. Увы, моя мечта оказалась напополам с отчаянием. Какой книжный магазин?

Салон-парикмахерская – это еще подумать...

И все-таки я открыла свою книжную лавку. Через несколько лет она была уже культовым местом города, неким творческим пространством с литературными чтениями, мини-спектаклями и детскими тематическими квестами. Здесь же в один из вечеров я познакомилась с Марком.

Меня покорили его раскованность, общительность. Он не учил меня жить, а заряжал этой жизнью. Рассказывал о своих странствиях по миру, предлагал продать бизнес и уехать путешествовать. Идиллия оказалась пропитанной ложью, когда я случайно услышала его разговор по телефону:

– Уже скоро она будет мне полностью доверять, и мы документально все оформим. Думаю, она согласится на наши условия, иначе будем действовать по плану «Б».

Выяснилось, что отец Марка – владелец крупной сети книжных магазинов. Моя лавка привлекла его внимание, и он решил присоединить ее к своему бизнесу. Сын должен был втереться ко мне в доверие и повернуть дельце. Надо сказать, им почти все удалось.

Потом со мной расторгли договор арендатор. Я была в отчаянии. Стала про-

сыпаться с мыслью: «Зачем мне это все надо?» Вот тогда в моей жизни снова возник Игорь, как спасательный круг для утопающего.

### Пища для ума и тела

Мы столкнулись с ним на перекрестке в буквальном смысле.

– Ирка, я, конечно, знал, что увижу тебя, но не ожидал, что это произойдет именно так!

– Почему ты здесь?

– Я не переставал задавать себе этот же вопрос все время с твоего отъезда, – сказал Игорь. – Вот и приехал за ответом!

Он крепко сжал меня и зарылся в волосы.

– Как же я скучал по тебе! И никуда больше не отпущу!

Моя хандра растворилась в его нежности. Вдвоем мы справились с захватчиками-конкурентами. У Игоря тоже оказалась связь. Но книжной лавки у нас больше нет. Есть книжное кафе с потрясающей кухней, где посетители ждут не только книги, но и кушанья, приготовленные по рецептам любимых блюд русских классиков.

Я точно знаю, что Игорь – главный мужчина моей жизни. Больше никто и никогда.

ИРИНА

### 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

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

### 1 ★★★★★

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

### 2 ★★★★★


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

### 3 ★★★★★

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



**ПЕРВЫЙ**



00.55 Подкаст.Лаб. (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 Информационный канал. (16+)
- 13.30 «АнтиФейк». (16+)
- 14.00 Информационный канал. (16+)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 20.00 «ИЩЕЙКА». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ШИФР». (16+)
- 22.55 «Большая игра». (16+)
- 23.55 «ТУРЕЦКАЯ ТЕТРАДЬ». (16+)
- 00.55 Подкаст.Лаб. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

**РОССИЯ 1**



13.00 «Наши». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 13.00 «Наши». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «Малахов». (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «ЛЮТИК И АНЮТИК». (16+)
- У Виктора, любимого мужчины Ульяны, проблемы. В Губернские снимают кино, а сериальный актёр Рошин обвиняет Виктора в наезде...
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)


**НТВ**



00.50 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

- 04.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «НЕВСКИЙ: БЛИЗКИЙ ВРАГ». (16+)
- Семенов с Беловой приезжают к Фоме, чтобы пригласить его на день рождения Тани. Паша удивлен, что Фома все время находит себе неприятности.
- 22.10 «БОРЩИ». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «БОРЩИ». (16+)
- 00.50 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

**СТС**



09.05 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 Ералаш. (6+)
- 07.00 «Машины страшилки». (0+)
- 07.10 «Маша и Медведь». (0+)
- 07.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 08.00 Наука в шоке. (16+)
- 09.05 Уральские пельмени. (16+)
- 09.25 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- Жизнь Ивановых в очередной раз круто изменилась, теперь все живут в большом доме, в достатке, и, казалось бы, всё хорошо...
- 19.55 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ: ИНТЕРНЭШНЛ». (16+)
- 22.05 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ». (16+)
- 00.55 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ГОРОД: РАЗБОРКИ В ПУСАНЕ». (18+)
- 02.45 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)
- 04.40 «б кадров». (16+)
- 05.05 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

**ТНТ**



12.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
- 09.00 «Звёзды в джунглях». (16+)
- 12.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)
- 18.00 «Первые на деревне». (16+)
- 20.00 «ДИНО». (16+)
- 21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)
- 23.00 «НЕФАРИУС». (18+)
- В день казни серийного убийцы к нему в тюрьму приезжает врач, чтобы провести психиатрическую экспертизу...
- 01.10 «Такое кино!» (16+)
- 01.35 «Я тебе не верю». (16+)
- 02.20 «Импровизация. Команды. Дайджест». (18+)
- 03.10 «Импровизация. Команды». (18+)
- 03.55 «Студия «Союз». (16+)
- 04.45 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
- 06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**РЕН**



09.00 «Военная тайна». (16+)

- 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 «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 Чапмана». (16+)
- 20.00 «КРОВЬ ЗА КРОВЬ». (16+)
- 22.00 «Смотреть всем!» (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «АНГЕЛ МСТИ». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- | ПЯТНИЦА                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | ЧЕ!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | ЧЕ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ОТР                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | ОТР                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Гастротур. (16+)</li> <li>05.40 Пятница News. (16+)</li> <li>06.20 Секреты на кухне. (16+)</li> <li>06.40 Кондитер. Дети. (12+)</li> <li>07.40 Четыре дачи. (16+)</li> <li>12.30 Битва шефов. (16+)</li> <li>21.10 Секретный артист. (16+)</li> <li>00.00 «НОВЫЙ КИНОТЕАТР ПАРАДИЗО». (18+)</li> <li>01.50 Пятница News. (16+)</li> <li>02.20 Пробный переезд. (16+)</li> <li>03.10 Инсайдеры. (16+)</li> <li>04.00 Черный список. (16+)</li> <li>04.30 Пятница News. (16+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)</li> <li>06.45 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</li> <li>07.15 Дорожные войны. (16+)</li> <li>11.30 Утилизатор. (12+)</li> <li>12.30 Утилизатор. (16+)</li> <li>13.00 Утилизатор. (12+)</li> <li>14.00 Тревел-блог Че! (16+)</li> <li>15.30 Улётное видео. (16+)</li> <li>18.30 Тревел-блог Че! (16+)</li> <li>20.00 Охотники. (16+)</li> <li>21.00 Решала. (16+)</li> <li>22.00 Охотники. (16+)</li> <li>23.00 Опасные связи. (18+)</li> <li>02.40 Решала. (16+)</li> <li>05.10 Дорожные драмы. (16+)</li> </ul> | <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>11.00 00.20 «НОРВЕГ». (12+)</li> <li>15.50 «Новости Совета Федерации». (12+)</li> <li>16.05 «За дело! Поговорим». (12+)</li> <li>17.00 «Здоровая среда». (12+)</li> <li>18.00 «Губернские новости». (12+)</li> <li>20.40 03.35 «ГРИГОРИЙ Р». (16+)</li> <li>22.20 «ПАРАД ПЛАНЕТ». (12+)</li> <li>23.55 «ПЕРЕКРЁСТОК». (16+)</li> <li>00.05 «А ПОТОМ ОН МЕНЯ ПОЦЕЛОВАЛ». (16+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>11.20 «Лапозавры». (0+)</li> <li>13.05 «Диностер». (6+)</li> <li>13.35 «Инфинити Надо». (6+)</li> <li>14.05 «Тобот». (6+)</li> <li>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</li> <li>14.40 «Турбозавры». (0+)</li> <li>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</li> <li>17.00 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)</li> <li>17.10 «Оранжевая корова». (0+)</li> <li>19.00 «Чик-Чирикино». (0+)</li> <li>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>21.20 «Барбоскины». (0+)</li> <li>22.15 «Стальные стражи». (6+)</li> <li>22.40 «Метазеллс». (6+)</li> <li>22.45 «Фьюжн Макс». (6+)</li> <li>23.10 «Ералаш». (6+)</li> <li>00.50 «Смешарики». (0+)</li> <li>02.35 «Улётная доставка». (0+)</li> <li>03.35 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>04.00 «Буба». (6+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>04.40 «Путь к Победе» (16+)</li> <li>05.40 «СКОРОВОИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (12+)</li> <li>07.20 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)</li> <li>09.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)</li> <li>10.40 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)</li> <li>20.20 «ИСЧЕЗНУВШИЕ». (16+)</li> <li>Майор Топорков пробирается в окруженный немцами партизанский лагерь. Майор просит командира отряда дать ему обоз с оружием, чтобы пробиться к концлагерю: заключенные готовят восстание...</li> <li>23.59 «Путь к Победе» (16+)</li> <li>01.00 «ВЕСУРИ». (16+)</li> <li>02.30 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)</li> </ul> |

**ДЕТСКИЕ**

- | КАРУСЕЛЬ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | МУЛЬТ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Ранние пташки. «Бурёнка Даша», «Приключения Ам Няма», «Три котика». (0+)</li> <li>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>07.30 «Школьный автобус Гордон». (0+)</li> <li>07.45 «Робокар Поли и его друзья». (0+)</li> <li>08.20 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>10.35 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)</li> <li>11.00 «Приключения Мегащенков». (0+)</li> <li>Мальчик Франк в сопровождении верных компаньонов - высокотехнологичных роботов-собак - путешествует по разным местам и временам, попадая в различные приключения.</li> <li>11.20 «Лапозавры». (0+)</li> <li>13.05 «Диностер». (6+)</li> <li>13.35 «Инфинити Надо». (6+)</li> <li>14.05 «Тобот». (6+)</li> <li>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</li> <li>14.40 «Турбозавры». (0+)</li> <li>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</li> <li>17.00 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)</li> <li>17.10 «Оранжевая корова». (0+)</li> <li>19.00 «Чик-Чирикино». (0+)</li> <li>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>21.20 «Барбоскины». (0+)</li> <li>22.15 «Стальные стражи». (6+)</li> <li>22.40 «Метазеллс». (6+)</li> <li>22.45 «Фьюжн Макс». (6+)</li> <li>23.10 «Ералаш». (6+)</li> <li>00.50 «Смешарики». (0+)</li> <li>02.35 «Улётная доставка». (0+)</li> <li>03.35 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>04.00 «Буба». (6+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 12.00, 16.10 «Время малышей». (0+)</li> <li>07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+)</li> <li>07.25, 15.20, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)</li> <li>08.00, 13.25, 23.25 «Буба». (6+)</li> <li>08.25 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>09.00, 17.45 «Семь королевств». (0+)</li> <li>09.25, 19.35 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>10.00, 22.25, 05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)</li> <li>10.35, 20.00 «Чик-Чирикино». (0+)</li> <li>11.00, 01.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>Компания разных зверей живёт в лесу и веселится.</li> <li>11.40 «Хранители Кью». (0+)</li> <li>13.00 «Тара Дункан». (6+)</li> <li>14.30 «Спидфайтеры». (6+)</li> <li>15.00 «Тобот». (6+)</li> <li>17.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)</li> <li>17.25 «Приключения Мегащенков». (0+)</li> <li>18.05 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>19.00 «Котенок Кнопа и его друзья». (0+)</li> <li>19.05 «Ми-Ми-Мишки. Испорченный сюрприз». (0+)</li> <li>20.20 Сказка на ночь. «Маша и Медведь. Званный гость», «Машины сказки». (0+)</li> <li>22.00 «Стальные стражи». (6+)</li> <li>23.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)</li> <li>00.30 «Спина к спине». (0+)</li> <li>01.35 «Енотки». (0+)</li> <li>02.35 «Машины Мока». (0+)</li> <li>03.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)</li> </ul> |

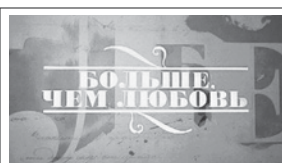
**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

- | 365 ДНЕЙ ТВ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | VJU HISTORY                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ДОКТОР                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>00.00, 00.50 Забытые войны России. (12+)</li> <li>01.50, 06.10, 10.05 Без срока давности. (16+)</li> <li>02.40, 07.00 Сыны России. (12+)</li> <li>03.10, 07.30, 11.30, 15.25 Книжные аллеи. (12+)</li> <li>03.40 История российского учительства. (6+)</li> <li>04.10 Историада. (12+)</li> <li>05.10 Два города. Две судьбы. Одна археология. (12+)</li> <li>08.00 Крупнейшая битва в истории человечества. (12+)</li> <li>09.30 Сквозь времена. (12+)</li> <li>10.55 Апрельский рубеж. (12+)</li> <li>12.00, 12.55 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЦИНЫ». (16+)</li> <li>13.55 Неизвестные страницы истории русской школы. (12+)</li> <li>15.00, 22.55 Во имя человечества. (12+)</li> <li>16.00 Пешком по Москве. (6+)</li> <li>16.15 Освобождение Европы. (12+)</li> <li>17.00 Жил-был Дом. (6+)</li> <li>17.35, 20.50 Семь дней истории. (12+)</li> <li>17.40 Элемент познания. (12+)</li> <li>18.10 «ЧАПАЕВ». (6+)</li> <li>20.00 Всемирное наследие. Россия: Суздаль - запovedник русской старины. (12+)</li> <li>21.00 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)</li> <li>22.00 Звезда и смерть графа Вронского. (12+)</li> <li>23.15 Непокорённые. (12+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>06.05 Нюрнберг. Свидетели. (16+)</li> <li>06.50 Аграрен Ки Баоли, Индия. (12+)</li> <li>07.20 Гоа Гаджа, Индонезия. (12+)</li> <li>07.50 Затерянные города троянцев: Война. (12+)</li> <li>08.40 Новый взгляд на доисторическую эпоху. (16+)</li> <li>09.45 Гондурас. По следам Майя. (12+)</li> <li>10.40 Взлом кодов. (16+)</li> <li>11.40 Фаберже, сотворение легенды. (12+)</li> <li>12.45 Загадки планеты Земля. (16+)</li> <li>13.35 Королевский гид: Сады и парки. (16+)</li> <li>14.30 Королева: мать и монарх. (16+)</li> <li>15.25 Пура Гунунг Кави, Индонезия. (12+)</li> <li>15.55 Пура Кехен, Индонезия. (12+)</li> <li>16.25 Реставрация Нотр-Дама. (12+)</li> <li>17.25, 18.20 Тайны утраченного ковчега. (12+)</li> <li>19.10 Загадки планеты Земля. (16+)</li> <li>20.00, 21.05 Мифы: великие тайны человечества. (12+)</li> <li>22.05, 23.05 История без прикрас. (12+)</li> <li>00.05 Гоа Гаджа, Индонезия. (12+)</li> <li>00.35 Затерянные города троянцев: Война. (12+)</li> <li>01.25 Новый взгляд на доисторическую эпоху. (16+)</li> <li>02.20 Гондурас. По следам Майя. (12+)</li> <li>03.10 Взлом кодов. (16+)</li> <li>04.05 Фаберже, сотворение легенды. (12+)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 О самом главном. Польза молодого картофеля. (12+)</li> <li>06.55, 21.20, 03.55 Доктор, мне только спросить. Татьяна Шаповаленко. (12+)</li> <li>07.20 Доктор на работе. (12+)</li> <li>10.15 Научные сенсации. Продлить жизнь. (12+)</li> <li>11.05 О самом главном. Синяки без ушибов. (12+)</li> <li>12.05, 20.25, 01.40 Без халатов. (12+)</li> <li>12.35 Доктор, мне только спросить. Надежда Рожкова. (12+)</li> <li>13.05 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+)</li> <li>14.05 О самом главном. Спросите доктора. (12+)</li> <li>15.00 Доктор на работе. Прямой эфир</li> <li>17.55 Хитрая память. (12+)</li> <li>18.55, 03.00 О самом главном. Профилактика колоректального рака. (12+)</li> <li>19.55, 03.35 От первого лица. Иван Стилиди. Профессия - хирург. (12+)</li> <li>20.50, 04.20 Медицина будущего. Наномедицина. (12+)</li> <li>21.50 О самом главном. Аллергия или простуда? (12+)</li> <li>22.50 Доктор на работе. Спецвыпуск. Доктор Иванов ведёт приём. (12+)</li> <li>23.15, 23.45, 00.15, 00.45 Доктор на работе. Спецвыпуск. (12+)</li> <li>01.10 Доктор на работе. Лучшее. (12+)</li> <li>02.05 Дети мечты. (12+)</li> <li>04.50 Научные сенсации. (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



21.00 Больше,  
чем любовь

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Черные дыры. Белые пятна
- 07.40 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 08.10 «Жизнь и судьба»
- 08.30 22.25 «МЕГРЭ»
- 10.00 12.30 16.30 19.30 00.00 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.45 XX век
- 12.10 «Первые в мире»
- 13.00 «ВАССА»
- 15.25 «Агора»
- 16.45 «Передвижники»
- 17.20 Гала-концерт Всероссийской арт-лаборатории «Знание. Авторы»
- 18.35 «Рассказы из русской истории»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 Больше, чем любовь
- 21.40 «Сати. Нескучная классика...»
- 00.15 «Магистр игры»

ТВЦ



08.55 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ  
УБИЙСТВА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.20 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
- 08.55 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
- 10.55 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ». (12+)
- 13.50 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.55 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 17.05 «Фактор без опасности». (12+)
- 17.40 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 18.10 «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ». (12+)
- 22.35 Спецрепортаж. (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.50 «Тайная комната». (16+)
- 01.35 Прощание. (16+)
- 02.15 «Иосиф Сталин. Как стать вождем». (16+)

ТВ-3



21.15 «ГЛУХАРЬ:  
ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.20 «Слепая». (16+)
- 17.00 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 19.15 «БЛОНДЫ». (16+)
- 21.15 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 23.45 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (18+)
- 02.00 Экстра такси. (16+)
- 02.30 Расследование с Аидой Мартиросян. (16+)
- 02.45 «МЁРТВ НА 99%». (16+)

ДОМАШНИЙ



07.25 Давай разведёмся!  
(16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «Кризисный центр». (16+)
- 19.00 «ПЕРВЫЙ ДЕНЬ СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 00.25 «Порча». (16+)
- 01.25 «Знахарка». (16+)
- 01.55 «Верну любимого». (16+)
- 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.45 Тест на отцовство. (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
- 06.15 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-4». (16+)
- 07.45 09.30 «ПО ПРОЗВИЩУ «ЗВЕРЬ». (16+)
- 08.20 «Фирменный рецепт с Емельяненко». (12+)
- 08.55 12.55 «Знание - сила». (0+)
- 10.40 «БЕЛЫЙ ТИГР». (16+)
- 13.30 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА». (12+)
- 13.25 15.05 17.15 03.50 «ЛЕТУЧИЙ ОТРЯД». (16+)
- 18.00 «СССР и Китай: красный шелковый путь». (16+)
- 20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.45 «ДУМА О КОВПАКЕ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 13.15 22.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «КРЫЛЬЯ ИМПЕРИИ». (16+)
- 16.30 «МЕДСЕСТРА». (16+)
- 17.30 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 22.00 03.30 «Безопасная дорога». (12+)
- 18.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.45 22.45 01.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буран» - «Барс» Казань. (12+)
- 22.30 03.45 «Спортивная семья». (12+)
- 23.00 «ВЕЧНОЕ СВИДАНИЕ». (16+)
- 00.45 04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 06.55 Бокс. Чемпионат России. Мужчины. Прямая трансляция из Иркутска
- 09.25 11.30 12.55 15.25 Новости
- 09.30 19.15 23.15 Все на Матч!
- 11.35 «Тайны звезд спорта». (12+)
- 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 00.25 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
- 15.30 «Громко»
- 16.55 Хоккей. Чемпионат МХЛ. Прямая трансляция
- 19.40 Футбол. «Первая Лига. Прямая трансляция
- 21.45 Бильярд. VetBoom Кубок мира. Прямая трансляция из Москвы
- 01.25 Волейбол. «Зенит-Казань» - «Белогорье» (Белгород). Кубок легенд. Мужчины. Финал 4-х. 1/2 финала. (6+)
- 06.00 «Век нашего спорта». (12+)
- 06.25 14.40 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 06.55 11.55 Бокс. Чемпионат России. (6+)
- 09.25 11.30 12.55 15.25 Спецрепортаж. (12+)
- 09.40 20.25 Небесная грация. (12+)
- 10.00 11.50 15.55 Новости
- 10.05 Волейбол. Кубок легенд. Финал 4-х. Финал. (6+)
- 15.05 21.55 «Парусный спорт». (12+)
- 16.00 Неделя КХЛ. (12+)
- 16.55 02.30 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 18.35 Регби. Чемпионат России. Финал. (12+)
- 20.40 «Громко». (12+)
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 00.00 Конный спорт. Скачки. (0+)
- 02.05 «Оаг» большого спорта». (12+)
- 03.55 Что по спорту? (12+)
- 04.25 Бильярд. Кубок мира. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Музитив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.25 15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 09.00 Звезды о звездах. (16+)
- 10.00 Плейлист | Осень. (16+)
- 11.00 Без кутюр. (16+)
- 11.30 Топ-30. (16+)
- 14.00 Плейлист | Осень. (16+)
- 15.30 Лига клипов. (16+)
- 16.00 ТОРП чарт. (16+)
- 17.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 сэмпл! (16+)
- 18.55 Цена славы. (16+)
- 19.35 Хит-Стories. (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.40 Бюст всемогущий. Эффект Семенович. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Контакты. (16+)
- 22.50 ВК Натальная карта. (16+)
- 00.10 10 Sexy с Алёной Белой. (18+)
- 01.00 Музитив. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 06.35 «ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО». (18+)
- 09.00, 10.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 11.00 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 12.40 «ТЁМНЫЕ ТАЙНЫ». (16+)
- 14.55 «ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)
- 16.45 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)
- 19.00 «ВОСКРЕШАЯ ЧЕМПИОНА». (16+)
- 21.15 «ГОНКА». (16+)
- Биографический спортивный фильм, Великобритания, Германия, США, 2013 г.
- 23.30 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 01.20 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
- 02.50 «Измумительный Моррис». Мультфильм. (6+)
- 04.20 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (6+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.40 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.50 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 09.10 «КОСТЯНИКА. ВРЕМЯ ЛЕТА». (12+)
- 11.10 «ТЁЩА». (16+)
- 13.10 «НОВОГОДНИЙ ОЛИМПИИЗМ». (12+)
- 15.00 «ПЕРВЫЕ». (16+)
- 17.00, 17.55 «СКЛИОСОВСКИЙ». (16+)
- 18.50 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (16+)
- 20.40 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 22.25 «КВЕСТ». (16+)
- 00.45 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 02.30 «АФЕРЫ». (16+)
- 04.25 «Зима в Простоквашино». Мультфильм. (6+)
- 04.40 Мультфильмы. (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 05.40 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.25 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 08.05 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 09.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 11.50 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 00.55 «ГОРЬКО!» (16+)
- Россия, 2013 г. В ролях: Сергей Светлаков, Юлия Александрова, Егор Корешков, Ян Цапник
- Герои авантурной комедии «Горько!» дают мастер-класс всем желающим сделать свадьбу незабываемой!
- 02.40 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)
- 04.00 «КУДА ОН ДЕНЕТСЯ!» (12+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00, 07.40, 11.55, 03.10 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Пенсенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 07.20 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 11.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)
- 23.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.05 Суббота News 2024. (16+)
- 00.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 01.20, 01.50, 02.30 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.25 «НАСМОТРЕВИШИСЬ ДЕТЕКТИВОВ». (16+)
- 03.35 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 05.20 «НЕСМОТРЯ НИ НА ЧТО». (16+)
- 07.25 «1+1». (16+)
- 09.35 «СИНЬОР РОБИНЗОН». (16+)
- 11.50 «ДЕНЬ РАДИО». (18+)
- 13.50 «ДЖУНГЛИ: ПЕРЕПОЛОХ В РАЮ». (18+)
- 15.50 «ЗАЩИТА ОТ ДУРАКА». (18+)
- 17.40 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 19.30 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ В ДЕРЕВНЕ». (18+)
- 21.20 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 23.15 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.55 Мультфильмы. (0+)
- 08.00 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- 09.45 «ЗЕМЛЯ САННИКОВА». (12+)
- 11.30 «ТАЙНА ВЕЧНОЙ НОЧИ». (12+)
- 12.55 «НЕЙЛОН 100%». (12+)
- 14.30 «СЕМЬЯ ИВАНОВЫХ». (12+)
- 16.15 «МОЛОДЫЕ». (16+)
- 17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-5». (16+)
- 19.40 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
- 21.00 «ДЕВЧАТА». (12+)
- 22.50 «ВЫСОТА». (12+)
- 00.30 «УРОК ЛИТЕРАТУРЫ». (12+)
- 01.45 «СТАРШАЯ СЕСТРА». (12+)
- 03.20 «НОРМАНДИЯ - НЕМАН». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПРИМА-ДОННА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-3». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
- Сериял. Драма, исторический фильм, Россия, 2014 г. В ролях: Алексей Демидов, Карина Андоленко, Агрипина Стеклова
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 12.20 «КУХНЯ». (16+)
- Шеф знакомится с сыном Елены.
- 16.15 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- Полина с детства мечтает стать пилотом. Руководство авиакомпании может дать ей в напарники только одного пилота - Лёшу Кулагина, известного хама и грубияна. Да и того можно заставить летать с женщиной только с помощью шантажа...
- 00.40 «МАРГОША». (16+)
- 04.25 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СТАРИННЫЙ ВОДЕВИЛЬ». (0+)
- 06.25 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Моя большая семья. (6+)
- 12.00 День Патриарха. (0+)
- 12.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.10, 13.40, 14.05 Монастырская кухня. (0+)
- 14.35 «ДЫМ ОТЕЧЕСТВА». (0+)
- 16.25 «ЭТО МЫ НЕ ПРОХОДИЛИ». (6+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30, 01.10 День Ангела: Преподобный Сергей Радонежский. (0+)
- 21.05 Сергей Радонежский. Земное и небесное. (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+)
- 01.40 Сергей Радонежский. Земное и небесное. (0+)
- 02.30 Миром Господу помолимся. Молебен у мощей преподобного Сергея Радонежского. (0+)
- 03.35 Поле битвы. (16+)

Православный календарь

7 октября  
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.  
Первоц. равноап. Феклы.



Василия, Сергея и Спиридона. Мирожской иконы Божией Матери.

Поста нет.  
« Пусть каждый человек, которого посылает тебе сегодня Господь на жизненном пути, станет самым важным, самым дорогим и самым близким для тебя. Согрей его душу!»  
Архимандрит Иоанн Крестянкин



**ПЕРВЫЙ**



10.10 «Жить здорово!» (16+)

05.00 «Доброе утро»  
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)  
13.30 «АнтиФейк». (16+)  
14.00 Информационный канал. (16+)  
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 «ШИФР». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.00 «ТУРЕЦКАЯ ТЕТРАДЬ». (16+)  
01.00 Подкаст.Лаб. (16+)  
03.00 Новости

**РОССИЯ 1**



09.55 О самом главном. (12+)

05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
13.00 «Наши». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
17.00 Вести  
17.30 «Малахов». (16+)  
18.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «ЛЮТИК И АНЮТИК». (16+)  
23.30 Вести  
02.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
03.00 Вести  
03.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

**НТВ**



00.50 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «НЕВСКИЙ: БЛИЗКИЙ ВРАГ». (16+)  
На Фому совершается покушение, Ежов ищет для него новую охрану. Фома просит своего партнера Славу Хоронко найти заказчика покушения и киллера.  
22.10 «БОРЩИ». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «БОРЩИ». (16+)  
00.50 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

**СТС**



07.10 «Маша и Медведь». (0+)

06.00 Ералаш. (0+)  
07.00 «Машинки страшилки». (0+)  
07.10 «Маша и Медведь». (0+)  
07.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
09.00 «ТЁТЯ МАРТА». (16+)  
12.15 Премьера. «Звериный рейс». (6+)  
14.05 Премьера. «Побег из страны роботов». (6+)  
16.00 «ЛЕГЕНДЫ «ОРЛЁНКА». (6+)  
17.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
20.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (16+)  
22.00 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ-2». (16+)  
00.25 «БЕШЕНСТВО». (18+)  
02.20 «МИША ПОРТИТ ВСЁ». (16+)  
04.55 «б кадров». (16+)  
05.05 «Мультфильмы». (16+)  
05.50 Ералаш. (0+)

**ТНТ**



17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
09.00 «Вызов». (16+)  
10.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)  
17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)  
20.00 «ДИНО». (16+)  
21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)  
23.00 «АНТИГАНГ: СМЕНА». (16+)  
Бывалый коп Бюрен не любит правила. Чтобы держать под жестким контролем преступный мир, его боевая группа предпочитает использовать методы, выходящие за рамки закона.  
01.05 «Я тебе не верю». (16+)  
01.50 «Импровизация. Команды». (18+)  
03.25 «Студия «Союз». (16+)  
05.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**РЕН**



10.00 «СОВБЕЗ». (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». (16+)  
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)  
11.00 «Как устроен мир». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 «Засекреченные списки». (16+)  
17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ХАННА». (16+)  
22.05 «Смотреть всем!» (16+)  
23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)  
00.30 «ПЕРВОЕ УБИЙСТВО». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

**ПЯТНИЦА**  
05.00 Гастротур. (16+)  
05.50 Пятница News. (16+)  
06.20 Секреты на кухне. (16+)  
07.30 Кондитер. Дети. (12+)  
08.50 Четыре дачи. (16+)  
10.30 Битва шефов. (16+)  
19.00 Дом отдыха «Ягодка». (16+)  
21.00 Свадьба вслепую. (16+)  
00.00 «ЛЕГЕНДА О ПИАНИСТЕ». (16+)  
01.50 Пятница News. (16+)  
02.20 Пробный переезд. (16+)  
03.10 Инсайдеры. (16+)  
03.50 Черный список. (16+)  
04.30 Пятница News. (16+)

**ЧЕ!**  
06.00 Дорожные драмы. (16+)  
06.20 Дорожные войны 2.0. (16+)  
06.45 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.15 Дорожные войны. (16+)  
11.30 Утилизатор. (12+)  
13.00 Утилизатор. (16+)  
14.00 Тревел-блог Че! (16+)  
15.30 Улётное видео. (16+)  
18.30 Тревел-блог Че! (16+)  
20.00 Охотники. (16+)  
21.00 02.40 Решала. (16+)  
22.00 Охотники. (16+)  
23.00 Опасные связи. (18+)  
05.10 Дорожные драмы. (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 00.20 «НОРВЕГ». (12+)  
11.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)  
15.10 «ПАРАД ПЛАНЕТ». (12+)  
17.00 «Такие разные». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
18.15 «Вечер вместе». (12+)  
20.40 03.35 «ГРИГОРИЙ Р». (16+)  
22.20 «СЛОВО ДЛЯ ЗАЩИТЫ». (12+)  
23.55 «НА ПУТИ». (12+)  
01.05 «Свет и тени». (16+)

**Ю**  
05.25 «Маша и Медведь». (0+)  
09.55 00.05 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
11.55 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
16.15 «Беременная в 45». (16+)  
17.40 «Няня особого назначения». (16+)  
Детские капризы - неотъемлемая часть взросления малыша. Но что делать родителям, если ребёнок совсем перестал слушаться? Как договориться с малышом и вернуть себе роль главного в отношениях с ним?  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
01.55 «Измены». (16+)  
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

**МИР**  
05.00, 06.15, 10.10 «ЗОР-ГЕ». (16+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
18.50 Игра в кино. (16+)  
21.45 Миллион за 5 минут. (16+)  
22.30 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)  
01.40 Первый Евразийский канал. (12+)  
02.45 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

**ПОБЕДА**  
04.40 «Путь к Победе». (16+)  
05.40 «ОСЕНЬЮ 41-ГО». (12+)  
07.20 «ЗАЩИТА». (16+)  
11.00 «КРИК СОВЫ». (16+)  
Сериал. Россия, 2013 г.  
20.30 «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)  
Ростислав Алексеев - молодой инженер. Участвуя в очередных соревнованиях по парусному спорту, юноша задумался о том, как можно увеличить скорость движения судна по воде. Это привело к напряженной работе над дипломным проектом Алексеева - корабле на подводных крыльях.  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «Зоя». (16+)  
02.40 «ЕДИНИЧКА». (16+)

**ДЕТСКИЕ**

**КАРУСЕЛЬ**  
05.00 Ранние пташки. «Буренка Даша», «Приключения Ам Няма», «Три котика». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
07.45 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
08.20 «Сказочный патруль». (0+)  
10.35 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)  
11.00 «Приключения Мегащенок». (0+)  
11.20 «Лапозавры». (0+)  
Встречайте лапозавров - последних динозавров этой эпохи!  
13.05 «Диностер». (6+)  
13.35 «Инфинити Надо». (6+)  
14.05 «Тобот». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.40 «Турбозавры». (0+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
17.10 «Оранжевая корова». (0+)  
Музыкальный мультсериал про семью дружных оранжевых коров.  
19.00 «Чик-Чикино». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Барбоскины». (0+)  
22.15 «Стальные стражи». (6+)  
22.40 «Метазеллс». (6+)  
22.45 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.10 «Ералаш». (6+)  
00.50 «Смешарики». (0+)  
02.35 «Улётная доставка». (0+)  
03.35 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
04.00 «Буба». (6+)

**МУЛЬТ**  
06.00, 12.00, 16.10 «Время малышей». (0+)  
07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+)  
07.25, 15.20, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)  
08.00, 13.25, 23.30 «Буба». (6+)  
08.25 «Маша и Медведь». (0+)  
09.00, 17.45 «Семь королевств». (0+)  
09.25, 19.35 «Сказочный патруль». (0+)  
История о четырёх волшебницах, встретившихся в городе Мышкин.  
10.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
10.35, 20.00 «Чик-Чикино». (0+)  
11.00 «Ми-Ми-Мишки. Испорченный сюрприз». (0+)  
11.40 «Хранители Кыю». (0+)  
13.00 «Тара Дунка». (6+)  
14.30 «Спидфайтеры». (6+)  
15.00 «Тобот». (6+)  
17.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
17.25 «Приключения Мегащенок». (0+)  
18.05, 22.25, 05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)  
19.00 «Котенок Кнопка и его друзья». (0+)  
19.05, 01.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
20.20 Сказка на ночь. «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)  
22.00 «Стальные стражи». (6+)  
23.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)  
00.30 «Спина к спине». (0+)  
01.35 «Енотки». (0+)  
02.35 «Машинки Мокас». (0+)  
03.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

**365 ДНЕЙ ТВ**  
02.00, 06.10 Без срока давности. (16+)  
02.45 Сыны России. (12+)  
03.15, 07.35, 11.30 Книжные аллеи. (12+)  
03.45 Россия научная. Великие имена. (12+)  
04.05 Крупнейшая битва в истории человечества. (12+)  
05.35, 20.45 Сквозь времена. (12+)  
07.00 Апрельский рубец. (12+)  
08.05, 09.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)  
10.00 Неизвестные страницы истории. (12+)  
11.05, 14.45, 22.50 Во имя человечества. (12+)  
12.00 Освобождение Европы. (12+)  
12.45 Северный морской путь. (16+)  
13.45, 14.10 Элемент познания. (12+)  
15.10 Я погиб под Демянском. (12+)  
16.00 Пешком по Москве. (6+)  
16.15 Историограф. (12+)  
17.05 Жил-был Дом. (12+)  
17.35 Семь дней истории. (12+)  
17.40 Звезда и смерть графа Вронского. (12+)  
18.30 Личность в истории. (12+)  
19.00, 21.55 Обыкновенная история. (6+)  
19.10, 23.10 Непокорённые. (16+)  
20.00 Монологи императоров. (16+)  
21.20 Николай Некрасов. Тайна парадного портрета. (12+)

**VIIU HISTORY**  
06.00 История без прикрас. (12+)  
06.55 Пура Гунунг Кави, Индонезия. (12+)  
07.25 Пура Кехен, Индонезия. (12+)  
07.55 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
08.55, 09.45 Тайны утраченного ковчега. (12+)  
10.35, 11.40 Мифы. (12+)  
12.45 Загадки планеты Земля. (16+)  
13.35 Королевский гид: Вооружённые силы. (16+)  
15.55 Исторический дом Табатабаи, Иран. (12+)  
16.25 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
17.25, 18.20 Тайны утраченного ковчега. (12+)  
19.10 Загадки планеты Земля. (16+)  
20.00 Мифы: великие тайны человечества: Святой Грааль. (12+)  
21.00 Мифы: великие тайны человечества: В поисках человека-мотылька. (12+)  
22.05, 23.05 История без прикрас. (12+)  
00.05 Пура Гунунг Кави, Индонезия. (12+)  
00.35 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
01.35, 02.20 Тайны утраченного ковчега. (12+)  
03.05, 04.00 Мифы: великие тайны человечества. (12+)  
04.55 История без прикрас. (12+)

**ДОКТОР**  
06.00 О самом главном. Снятки без ушибов. (12+)  
06.50, 20.50, 03.50 Эпидемия. Чума. (12+)  
07.20, 21.20, 04.15 Эпидемия. Сахарный диабет. (12+)  
07.50, 08.15, 08.45, 09.15, 09.40 Доктор на работе. Спецвыпуск. (12+)  
10.10 Доктор на работе. Лучшее. (12+)  
10.40 От первого лица. Иван Стилиди. Профессия - хирург. (12+)  
11.10 О самом главном. Спросите доктора. (12+)  
12.05, 20.20, 01.35 Без халатов. (12+)  
12.35 Медицина будущего. Наномедицина. (12+)  
13.05 Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом. (12+)  
14.05 О самом главном. Аллергия или простуда? (12+)  
15.00 Доктор на работе. Прямой эфир  
17.55 Дети мечты. (12+)  
18.55, 02.55 О самом главном. Профилактика остепороза. (12+)  
19.55, 05.35 Скажите, доктор! Паркинсон. (12+)  
21.50 О самом главном. Чем заменить соль? (12+)  
22.50 Доктор на работе. (12+)  
02.05 Эпидемия близорукости. (12+)  
04.40 Метод исследования. Заболевания печени. (12+)  
05.05 Еда. Соленья. (12+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериилы (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



13.00 «Игра в бисер»  
с Игорем Волгиным

- 06.30 «Сергий Радонежский. Путь подвижника»
- 07.05 «Да, скифы - мы!»
- 07.45 «Забывшее ремесло»
- 08.05 «Жизнь и судьба»
- 08.25 22.25 «МЕГРЭ»
- 10.00 12.30 16.30 19.30 00.00 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.00 XX век
- 13.00 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 13.45 «Князь Потёмкин»
- 14.15 «СЕРДЦЕ НЕ КАМЕНЬ»
- 15.45 «Сати. Нескучная классика...»
- 16.45 «Эрмитаж»
- 17.20 02.10 Шедевры камерной музыки
- 18.10 «Почерк эпохи»
- 18.40 00.15 Настоящая воина престолов
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 Искусственный отбор
- 21.40 «Белая студия»

ТВЦ



08.55 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ  
УБИЙСТВА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
- 10.40 04.20 «Актёрские драмы. Зимняя вишня - ягода горькая». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.55 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 17.00 «Заморский принц. Страшная сказка». (16+)
- 18.10 «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ». (16+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Не дошли до ЗАГСа». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Следствие ведёт КГБ». (16+)
- 01.35 «Сбитые звёзды». (16+)

3 ТВ-3



17.00 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 «Новости». (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.20 «Слепая». (16+)
- 17.00 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 18.00 «Новости». (16+)
- 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 19.15 «БЛОНДЫ». (16+)
- 21.15 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 22.15 «Новости». (16+)
- 22.25 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 23.45 «ЖЕСТОКИЕ ИГРЫ». (18+)
- 01.30 «МЁРТВ НА 99%». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



10.45 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «Кризисный центр». (16+)
- 19.00 «РЫБКА ЗОЛОТАЯ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 00.25 «Порча». (16+)
- 01.25 «Знахарка». (16+)
- 01.55 «Верну любимого». (16+)
- 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.45 Тест на отцовство. (16+)
- 04.25 «6 кадров». (16+)

5 5-й КАНАЛ

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

05.25 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)

06.20 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-4». (16+)

07.55 09.30 04.35 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)

08.20 «Страна советов». (16+)

08.55 12.55 «Знание - сила». (0+)

13.30 17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)

21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)

00.00 «Известия». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)

09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)

11.00 23.15 «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА». (12+)

13.25 15.05 17.15 03.50 «ЛЕТУЧИЙ ОТРЯД». (16+)

18.00 «СССР и Китай». (16+)

18.50 «Специальный репортаж». (16+)

20.10 «Улика из прошлого». (16+)

22.45 «Между тем». (12+)

00.40 «ДУМА О КОВПАКЕ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 15.00 «КРЫЛЬЯ ИМПЕРИИ». (16+)

12.00 «Специальный репортаж». (12+)

12.15 «Спортивная семья». (12+)

12.30 «Полицейский вестник». (12+)

12.45 «Безопасная дорога». (12+)

13.00 16.30 «МЕДСЕСТРА». (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+)

18.00 «Собрание сочинений». (12+)

18.15 «Эксперт». (12+)

18.30 01.00 «Заметные люди». (12+)

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

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

20.00 22.00 01.30 «От 7 до 17». (12+)

20.30 22.30 04.00 «Футбол губернии». (12+)

23.00 «ЛЮБОВЬ С ПРЕПЯТСТВИЯМИ». (16+)

03.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.25 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Наши иностранцы». (12+)
- 06.55 Бокс. Чемпионат России. Мужчины. Прямая трансляция из Иркутска
- 09.25 11.30 12.55 15.25 Новости
- 09.30 15.30 23.15 Все на Матч!
- 11.35 «Тайны звёзд спорта». (12+)
- 12.35 Спецрепортаж. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.55 География спорта. (12+)
- 16.25 Водное поло. Россия - Иран. Товарищеский матч. Прямая трансляция
- 17.40 «Борис Михайлов. Жизнь, не слаженная углы». (12+)
- 18.55 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 21.45 Бильярд. Кубок мира. Прямая трансляция
- 00.25 Еврофутбол. Обзор. (6+)
- 01.25 Волейбол. Кубок легенд. Мужчины. Финал 4-х 1/2 финала. (6+)
- 06.00 19.40 Неделя КХЛ. (12+)
- 06.55 11.55 Бокс. Чемпионат России. (6+)
- 09.30 «Что за спорт?» (12+)
- 10.00 11.50 15.55 Новости
- 10.05 «Громко». (12+)
- 11.20 «Парусный спорт». (12+)
- 14.25 «Магия большого спорта». (12+)
- 14.55 01.05 Стрельба из лука. (0+)
- 16.00 17.20 22.25 Спецрепортаж. (12+)
- 16.20 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
- 16.50 География спорта. (12+)
- 17.40 02.30 Гандбол. Газпром Лига. (6+)
- 19.25 Лица страны. (12+)
- 20.35 Волейбол. Кубок легенд. Финал 4-х. (6+)
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 00.00 Водное поло. Россия - Иран. Товарищеский матч. (6+)
- 03.55 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 04.25 Бильярд. Кубок мира. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.55 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)
- 08.05 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 10.00 «ГОНКА». (16+)
- 12.15 «ВОСКРЕШАЯ ЧЕМПИОНА». (16+)
- 14.30 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
- 16.45 «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)
- 19.00 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)
- 19.00 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». Мелодрама, Франция, Великобритания, США, 2005 г.
- 21.25 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
- 00.00 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 01.40 «ДА, ВОЗМОЖНО». (16+)
- 03.25 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 08.40 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (16+)
- 10.25 «КВЕСТ». (16+)
- 12.45 «ЗЕЛЁНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 14.35 «АФЕРА». (16+)
- 17.00, 18.00 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 19.05 «ТЁЩА». (16+)
- 21.05 «ЮРА ДВОРНИК». (16+)
- 22.55 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 03.00 «ЗВЕЗДЫ МНЕ УКАЖУТ ПУТЬ». (12+)
- 04.40 Мультфильмы. (6+)
- 05.30 «Снежная королева: Разморозка». Мультфильм. (6+)
- 06.45 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 08.20 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 09.40 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 11.50 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 00.55 «ГОРЬКО!-2». (16+)
- Россия, 2014 г. Можно ли смеяться над похоронами?! Можно, если за организацию похорон берутся герои авантюрной комедии «Горько!-2!»
- 02.35 «РАШН Ю!». (16+)
- Россия, 2022 г.
- 04.25 «СКОРЫЙ «МОСКВА-РОССИЯ». (16+)
- 05.00, 06.00, 14.40, 03.20 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 05.40 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 14.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)
- 23.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.20 Суббота News 2024. (16+)
- 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 01.20, 02.00, 02.40 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Даша разбила машину. Галина Сергеевна вызывает Полежайкину, чтобы он помог решить проблему. Оксана выходит на работу вместо секретарши.
- 12.20 «КУХНЯ». (12+)
- 16.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 21.55 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- 00.35 «МАРГОША». (16+)
- Наумич приводит на радиостанцию покупателя. Марго, забыв обещание «не высовываться», погружается в думы, как спасти номер.
- 04.25 «Три кота». (0+)
- 01.00 «ПАРИЖ. ВСЁ ВКЛЮЧЕНО». (18+)
- 03.45 «РОДНЫЕ». (18+)
- 05.25 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (12+)
- 07.20 «ГОРЬКО». (16+)
- 09.15 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
- 11.45 «1+1». (16+)
- 14.00 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (18+)
- 16.00 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ В ДЕРЕВНЕ». (18+)
- 17.55 «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД!». (16+)
- 19.30 «СЕРДЦЕЕДКИ». (18+)
- Комедия, США, 2001 г.
- 21.55 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+)
- Комедия, семейный, США
- 23.45 «СИНЬОР РОБИНЗОН». (16+)
- 06.40 Мультфильмы. (0+)
- 07.25 «ЗОЛОТОЙ ТЕЛЁНОК». (12+)
- 10.35 «ВИЙ». (12+)
- 11.55 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)
- 13.35 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (12+)
- 14.55 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (12+)
- 16.20 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
- 17.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-5». (16+)
- 19.30 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 21.10 «АФОНЯ». (16+)
- 22.55 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
- 01.35 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (12+)

МУЗЫКА

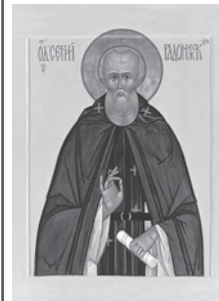
- 05.00 Музитив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Top15 Like FM. (16+)
- 10.00 ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 Приехали. (16+)
- 11.30 Плейлист по кайфу. (16+)
- 12.00 28 мне уже. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Плейлист | Осень. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Плейлист по кайфу. (16+)
- 16.25 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Юрий Лоза. Человек и плот. (16+)
- 19.35 Хит-Стories. (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.40 На чьи гуляем? (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 22.50 ВК Меломан. (16+)
- 00.00 Хиты по-русски. (18+)
- 01.30 Музитив. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 06.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.30 Лето Господне. День памяти преподобного Сергия Радонежского. (6+)
- 14.25, 14.55 Монастырская кухня. (0+)
- 15.20 «ОХОТА НА ЕДИНОРОГА». (12+)
- 16.55 «ЗДЕСЬ ТВОЙ ФРОНТ». (16+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30, 00.55 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30 День Ангела: Апостол Иоанн Богослов. (0+)
- 21.05, 02.20 Византия. Жизнь после смерти. Семь церквей Апокалипсиса. I-II века. 2 серия. (0+)
- 22.00, 22.35, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.15 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 01.50 День Ангела: Апостол Иоанн Богослов. (0+)
- 03.05 День Ангела: Святой Тихон, Патриарх Московский и всея Руси. (0+)

Православный календарь

8 октября  
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.  
Преставление прп. Сергия, игумена Радонежского, всея России чудотворца.



Прп. Евфросинии Александрийской. Прмч. Пафнутия египтянина и с ним 546 мучеников. Прп. Евфросинии Суздальской, в миру Феодулии. Перенесение мощей свт. Германа, архиеп. Казанского. Прп. Досифеи затворницы, Киевской. Св. Николай исп., пресвитера. Обретение мощей сщмчч. Александра и Феодора пресвитеров.

Поста нет.

«Истинная дверь всегда открыта, но люди бьются в двери, нарисованные на стене ими самими».  
Монах Симеон Афонский



ПЕРВЫЙ



15.15 «Давай поженимся!» (16+)

05.00 «Доброе утро»  
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)  
13.30 «АнтиФейк». (16+)  
14.00 Информационный канал. (16+)  
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 «ШИФР». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.00 «ТУРЕЦКАЯ ТЕТРАДЬ». (16+)  
01.00 Подкаст.Лаб. (16+)  
03.00 Новости

РОССИЯ



18.30 «60 минут». (12+)

05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
13.00 «Наши». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
17.00 Вести  
17.30 «Малахов». (16+)  
18.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «ЛЮТИК И АНЮТИК». (16+)  
Анна и Ульяна ранним утром отправляются на рыбалку. Виктор пообещал преподавать им урок рыбной ловли.  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
03.00 Вести  
03.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

НТВ



00.50 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «НЕВСКИЙ: БЛИЗКИЙ ВРАГ». (16+)  
Завьялова просит Михайлова решить проблему с ее подзащитным Сяляевым по кличке Хлыщ. Она заснула на видео, как Грушин его бьет на допросе.  
22.10 «БОРЩИ». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «БОРЩИ». (16+)  
00.50 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

СТС



04.40 «6 кадров». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)  
07.00 «Машинки страшлики». (0+)  
07.10 «Маша и Медведь». (0+)  
07.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
09.00 «ТЁТЯ МАРТА». (16+)  
12.20 «МИНИ-ДИСКО: ТАНЦУЮТ ВСЕ!» (6+)  
14.00 «КАК СТАТЬ ВИКИНГОМ». (12+)  
16.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ НА ШОКОЛАДНОЙ ФАБРИКЕ». (6+)  
17.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
20.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (16+)  
21.45 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+)  
23.55 «КУХНЯ СО ЗВЁЗДАМИ». (16+)  
02.00 Сториз. (16+)  
04.40 «6 кадров». (16+)  
05.05 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



00.55 «Я тебе не верю». (16+)

07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
09.00 «Первые на деревне». (16+)  
11.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)  
17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)  
20.00 «ДИНО». (16+)  
21.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)  
23.00 «97 МИНУТ». (18+)  
Фильм повествует о бывшем полицейском, который оказывается втянутым в расследование серии убийств...  
00.55 «Я тебе не верю». (16+)  
01.45 «Импровизация. Команды». (18+)  
03.20 Импровизация. Дайджест. (16+)  
03.50 «Студия «Союз». (16+)  
04.40 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
10.00 «Засекреченные списки». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 «Легенды и мифы». (16+)  
17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «АЛЕКСАНДР». (16+)  
00.30 «ПО ДОЛГУ СЛУЖБЫ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Гастротур. (16+)  
05.50 Пятница News. (16+)  
06.20 Секреты на кухне. (16+)  
07.30 Кондитер. Дети. (12+)  
08.40 Четыре дачи. (16+)  
10.00 Дом отдыха «Ягодка». (16+)  
11.50 Адский шеф. (16+)  
14.50 На ножах. (16+)  
19.00 Адский шеф. (16+)  
21.50 Битва шефов. (16+)  
00.00 «ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ». (18+)  
02.00 Пятница News. (16+)  
02.20 Пробный переезд. (16+)  
03.10 Инсайдеры. (16+)  
03.40 Черный список. (16+)

ЧЕ!

06.00 Дорожные драмы. (16+)  
06.20 Дорожные войны 2.0. (16+)  
06.45 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.15 Дорожные войны. (16+)  
11.30 Утилизатор. (12+)  
12.00 Утилизатор. (16+)  
12.30 Утилизатор. (12+)  
13.30 Утилизатор. (16+)  
14.00 Тревел-блог Че! (16+)  
15.30 Улетное видео. (16+)  
18.30 Тревел-блог Че! (16+)  
20.00 22.00 Охотники. (16+)  
21.00 Решала. (16+)  
23.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 Решала. (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 00.20 «НОРВЕГ». (12+)  
15.10 «СЛОВО ДЛЯ ЗАЩИТЫ». (12+)  
16.45 «Дорожная сказка». (0+)  
17.00 «Открытая наука». (12+)  
18.00 «Губернская новости». (12+)  
20.40 03.35 «ГРИГОРИЙ Р». (16+)  
22.20 «МИЛЫЙ ХАНС, ДОРОГОЙ ПЁТР». (16+)  
01.05 «Свет и тени». (16+)

Ю

05.25 «Маша и Медведь». (0+)  
09.40 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
11.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
16.10 «Мама в 16». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
01.55 «Измены». (16+)  
Вы увидите реальные истории людей, столкнувшихся с обманом. Чтобы вывести изменщиков на чистую воду, ведущие проекта уже расставили скрытые камеры, завербовали сеть агентов и приготовили соблазнительные приманки.  
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

05.00 Мультфильмы. (6+)  
05.40 Радио «Мир». Хорошо звучит. (12+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
06.10 Первые в мире. (16+)  
06.30 «ЗИТА И ГИТА». (16+)  
09.20, 10.10 «ТАНЦУЙ, ТАНЦУЙ». (16+)  
12.25, 13.15, 16.15 «Д'АРТАНЬАН И ТРИ МУШКЕТЕРА». (16+)  
18.50 Игра в кино. (16+)  
21.00 Миллион за 5 минут. Ко Дню рождения телеканала «МИР». (16+)  
21.45 «ТАНЦОР ДИСКО». (16+)  
00.50 Первый Евразийский канал. (12+)  
01.50 Наше кино. История большой любви. (16+)  
02.15 «ЩИТ И МЕЧ». (16+)

ПОБЕДА

04.30 «Путь к Победе» (16+)  
05.30 «ВЫСОТА 89». (16+)  
07.10 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)  
08.40 «КАЛАШНИКОВ». (16+)  
10.20 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)  
20.10 «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ». (16+)  
У Петра Авдечка позади десять лет тюрьмы, проведенных по обвинению в контрреволюционной деятельности. Он возвращается в родной город: его дом обветшал, из близких - вечно недовольная внучка Лиза, присланная родителями в помощь деду...  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «КУКУШКА». (16+)  
02.40 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Буренка Даша», «Приключения Ам Няма», «Три кота». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
07.45 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
08.20 «Сказочный патруль». (0+)  
10.20 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)  
10.45 «Все, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)  
11.20 «Приключения Мегащенок». (0+)  
11.35 «Смешарики». (0+)  
13.05 «Диностер». (6+)  
13.35 «Инфинити Надо». (6+)  
Мультсериал о противостоянии злых сил и стихий.  
14.05 «Тобот». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.40 «Турбозавры». (0+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
17.10 «Оранжевая корова». (0+)  
19.00 «Семь королевств». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Барбоскины». (0+)  
22.15 «Стальные стражи». (6+)  
22.40 «Метазелл». (6+)  
22.45 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.10 «Ералаш». (6+)  
00.50 «Смешарики». (0+)  
02.35 «Улетная доставка». (0+)  
03.35 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
04.00 «Буба». (6+)

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 16.10 «Время малышей». (0+)  
07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+)  
07.25, 15.20, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)  
08.00, 13.25, 23.30 «Буба». (6+)  
08.25 «Маша и Медведь. Званый гость». (0+)  
09.00, 17.45 «Семь королевств». (0+)  
09.25, 19.35 «Сказочный патруль». (0+)  
10.00, 18.05, 05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)  
10.35, 20.00 «Чик-Чиркино». (0+)  
Жизнь шумного семейства Чиркиных полна маленьких приключений и комичных ситуаций.  
11.00, 19.05, 01.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
11.40 «Хранители Кью». (0+)  
13.00 «Тара Дункан». (6+)  
14.30 «Спиндентер». (6+)  
15.00 «Тобот». (6+)  
17.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
17.25 «Приключения Мегащенок». (0+)  
20.20 Сказка на ночь. «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)  
22.00 «Стальные стражи». (6+)  
22.25 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
23.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)  
00.30 «Спина к спине». (0+)  
01.30 «Енотки». (0+)  
02.35 «Машины Мока». (0+)  
03.00 «Маша и Медведь», «Машины страшлики», «Машины сказки». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!

02.05 Без срока давности. (16+)  
02.55 Апрельский рубж. (12+)  
03.25, 07.30 Книжные аллеи. (12+)  
03.55, 17.30 Семь дней истории. (12+)  
04.05, 05.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)  
06.00 Неизвестные страницы истории русской школы. (12+)  
07.05, 10.45, 14.50, 22.50 Во имя человечества. (12+)  
08.00 Освобождение Европы. (12+)  
08.45 Северный морской путь. (16+)  
09.45, 10.10 Элемент познания. (12+)  
11.10 Я погиб под Демянском. (12+)  
12.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)  
12.50 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)  
13.55 Звезда и смерть графа Вронского. (12+)  
15.10, 19.10, 23.15 Непокоренные. (12+)  
16.00 Пешком по Москве. (6+)  
16.15 Историкограф. (12+)  
17.00 Жил-был Дом. (12+)  
17.40 Монологи императоров. (16+)  
18.25 Николай Некрасов. Тайна парадного портрета. (12+)  
19.00 Обыкновенная история. (6+)  
20.00, 20.55 Забытые войны России. (12+)  
21.50 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)

HISTORY

06.15 История без прикрас. (12+)  
07.10 Чанди Врингинг Лаванг, Индонезия. (12+)  
07.40 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
08.40, 09.35 Тайны утраченного ковчега. (12+)  
10.25, 11.25 Мифы: великие тайны человечества. (12+)  
12.25 Загадки планеты Земля. (16+)  
13.20 Последние битвы Елизаветы II. (16+)  
14.20 История авиации. (16+)  
15.25 Мечеть Хадум, Косово. (12+)  
15.55 Мечеть Махмуд-Кашгари, Кыргызстан. (12+)  
16.25 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
17.25, 18.20 Тайны утраченного ковчега. (12+)  
19.10 Загадки планеты Земля. (16+)  
20.00 Мифы: великие тайны человечества: Бермудский треугольник. (12+)  
21.00 Мифы: великие тайны человечества: Проклятье фараонов. (12+)  
22.05, 23.00 История без прикрас. (12+)  
00.00 Чанди Врингинг Лаванг, Индонезия. (12+)  
00.30 Исторический дом Табатабаи, Иран. (12+)  
01.00 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
01.55, 02.35 Тайны утраченного ковчега. (12+)  
03.20, 04.10 Мифы: великие тайны человечества. (12+)  
05.05 История без прикрас. (12+)

ДОКТОР

06.00 О самом главном. Спросите доктора. (12+)  
06.55, 21.20, 03.50 Под контролем. Как правильно сдавать анализы? (12+)  
07.20, 22.50 Доктор на работе. (12+)  
10.15 Научные сенсации. Когнитивные искажения. (12+)  
11.05 О самом главном. Аллергия или простуда? (12+)  
12.05, 20.20, 01.35 Без халатов. (12+)  
12.35 Под контролем. Витамины. (12+)  
13.05 Мозг на прокачку. Усилим воли. (12+)  
14.05 О самом главном. Чем заменить соль? (12+)  
15.00 Доктор на работе. Прямой эфир  
17.55 Эпидемия близорукости. (12+)  
18.55, 02.55 О самом главном. Польза молодого картофеля. (12+)  
19.50, 05.35 Без химии. Простуда. (12+)  
20.50, 04.15 Медицина будущего. Диагностика. (12+)  
21.50 О самом главном. Что провоцирует гипертонию? (12+)  
02.05 В ожидании вечной жизни. (12+)  
Человек всегда мечтал о вечной жизни. Так стала ли мечта реальностью?  
04.40 От первого лица. Лейла Адамьян. Как сохранить женское здоровье. (12+)  
05.05 Большой скачок. Мир-ген. Болезнь гениев. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



15.40 «Белая студия»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 18.40 00.10 Настоящая война престолов
- 08.05 «Жизнь и судьба»
- 08.25 22.25 «МЕГРЭ»
- 10.00 12.30 16.30 19.30 23.55 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.55 ХХ век
- 12.45 Новости. Подробно. Кино
- 13.00 Искусственный отбор
- 13.45 «Князь Потёмкин. Свет и тени»
- 14.15 «СЕРДЦЕ НЕ КАМЕНЬ»
- 15.40 «Белая студия»
- 16.45 «Библейский сюжет»
- 17.20 02.10 Шедевры камерной музыки
- 18.10 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 Абсолютный слух
- 21.40 Власть факта
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
- 10.40 04.25 «Актёрские драмы. Любимцы Кремля». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.55 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.55 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 17.00 «Неидеальные звёзды». (16+)
- 18.10 «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ». (16+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 «90-е. В чём сила, брат?» (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.55 «Дорогие товарищи. Звездочёт». (16+)
- 01.35 «Знак качества». (16+)

ТВ-3



21.15 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.20 «Слепая». (16+)
- 17.00 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 18.00 «Новости». (16+)
- 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 19.15 «БЛОНДЫ». (16+)
- 21.15 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 22.15 «Новости». (16+)
- 22.25 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 23.30 «ТЕМНОЕ НАСЛЕДИЕ». (18+)
- 01.30 «МЁРТВ НА 99%». (16+)
- 03.15 «ОСТРОВ ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



13.35 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 Давай разведёмся! (16+)
- 08.35 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «Кризисный центр». (16+)
- 19.00 «ЖЕНА ПАЦИЕНТА ПОТАПОВА». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 00.25 «Порча». (16+)
- 01.25 «Знахарка». (16+)
- 01.55 «Верну любимого». (16+)
- 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.45 Тест на отцовство. (16+)
- 04.25 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 «Известия». (16+)
- 05.25 08.05 04.45 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
- 06.30 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-4». (16+)
- 08.25 «Новая». (12+)
- 13.30 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 02.45 «СЛЕД». (18+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА». (12+)
- 12.50 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 13.25 15.05 17.15 03.45 «СИНДРОМ ШАХМАТИСТА». (16+)
- 18.00 «СССР и Китай». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.55 «ДУМА О КОВПАКЕ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «КРЫЛЬЯ ИМПЕРИИ». (16+)
- 12.00 22.00 04.30 «От 7 до 17». (12+)
- 12.30 18.00 22.30 04.00 «Футбол губернии». (12+)
- 13.00 16.30 «МЕДСЕСТРА». (16+)
- 14.00 16.00 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 «Спортивная семья». (12+)
- 17.30 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 18.30 03.30 «Формула здоровья». (12+)
- 19.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Бурани» - «Челны» Набережные Челны. (12+)
- 23.00 «ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ». (16+)
- Ирина - судья. Она прожила в счастливом браке с Кириллом почти 20 лет. Ирина была счастлива, пока не обнаружила, что муж изменяет ей.
- 01.00 «Такие разные». (12+)
- 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 02.10 «Вечер вместе». (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.25 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 06.55 Бокс. Чемпионат России. Мужчины. Прямая трансляция из Иркутска
- 10.40 11.30 12.55 15.25 Новости
- 10.45 15.30 23.15 Все на Матч!
- 11.35 «Тайны звёзд спорта». (12+)
- 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.55 «Вид сверху». (12+)
- 16.45 Смешанные единоборства. (16+)
- 18.30 «Як-15». (12+)
- 19.25 Хоккей. Чемпионат МХЛ. Прямая трансляция
- 21.45 Бильярд. VetBoom Кубок мира. Прямая трансляция из Москвы
- 00.25 Стрельба из лука. Кубок Генерального прокурора Российской Федерации. Трансляция из Сириуса. (0+)
- 01.30 Волейбол. Кубок легенд. Мужчины. Финал 4-х. (6+)
- 06.00 Стрельба из лука. (0+)
- 06.55 Бокс. Чемпионат России. (6+)
- 10.40 16.15 16.35 22.25 02.05 Спецрепортаж. (12+)
- 10.55 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
- 11.20 География спорта. (12+)
- 11.50 Новости
- 11.55 Бокс. Чемпионат России. (6+)
- 16.50 «Вид сверху». (12+)
- 17.20 Водное поло. Россия - Иран. Товарищеский матч. (6+)
- 18.30 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
- 18.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 20.35 Волейбол. Кубок легенд. Финал 4-х. (6+)
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 00.00 Автоспорт. Кубок России. (6+)
- 02.30 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 03.55 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
- 04.25 Бильярд. Кубок мира. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.40 «БОЛЬШИЕ НАДЕЖДЫ». (16+)
- 08.00 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 09.50 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)
- 12.20 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 15.00 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО РАЗМЕРУ». (16+)
- 17.00 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 19.00 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 20.50 «ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО». (18+)
- Триллер, США, Великобритания, Германия, 2021 г.
- 23.10 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 01.00 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ». (16+)
- 02.25 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+)
- 04.05 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ 3.0». (16+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 08.35 «БАБКИ». (16+)
- 09.50 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 11.25 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 13.05 «ЮРА ДВОРНИК». (16+)
- 15.00 «ТЁЩА». (16+)
- 17.00, 18.00 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 19.05 «ГРОМКАЯ СВЯЗЬ» (16+)
- 20.45 «АРМИЯ». (16+)
- 23.00 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
- 00.50 «ДУБЛЁР». (16+)
- 02.10 «НОВОГОДНИЙ ОЛ ИМПУЛЬС». (12+)
- 03.35 «ПЕРВЫЕ». (16+)
- 05.10 Мультфильм. (6+)

- 01.45 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (18+)
- 04.20 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 06.10 «НАСМОТРЕВИШЬСЯ ДЕТЕКТИВОВ». (16+)
- 07.50 «ГОРЬКО!»». (16+)
- 09.50 «ИСКУССТВО ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 11.40 «ЗАЩИТА ОТ ДУРАКА». (18+)
- 13.35 «РЕСТРАН ПО ПОНЯТИЯМ». (18+)
- 15.20 «СЕРДЦЕЕДКИ». (18+)
- 17.45 «ЖЕЛЕЗНОЕ НЕБО 2». (16+)
- 19.30 «ЭТО - РАЗВОД!» (16+)
- 21.05 «1+1». (16+)
- 23.20 «ОСТОРОЖНО, КЕНГУРУ!» (18+)
- 01.30 Топ-30. (16+)
- 06.55 «СЕРЕЖА». (12+)
- 08.20 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЁН». (16+)
- 09.40 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)
- 11.20 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ». (12+)
- 13.00 «ДАЧА». (12+)
- 14.35 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА». (12+)
- 16.00 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+)
- 17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-6». (16+)
- 19.40 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)
- 22.05 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)
- 23.45 Разбитое сердце. Евгений Евстигнев. (12+)

- 05.50 «Полное погружение». Мультфильм. (6+)
- 07.10 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 08.40 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 12.10 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 00.55 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- Россия, 1995 г.
- Начало знаменитых приключений команды крепко пьющих охотников-рыбаков под предводительством генерала.
- 02.40 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
- Россия, 1995 г.
- 04.05 «... В СТИЛЕ JAZZ». (16+)
- 05.00, 13.00, 18.40, 03.15 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 12.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 18.20 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.00 Чикуди. (16+)
- Реальности-эксперимент, ломающий стереотипы.
- 23.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.15 Суббота News 2024. (16+)
- 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 01.20, 02.00, 02.40 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)

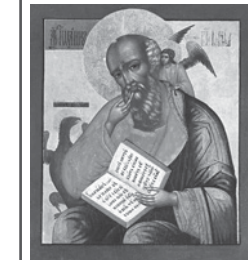
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 12.20 «КУХНЯ». (12+)
- Лёва влюблён в дочку шефа и просит Макса помочь ему...
- 16.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- Маша Ворониная чем-то очень расстроена и скрывает от Кости и Веры почему. Костя идёт на решительный шаг - вразрез с мнением Веры он тайком читает Машины смс...
- 21.55 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- 00.35 «МАРГОША». (16+)
- 04.20 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПРИМА-ДОННА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)
- Сериал. Комедийная мелодрама, Россия, 2013 г. В ролях: Любовь Толкалина, Дмитрий Марьянов, Саша Стриженова
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-3». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ЮНОСТЬ КОМАНДИРОВ». (0+)
- СССР, 1939 г.
- 06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 День Ангела: Апостол Иоанн Богослов. (0+)
- 11.35 Византия. Жизнь после смерти. Семь церквей Апокалипсиса. I-II века. 2 серия. (0+)
- 12.25 День Патриарха. (0+)
- 12.40, 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
- 14.25 «ПОГРАНИЧНЫЙ ПЕС АЛЫЙ». (0+)
- 15.45, 17.10 «СЫН ПОЛКА». 1-2 серии. (12+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.25 День Ангела: Святой Тихон, Патриарх Московский и всея Руси. (0+)
- 20.55, 02.35 Союз-Аполлон. Сила притяжения. (0+)
- 22.00, 22.35, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.15 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 01.00 Моя большая семья. (6+)
- 01.55 Епархия - это люди. (0+)

Православный календарь

9 октября  
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.  
Преставление апостола и евангелиста  
Иоанна Богослова.



Свт. Тихона, патриарха Московского и всея России. Прав. Гедсона, судии Израильского. Блгв. кн. Нягу Басарабского (Рум.). Прп. Ефрема Перекомского, Новгородского. Сщмчч. Афанасия, Александра и Димитрия пресвитеров, мчч. Иоанна и Николая. Сщмчч. Владимира пресвитера. Св. Димитрия исп., пресвитера.

Постный день.  
«Хочешь, чтобы жена повиновалась тебе, как Христу повинуется Церковь? Заботься и сам о ней, как Христос о Церкви».  
Свт. Иоанн Златоуст

МУЗЫКА

- 05.00 Музитив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.05 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Новое Радио чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист | Осень. (16+)
- 11.00 Топ-30. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Плейлист | Осень. (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 10 самых! (16+)
- 18.55 Один в поле Пенкин. (16+)
- 19.35 Хит-Сториз. (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.40 Необъяснимое. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Натальная карта. (16+)
- 23.00 ВК Контакты. (16+)
- 00.00 Музитив. (18+)
- 01.30 Топ-30. (16+)



ПЕРВЫЙ



13.30 «АнтиФейк». (16+)

05.00 «Доброе утро»  
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)  
13.30 «АнтиФейк». (16+)  
14.00 Информационный канал. (16+)  
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 «ШИФР». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.10 «ТУРЕЦКАЯ ТЕТРАДЬ». (16+)  
01.10 Подкаст.Лаб. (16+)  
03.00 Новости

РОССИЯ 1



17.30 «Малахов». (16+)

05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
13.00 «Наши». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
17.00 Вести  
17.30 «Малахов». (16+)  
18.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «ЛЮТИК И АНЮТИК». (16+)  
Дочь Ульяны Надя купила для Анны и Ульяны путёвки в санаторий...  
23.30 «Во имя справедливости». (12+)  
00.05 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.10 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
03.00 Вести  
03.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

НТВ



02.05 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «НЕВСКИЙ: БЛИЗКИЙ ВРАГ». (16+)  
Семенов отправляется в Красноярский край, где скрывается подозреваемый...  
22.10 «БОРЩИ». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «БОРЩИ». (16+)  
00.50 «Поздняков». (16+)  
01.05 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)  
02.05 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

СТС



07.10 «Маша и Медведь». (0+)

06.00 Ералаш. (0+)  
07.00 «Машинки страшилки». (0+)  
07.10 «Маша и Медведь». (0+)  
07.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
09.00 «ТЁТЯ МАРТА». (16+)  
12.15 «Ну, погоди!» (0+)  
12.25 «ЗИП И ЗАП: КЛУБ СТЕКЛЯННЫХ ШАРИКОВ». (16+)  
14.20 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)  
16.10 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)  
17.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
20.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (16+)  
22.05 «КРУИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ». (16+)  
00.15 «ИНСТРУКЦИИ НЕ ПРИЛАГАЮТСЯ». (16+)  
02.25 Сториз. (16+)  
04.40 «6 кадров». (16+)

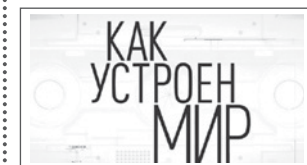
ТНТ



17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
09.00 «Лига городов». (16+)  
11.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)  
17.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)  
20.00 «ДИНО». (16+)  
21.30 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)  
23.30 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ». (16+)  
Бывший универсальный солдат - совершенная кибернетическая машина для убийства - контролирующей целую армию универсальных солдат, выходит из подчинения...  
01.40 «Я тебе не верю». (16+)  
02.25 «Импровизация. Команды». (18+)  
04.00 «Студия «Союз». (16+)  
04.50 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

REN



11.00 «Как устроен мир». (16+)

05.00 18.00 02.40 «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 списки». (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 03.20 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ТОРНАДО». (16+)  
22.00 «Наука и техника». (16+)  
00.30 «ТАЙНА 7 СЕСТЕР». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 Гастротур. (16+)  
05.50 Пятница News. (16+)  
06.30 Секреты на кухне. (16+)  
07.20 Кондитер. Дети. (12+)  
08.40 Четыре свадьбы. (16+)  
11.00 Богиня сыска. (16+)  
12.10 Адский шеф. (16+)  
17.00 Четыре свадьбы. (16+)  
19.00 Новые Пацанки. (16+)  
22.00 Умнее всех. (12+)  
23.30 Новые Пацанки. (16+)  
00.00 «Эннио. Маэстро». (12+)  
02.40 Пятница News. (16+)  
03.00 Черный список. (16+)  
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.25 «Маша и Медведь». (0+)  
09.40 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
11.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
16.00 «Чудо из ада». (12+)  
Реалии, в котором родители избалованных мажоров-подростков обращаются за помощью, а их капризных и неуправляемых чад отправляют на 4 дня в обычные, часто многодетные семьи, чтобы мажоры пожили другой жизнью.  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.10 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
02.00 «Измены». (16+)  
03.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.00 Дорожные драмы. (16+)  
06.20 Дорожные войны 2.0. (16+)  
06.45 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.15 Дорожные войны. (16+)  
11.30 Утилизатор. (16+)  
12.30 Утилизатор. (12+)  
13.00 Утилизатор. (16+)  
14.00 Тревел-блог Че! (16+)  
15.30 Улётное видео. (16+)  
18.30 Тревел-блог Че! (16+)  
20.00 Охотники. (16+)  
21.00 Решала. (16+)  
22.00 Охотники. (16+)  
23.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 Решала. (16+)

МИР

05.00, 06.15 «ЩИТ И МЕЧ». (16+)  
06.00, 13.00, 16.00, 18.30, 10.00 Новости. (16+)  
08.15 «ЧИНГАЧГУК - БОЛЬШОЙ ЗМЕЙ». (16+)  
10.10 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ» (16+)  
12.05, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)  
18.50 Игра в кино. (16+)  
21.45 Миллион за 5 минут. (16+)  
22.30 «ХОД КОНЕМ». (16+)  
00.15 Наше кино. (16+)  
00.50 Первый Евразийский канал. (12+)  
02.00 «ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИЙ КАПИТАН». (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 00.20 «НОРВЕГ». (12+)  
15.10 «ДВА ФЁДОРА». (12+)  
17.00 «Формула здоровья». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.40 03.35 «ГРИГОРИЙ Р». (16+)  
22.20 «КОСМОС КАК ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)  
23.50 «У ТЕБЯ ВСЁ ХОРОШО?» (18+)  
01.05 «Свет и тени». (16+)  
02.25 «Коллеги». (12+)

ПОБЕДА

05.20 «Путь к Победе» (16+)  
06.20 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)  
07.40 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)  
09.20 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (16+)  
20.20 «МОПЧАНЕ». (16+)  
Не нашедший себя в послевоенное время бывший военный корреспондент Александр Ганин уезжает в Выборг, писать воспоминания о войне. Однако здесь его ждет более животрепещущая тема: Ганин становится свидетелем становления местного угрозыска, и помогает милиции расследовать сложные дела...  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «СМЕРШ». (16+)  
03.10 «КРАЙ». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Буренка Даша», «Приключения Ам Няма», «Маша и Медведь». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
07.45 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
08.20 «Сказочный патруль». (0+)  
10.20 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)  
10.45 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)  
11.05 «Приключения Мегащенков». (0+)  
11.20 «Смешарики». (0+)  
13.05 «Диностер». (6+)  
13.35 «Инфинити Надо». (6+)  
14.05 «Тобот». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.40 «Турбозавры». (0+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
17.10 «Оранжевая корова». (0+)  
19.00 «Семь королевств». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Барбоскины». (0+)  
22.15 «Стальные стражи». (6+)  
22.40 «Метазеллс». (6+)  
22.45 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.10 «Ералаш». (6+)  
00.50 «Смешарики». (0+)  
02.35 «Улётная доставка». (0+)  
03.35 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
04.00 «Буба». (6+)

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 16.10 «Время малышей». (0+)  
07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+)  
Познавательный и развлекательный мультсериал о дружбе.  
07.30, 15.20, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)  
08.00, 13.25, 23.25 «Буба». (6+)  
08.25 «Маша и Медведь». (0+)  
09.00, 17.45 «Семь королевств». (0+)  
09.25, 19.35 «Сказочный патруль». (0+)  
10.00, 18.05, 22.25, 05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)  
10.35, 20.00 «Чик-Чирикино». (0+)  
11.00, 19.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
11.40 «Хранители Кью». (0+)  
13.00 «Тара Дункан». (6+)  
14.30 «Спинфайтеры». (6+)  
15.00 «Тобот». (6+)  
17.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
17.25 «Приключения Мегащенков». (0+)  
19.00 «Котенок Кнопка и его друзья». (0+)  
20.20 Сказка на ночь. «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)  
22.00 «Стальные стражи». (6+)  
23.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)  
00.30 «Спина к спине». (0+)  
01.05 «Ми-Ми-Мишки. Испорченный сюрприз». (0+)  
01.30 «Енотки». (0+)  
02.35 «Машинки Мокас». (0+)  
03.00 «Маша и Медведь. Званный гость», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

03.00, 06.45, 10.50, 14.45, 22.50 Во имя человечества. (12+)  
03.25 Книжные аллеи. (12+)  
04.00 Освобождение Европы. (12+)  
04.45 Северный морской путь. (16+)  
05.45, 06.10 Элемент познания. (12+)  
07.10 Я погиб под Демянском. (12+)  
08.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)  
08.50 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)  
09.55 Звезда и смерть графа Вронского. (12+)  
11.10, 15.10, 23.10 Непокорённые. (12+)  
12.00 Монологи императоров. (12+)  
12.45, 20.55 Сквозь времена. (12+)  
13.20 Николай Некрасов. Тайна парадного портрета. (12+)  
13.50 Обыкновенная история. (6+)  
14.00 Школа русских побед. (12+)  
16.00 Пешком по Москве. (6+)  
16.15 Историограф. (12+)  
17.00 Жил-был Дом. (12+)  
17.30 Семь дней истории. (12+)  
17.40, 18.30 Забытые войны России. (12+)  
19.25 Личность в истории. (12+)  
20.00 Историада. (12+)  
21.30 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)  
22.05 Два дела Феликса Дзержинского. (12+)

VJU HISTORY

06.10 История без прикрас. (12+)  
07.00 Мечеть Хадум, Косово. (12+)  
07.30 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
08.30, 09.20 Тайны утраченного ковчега. (12+)  
10.10, 11.15 Мифы: великие тайны человечества. (12+)  
12.15 Загадки планеты Земля. (16+)  
13.05 Поезда, которые изменили мир. (16+)  
14.00 История авиации: Небо в огне. (16+)  
15.00 Ват Чум Ххонг, Луангпхабанг. (12+)  
15.30 Храм Шри Кайлаванатана Свами Девастханам, Шри-Ланка. (12+)  
16.00 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)  
17.05, 18.05 На скалах. (12+)  
19.10 Загадки планеты Земля. (16+)  
20.00 Мифы: великие тайны человечества: Атлантида. (12+)  
21.00 Мифы: великие тайны человечества: Потоп. (12+)  
22.05 История без прикрас: Нацизм. (12+)  
23.05 История без прикрас: Кредитный кризис. (12+)  
00.05 Мечеть Хадум, Косово. (12+)  
00.35 Мечеть Махмуд-Кашгари, Кыргызстан. (12+)  
01.05 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
02.00, 02.40 Тайны утраченного ковчега. (12+)  
03.25, 04.15 Мифы: великие тайны человечества. (12+)

ДОКТОР

06.00 О самом главном. Аллергия или простуда? (12+)  
06.55, 21.20 Научные сенсации. Продлить жизнь. (12+)  
07.45, 23.10 Доктор на работе. (12+)  
Ведущие врачи страны выходят в прямой эфир телеканала «Доктор», чтобы ответить на вопросы зрителей, рассказать о новостях в мире медицины, новых методах лечения и исследованиях, дать полезные советы - и многое другое.  
10.40 Без химии. Простуда. (12+)  
11.05 О самом главном. Чем заменить соль? (12+)  
12.05, 20.50, 02.00 Без халатов. (12+)  
12.35 Медицина будущего. Диагностика. (12+)  
Какие новейшие технологии позволяют поставить безошибочный диагноз?  
13.05 Перегруженный мозг. (12+)  
14.05 О самом главном. Что провоцирует гипертонию? (12+)  
15.00 Доктор на работе. Прямой эфир  
17.55 В ожидании вечной жизни. (12+)  
18.55, 04.10 О самом главном. Синяки без ушибов. (12+)  
19.55, 05.05 На приёме у Михаила Лабковского. Чужое мнение. (12+)  
22.10 О самом главном. Как снизить давление? (12+)  
02.30 Пастер и Кох. Дуэль гигантов в мире микробов. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



15.45  
«2 Верник 2»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 18.40 00.15 Настоящая война престолов
- 08.00 «Жизнь и судьба»
- 08.15 22.15 «МЕГРЭ»
- 10.00 12.30 16.30 19.30 00.00 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.05 XX век
- 12.15 «Забываемое ремесло»
- 13.00 02.05 «Разные судьбы. Бруно Фрейндлих»
- 13.45 «Князь Потёмкин. Свет и тени»
- 14.15 «УЧИТЕЛЬ СЛОВЕСНОСТИ»
- 15.05 «Запретный язык будущего»
- 15.45 «2 Верник 2»
- 16.45 80 лет Владимиру Александрову
- 17.20 Шедевры камерной музыки
- 19.45 Главная роль
- 20.00 Открытая книга
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Сергей Снежкин»
- 21.30 «Энигма»

ТВЦ



15.05 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
- 10.35 04.30 «Актёрские драмы. На осколках славы». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СОКОЛОВА ПОДОЗРЕВАЕТ ВСЕХ». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.00 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 16.55 «Звёздные фантазеры». (16+)
- 18.10 20.00 «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Актёрские драмы. Мама против». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 05.10 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Охота на маньяка». (16+)
- 01.35 «90-е. Тачка». (16+)

ТВ-3



21.15 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.20 «Слепая». (16+)
- 17.00 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 19.15 «БЛОНДЫ». (16+)
- 21.15 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «ГЛУХАРЬ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 23.30 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (16+)
- 01.30 «ОСТРОВ ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

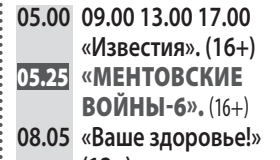
ДОМАШНИЙ



13.50 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.10 Давай разведёмся! (16+)
- 08.10 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Понять. Простить». (16+)
- 11.35 «Порча». (16+)
- 12.40 «Знахарка». (16+)
- 13.15 «Верну любимого». (16+)
- 13.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.25 «Кризисный центр». (16+)
- 19.00 «СЕДЬМОЕ НЕБО». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 00.30 «Порча». (16+)
- 01.30 «Знахарка». (16+)
- 02.00 «Верну любимого». (16+)
- 02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.50 Тест на отцовство. (16+)
- 04.30 «6 кадров». (16+)

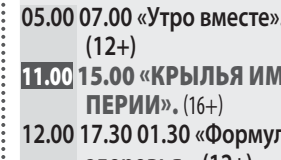
5-й КАНАЛ



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

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
- 08.05 «Ваше здоровье!» (12+)
- 08.35 «День ангела». (0+)
- 09.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
- 13.30 17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА». (12+)
- 12.30 13.25 15.05 15.20 17.15 04.30 «Нулевая мировая». (16+)
- 18.00 «СССР и Китай». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.45 «ДУМА О КОВПАКЕ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «КРЫЛЬЯ ИМПЕРИИ». (16+)
- 12.00 17.30 01.30 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 03.30 «Заметные люди». (12+)
- 13.00 16.30 «МЕДСЕСТРА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 18.00 «От 7 до 17». (12+)
- 18.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 18.45 01.15 «Актуальное интервью». (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 «Современники». (12+)
- 20.20 22.20 «Общее дело». (12+)
- 20.30 22.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 23.00 «ВЗЛОМЩИКИ СЕРДЕЦ». (16+)
- В ролях: Джейсон Шварцман, Дастин Хоффман, Лили Томлин.
- 00.45 «Футбол губернии». (12+)
- 04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 14.25 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Вид сверху». (12+)
- 06.55 Бокс. Чемпионат России. Мужчины. Прямая трансляция из Иркутска
- 11.30 12.55 15.25 Новости
- 11.35 «Тайны звёзд спорта». (12+)
- 12.35 Спецрепортаж. (12+)
- 13.00 «Есть тема!» (12+)
- 14.55 «Большой хоккей». (12+)
- 15.30 23.15 Все на Матч!
- 16.45 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Крепость Грозная». (6+)
- 17.15 Боулинг. Кубок КЛБ. Прямая трансляция
- 19.15 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 21.45 Бильярд. Кубок мира. Прямая трансляция из Москвы
- 23.55 Футбол. Венесуэла - Аргентина. Чемпионат мира-2026. Отборочный турнир. Прямая трансляция
- 02.00 «Вы это видели». (12+)
- 06.00 «Магия большого спорта». (12+)
- 06.25 «Парусный спорт». (12+)
- 06.55 Бокс. Чемпионат России. (6+)
- 11.20 20.00 03.55 «Вид сверху». (12+)
- 11.50 Водное поло. Россия - Иран. Товарищеский матч. (6+)
- 13.00 15.55 Новости
- 13.05 Конный спорт. (0+)
- 15.15 16.15 16.35 22.25 Спецрепортаж. (12+)
- 15.30 «Век нашего спорта». (12+)
- 16.00 02.05 Небесная грация. (12+)
- 16.50 «Большой хоккей». (12+)
- 17.20 02.20 Смешанные единоборства. (16+)
- 19.00 Автоспорт. (6+)
- 20.30 Волейбол. Кубок легенд. Финал 4-х. (6+)
- 22.45 «Есть тема!» (16+)
- 00.00 Боулинг. Кубок КЛБ. Про-тур. (0+)
- 04.25 Бильярд. Кубок мира. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Музитив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Короли Чартов. (16+)
- 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 ТОРТ чарт. (16+)
- 12.00 28 мне уже. (16+)
- 13.00 Консервы. (16+)
- 14.00 Плейлист. (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 Битва поколений. (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.40 Почём видос для народа? Тайны клипмейкинга. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 22.55 ВК Контакты. (16+)
- 00.00 10 Sexy. (18+)
- 00.55 Музитив. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

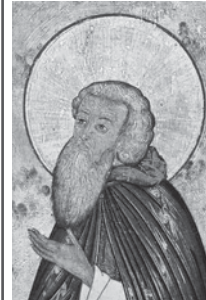
- VIJU TV1000 VIJU TV1000
- VIJU TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.30 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 07.05 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 09.00 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 10.45 «ТУРИСТ». (16+)
- Триллер, США, 2010 г.
- 12.45 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (16+)
- 14.35 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 16.35 «ПУТЕШЕСТВЕННИЦА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 19.00 «ВРЕМЯ МЕЖДУ НАМИ». (16+)
- Фантастическая мелодрама, США, 2022 г.
- 20.40 «ТЕНИ НА СОЛНЦЕ». (16+)
- Комедия, Великобритания, Франция, Италия, 2005 г.
- 22.40 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 00.30 «ТУРИСТ». (16+)
- 02.15 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 03.50 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (16+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.15 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 07.40 «ГОЛОСА БОЛЬШОЙ СТРАНЫ». (6+)
- 09.40 «ДУБЛЕР». (16+)
- 11.15 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
- 13.05 «ГРОМКАЯ СВЯЗЬ». (16+)
- 14.45 «АРИТМИЯ». (16+)
- 17.00, 18.00 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)
- 19.05 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 21.05 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
- 22.55 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 00.25 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (16+)
- 02.00 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА» (16+)
- 03.30 «КВЕСТ». (16+)
- 05.20 Мультфильм. (6+)
- 05.50 «Кошей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
- 07.00 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 08.25 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 09.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 11.50 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 00.55 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- Россия, 1998 г.
- Генерал Иволгин и компания меняют двустолки на удочки, но отдыхают по-прежнему зажигательно!
- 02.40 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (16+)
- Россия, 1996 г.
- 04.10 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
- 05.00, 07.40, 14.55, 03.05 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Пенсенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 07.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 14.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 15.45 «СЫН ПОЛКА». 1-2 серии. (12+)
- 23.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.20 Суббота News 2024. (16+)
- 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 01.20, 02.00, 02.40 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Женя бросает дзюдо. Энергия Жени, направленная на членов её семьи, начинает всех серьезно беспокоить.
- 12.20 «КУХНЯ». (12+)
- 16.15 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- Лёша из любви к матери изображает любовь с Полиной...
- 00.40 «МАРГОША». (16+)
- Наташа продолжает липнуть к Андрею и давит на отца, требуя поставить директором Калугина...
- 04.20 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- СТС LOVE СТС LOVE
- 01.00 «ГОРЬКО». (16+)
- 03.05 «ИЗ ДЖУНГЛИ В ДЖУНГЛИ». (12+)
- 04.50 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ 2». (12+)
- 06.50 «ДЕДУШКА НЕЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (6+)
- 08.35 «РОДНЫЕ». (18+)
- 10.25 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (18+)
- 12.25 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ В ДЕРЕВНЕ». (18+)
- 14.20 «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД!» (16+)
- 15.55 «ЭТО - РАЗВОД!» (16+)
- 17.30 «НОЧНАЯ СМЕНА». (18+)
- 19.30 «БОЛЬШОЙ СТЭН» (18+)
- 21.30 «ДЖУНГЛИ: ПЕРЕПОЛОХ В РАЮ». (18+)
- 23.30 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА. СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (18+)
- 06.45 Мультфильмы. (0+)
- 07.45 «ДЕНЬ ПОЛНОЛУНИЯ». (12+)
- 09.25 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 11.10 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 13.00 «ГАРАЖ». (12+)
- 14.50 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
- 16.25 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (12+)
- 17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-6». (16+)
- 19.40 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
- 21.30 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 23.20 «КАДРИЛЬ». (12+)
- 00.50 «СРОЧНЫЙ ВЫЗОВ». (12+)
- 02.30 «ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ». (12+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПРИМА-ДОННА». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2005 г. В ролях: Нана Кикнадзе, Кристина Бабушкина, Ольга Сидорова, Ирина Бразговка
- 13.00, 21.00, 05.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-3». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ВРАТАРЬ». (0+)
- 06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Свидетели Христа. Мученики первых веков. 2 серия. (6+)
- 12.10 День Патриарха. (0+)
- 12.25 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.25, 13.55 Монастырская кухня. (0+)
- 14.20, 15.45 «СЫН ПОЛКА». 1-2 серии. (12+)
- 17.05 «И ТЫ УВИДИШЬ НЕБО...» (12+)
- 00.45 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30, 01.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.25 Елизавета. (0+)
- 21.30 Святые целители. Преподобномученица Елизавета Феодоровна. Часть 1. (0+)
- 22.00, 22.35, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 01.55 Тайна бессмертия. (0+)
- 03.15 20 лет спустя. (0+)
- 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

Православный календарь

10 октября  
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.  
Прп. Савватия Соловецкого, чудотворца.



Мчч. Каллистрата и дружины его: Гимнасия и иных. Апп. от 70 Марка, Аристарха и Зины. Мц. Епихарии. Прп. Игнатия. Сщмч. Анфима Иверянина, митр. Валашского (Рум.). Сщмч. Петра, митр. Крутицкого. Сщмч. Димитрия пресвитера. Сщмчч. Германа, еп. Вольского, и Михаилла пресвитера. Сщмч. Феодора пресвитера.

Поста нет.

« Когда человек осуждает, он отгоняет от себя благодать Божию, становится беззащитным и потому не может исправиться. »

Прп. Паисий Святогорец



ПЕРВЫЙ



19.45 «Поле чудес». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»  
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)  
13.30 «АнтиФейк». (16+)  
14.00 Информационный канал. (16+)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)  
19.45 «Поле чудес». (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 «Голос. Дети». Новый сезон. (0+)  
23.20 «ЮГ». (16+)  
00.15 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



20.00 Вести

- 05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
13.00 «Наши». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
17.00 Вести  
17.30 Прямой эфир. (16+)  
18.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)  
23.55 «Истории Большой Страны». (12+)  
01.00 «ЧЕЛОВЕК У ОКНА». (12+)  
Артист Александр Дронов, которого все зовут Шурой, в свои пятьдесят, казалось бы, не добился ничего, что приносило бы ему счастье...  
02.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

НТВ



20.00 «НЕВСКИЙ: БЛИЗКИЙ ВРАГ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)  
09.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «ДНК». (16+)  
17.55 «Жди меня». (12+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «НЕВСКИЙ: БЛИЗКИЙ ВРАГ». (16+)  
В главке ловят серийного маньяка Маратова.  
22.10 «БОРЩИ». (16+)  
00.20 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)  
02.10 «Квартирный вопрос». (0+)  
03.00 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)

СТС



10.30 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
07.00 «Машинки страшилки». (0+)  
07.10 «Маша и Медведь». (0+)  
07.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
09.00 Семейные игры. Битва за Олимп. (16+)  
10.30 Уральские пельмени. (16+)  
13.20 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
19.30 Премьера. Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
21.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
01.00 Премьера. «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)  
01.55 Сториз. (16+)  
04.30 «6 кадров». (16+)  
05.05 «Мультфильмы». (0+)  
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



17.00 «Однажды в России». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
09.00 «УНИВЕР: НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)  
17.00 «Однажды в России». (16+)  
21.00 «Комеди Клуб». (16+)  
Культовое шоу в обновлённом формате. Ведь креативный продюсер теперь - сам Гарик Харламов.  
22.00 «Лига городов». (16+)  
В новом сезоне в юмористической битве за 10 000 000 рублей сойдутся около 40 команд.  
23.30 «Stand up». (18+)  
00.30 «Я тебе не верю». (16+)  
01.30 «Импровизация. Команды». (18+)  
03.10 «Студия «Союз». (16+)  
04.00 «Импровизация». (16+)  
05.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
06.15 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)

РЕН



06.00 «С бодрим утром!» (16+)

- 05.00 18.00 01.50 «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 «ПУЛЕНПРОБИВАЕМЫЙ МОНАХ». (16+)  
22.00 «СЕРДЦЕ ИЗ СТАЛИ». (16+)  
00.05 «СХВАТКА С ДЬЯВОЛОМ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)  
05.50 Пятница News. (16+)  
06.10 Секреты на кухне. (16+)  
07.00 Секреты на кухне. (16+)  
07.50 Кондитер. Дети. (12+)  
09.00 Умнее всех. (12+)  
10.00 Четыре дачи. (16+)  
11.40 Новые Пацанки. (16+)  
18.00 «СЕСТРУХА». (16+)  
00.00 «ДЖОН УИК-2». (16+)  
02.00 Пятница News. (16+)  
02.30 Пробный переезд. (16+)  
03.20 Инсайдеры. (16+)  
03.50 Черный список. (16+)  
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.30 «Маша и Медведь». (0+)  
09.40 00.10 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
11.40 03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
15.40 «Статус: Неравный брак». (16+)  
17.55 «Бывшие 2.0». (16+)  
В этом проекте вы увидите героев, которые когда-то решили расстаться со своими «вторыми половинками», но со временем захотели вернуть отношения. Они встретятся со своими бывшими и попробуют начать всё с чистого листа, но удастся ли им обойти старые грабли?  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
01.55 «Измены». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные драмы. (16+)  
06.20 Дорожные войны 2.0. (16+)  
Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными.  
06.45 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.15 Дорожные войны. (16+)  
11.00 Тревел-блог Че! (16+)  
14.00 Решала. (16+)  
21.00 Охотники. (16+)  
22.00 Опасные связи. (16+)  
02.40 Утилизатор. (16+)  
05.50 «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ». (16+)

МИР

- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
06.15, 10.10, 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
07.55, 11.00, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
09.05, 12.05, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
18.50 Миллион за 5 минут. (16+)  
19.30 «ЗИТА И ГИТА». (16+)  
22.30 «ТАНЦУЙ, ТАНЦУЙ!». (16+)  
01.30 Наше кино. История большой любви. (16+)  
01.55 «ЦИРК». (16+)  
03.25 Мультфильмы. (6+)

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 03.50 «Неизвестный Хемингуэй». (12+)  
15.10 «КОСМОС КАК ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)  
17.00 «Актуальное интервью». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.40 «Ректорат». (12+)  
21.20 «ПОВОРОТ». (12+)  
23.00 «СЕРДЦЕ АНГЕЛА». (18+)  
00.45 «СЕДЬМОЙ ПРОБЕГ ПО КОНТУРУ ЗЕМНОГО ШАРА». (12+)

ПОБЕДА

- 05.10 «Путь к Победе» (16+)  
06.10 «ПАПА». (16+)  
07.45 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)  
09.10 «СССР». (16+)  
20.10 «ПРИЗРАК». (16+)  
Он не помнит своего настоящего имени и прошлого. Все, что сохранила его память - лицо женщины. Единственная зацепка - татуировка с координатами скрона, в котором его ждут оружие, деньги и паспорт. Призрак узнает свой адрес в Москве и уговаривает случайно встреченную девушку Алену отвезти его туда на машине.  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)  
02.55 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Буренка Даша», «Приключения Ам Няма», «Маша и Медведь». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
07.45 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
08.20 «Сказочный патруль». (0+)  
10.20 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)  
10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)  
11.15 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)  
13.05 «Диностер». (6+)  
13.35 «Инфинити Надо». (6+)  
14.05 «Тобот». (6+)  
14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)  
14.40 «Ералаш». (6+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Отель у овечек». (0+)  
19.55 «Принцесса и дракон». (6+)  
Про принцессу Варвару, оказавшуюся в настоящей сказке.  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Царевны». (0+)  
22.35 «Дикие скричеры!» (6+)  
Мультсериал о зрелищных сражениях скричеров - боевых роботов, способных превращаться в свирепых механических зверей.  
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.25 «Ералаш». (6+)  
01.05 «Простоквашино». (0+)  
02.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)  
03.35 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
04.00 «Буба». (6+)

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00, 16.10 «Время малышей». (0+)  
07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+)  
07.30, 15.20, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)  
08.00, 13.25, 23.25 «Буба». (6+)  
08.25 «Маша и Медведь». (0+)  
Как Маша каждый день развлекает своими выдумками всех жителей леса.  
09.00, 17.45 «Семь королевств». (0+)  
09.25, 19.35 «Сказочный патруль». (0+)  
10.00, 18.05, 22.25 «Фиксики. Новенькие». (0+)  
10.35, 20.00 «Чик-Чикино». (0+)  
11.00, 19.05, 01.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
11.40 «Хранители Кью». (0+)  
13.00 «Тара Дункан». (6+)  
14.30 «Спинфайтеры». (6+)  
15.00 «Тобот». (6+)  
17.00 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
17.25 «Приключения Мегащенок». (0+)  
19.00 «Котенок Кнопа и его друзья». (0+)  
20.20 Сказка на ночь. «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)  
22.00 «Стальные стражи». (6+)  
23.00 «Смешарики. Пин-код». (0+)  
00.30 «Спина к спине». (0+)  
01.35 «Енотки». (0+)  
02.35 «Машины Мока». (0+)  
03.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)  
05.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 01.40, 02.10 Элемент познания. (12+)  
02.40, 06.50, 10.45, 14.45, 22.50 Во имя человечества. (12+)  
03.10 Я погиб под Демянском. (12+)  
04.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)  
04.50 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)  
05.55 Звезда и смерть графа Вронского. (12+)  
07.10, 11.10, 15.10, 19.10 Непокорённые. (12+)  
08.00 Монологи императоров. (16+)  
08.45, 18.20, 20.55 Сквозь времена. (12+)  
09.20 Николай Некрасов. Тайна парадного портрета. (12+)  
09.50 Обыкновенная история. (6+)  
10.00, 14.00 Школа русских побед. (12+)  
12.00, 12.50 Забытые войны России. (12+)  
13.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
16.00 Пешком по Москве. (6+)  
16.15 Историограф. (12+)  
17.00 На пути к Великой Победе. (12+)  
17.30 Семь дней истории. (12+)  
17.35, 22.05 Два дела Феликса Дзержинского. (12+)  
18.55 История одной фотографии. (6+)  
20.00 Эхо блокады. (12+)  
21.25 Как Пётр Эссен спас город Петра. (12+)  
23.15 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+)

VJU HISTORY

- 06.15 История без прикрас: Кредитный кризис. (12+)  
07.10 Ват Чум Кхонг, Луангпхабанг. (12+)  
07.40 Храм Шри Кайлаванатана Свами Девастханам, Шри-Ланка. (12+)  
08.10, 09.10 На скалах. (12+)  
10.10 Мифы: великие тайны человечества: Атлантида. (12+)  
11.15 Мифы: великие тайны человечества: Потоп. (12+)  
12.15 Загадки планеты Земля. (16+)  
13.05 Поезда, которые изменили мир. (16+)  
14.00 История авиации: Стена звука. (16+)  
15.00 Парк Мегиддо, Израиль. (12+)  
15.30 Церковь успеха Богородицы. (12+)  
16.00 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)  
17.05 На скалах. (12+)  
18.05 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)  
19.10 Загадки планеты Земля. (16+)  
20.00 Мифы: великие тайны человечества: Призраки и привидения. (12+)  
21.00 Мифы: великие тайны человечества: Обратни. (12+)  
22.05 Нюрнберг. Кровавые деньги. (16+)  
23.00 История без прикрас: Вьетнам. (12+)  
23.55 Ват Чум Кхонг, Луангпхабанг. (12+)  
00.25 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)  
01.20, 02.15 На скалах. (12+)

ДОКТОР

- 06.00 О самом главном. Чем заменить соль? (12+)  
06.55, 20.50, 04.50 Психодепрессия. (12+)  
07.20, 21.15, 04.20 #Навидео. Выпуск 3. (12+)  
07.50, 22.45 Доктор на работе. (12+)  
10.45 Эпидемия. Чума. (12+)  
1347 год. Разгар Столетней войны между Англией и Францией. Болезнь, которую позже окрестят «чёрной смертью», охватывает всю Европу. В Столетней войне наступает вынужденное перемирие.  
11.15 О самом главном. Что провоцирует гипертонию? (12+)  
12.15, 20.20, 01.35 Без халатов. (12+)  
12.40 Простые истины доктора Мясникова. Выпуск 6. (12+)  
13.10 Хитрая память. (12+)  
14.10 О самом главном. Как снизить давление? (12+)  
15.05 Доктор на работе. Лучшее. (12+)  
18.00 Пастер и Кох. Дуэль гигантов в мире микробов. (12+)  
19.50 Еда здорового человека. Молочные продукты. (12+)  
21.45 О самом главном. Как стать долгожителем? (12+)  
02.00 Тайны нашего тела. (16+)  
03.30 О самом главном. Спросите доктора. (12+)  
05.15 Научные сенсации. Продлить жизнь. (12+)



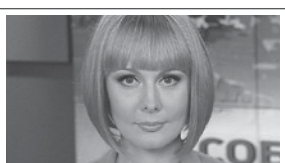
РОССИЯ К  
Культура



15.45  
«Энигма»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Настоящая война престолов
- 07.55 Шедевры старого кино
- 10.15 Власть факта
- 11.00 ХХ век
- 12.00 Открытая книга
- 12.55 «Целая жизнь» Бориса Пильняка»
- 13.40 «Князь Потёмкин. Свет и тени»
- 14.10 «ЦВЕТЫ ЗАПОЗДАЛЫЕ»
- 15.45 «Энигма»
- 16.45 Письма из провинции
- 17.15 «Запечатленное время»
- 17.45 Торжественное открытие XXVII Международного конкурса вокалистов
- 19.45 01.55 «Искатели»
- 20.35 Линия жизни
- 21.30 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА»
- 23.05 «2 Верник 2»
- 00.15 «ПЕТА ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВЕ НЕБЕСНОЕ»

ТВЦ ТВЦ



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «ТАЙНЫ ГОРОДА М: РАССВЕТ НАСТУПИТ НЕЗАМЕТНО». (16+)
- 11.30 События
- 11.55 «ТАЙНЫ ГОРОДА М: РАССВЕТ НАСТУПИТ НЕЗАМЕТНО». (16+)
- 12.35 «ТАЙНЫ ГОРОДА М: СЛЕД КУНИЦЫ». (16+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ТАЙНЫ ГОРОДА М: СЛЕД КУНИЦЫ». (16+)
- 17.00 «Легенды эстрады. Музыка нас связала». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «ДУЭЛЬ КОРОЛЕВ». (12+)
- 20.00 «СТРЕКОЗА НАД ОМУТОМ». (16+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.05 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.40 «ТОНКАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 02.05 «Петровка, 38». (16+)

3 ТВ-3



08.40 Гадалка. (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 10.15 Новый день. (16+)
- 10.45 Гадалка. (16+)
- 14.30 Вернувшиеся. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Вернувшиеся. (16+)
- 17.00 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)
- 20.20 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (16+)
- 22.45 «ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕНЯ КИНУЛ». (16+)
- 01.00 «АГЕНТ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
- 02.30 «ЖЕСТОКИЕ ИГРЫ». (16+)
- 04.00 «В СТРАНЕ ФЕЙ». (6+)

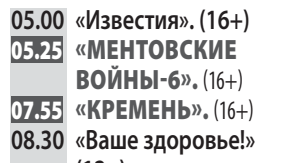
ДОМАШНИЙ



11.40 «Порча». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.20 Давай разведёмся! (16+)
- 08.20 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 «Понять. Простить». (16+)
- 11.40 «Порча». (16+)
- 12.45 «Знахарка». (16+)
- 13.20 «Верну любимого». (16+)
- 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.30 «Кризисный центр». (16+)
- 19.00 «НА ДВОИХ НЕ ДЕЛИТСЯ». (16+)
- 23.20 Уютное утро. (16+)
- 23.50 «Понять. Простить». (16+)
- 00.55 «Порча». (16+)
- 01.55 «Знахарка». (16+)
- 02.20 «Верну любимого». (16+)
- 02.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.15 Тест на отцовство. (16+)

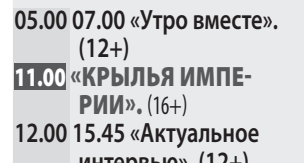
5 5-й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.25 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-6». (16+)
- 07.55 «КРЕМЕНЬ». (16+)
- 08.30 «Ваше здоровье!» (12+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «КРЕМЕНЬ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (16+)
- 01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.20 «Нулевая мировая». (16+)
- 10.10 «Память». (16+)
- 11.05 «Маршал Аганов». (12+)
- 12.05 13.25 «ДРУЖБА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
- 14.45 15.05 17.15 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (12+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 20.30 «Война миров». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.55 «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «КРЫЛЬЯ ИМПЕРИИ». (16+)
- 12.00 15.45 «Актуальное интервью». (12+)
- 12.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 12.30 17.45 «Современники». (12+)
- 13.00 «МЕДСЕСТРА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 17.30 «Общее дело». (12+)
- 15.15 «Формула здоровья». (12+)
- 16.30 «ОТМЕНА ВСЕХ ОГРАНИЧЕНИЙ». (16+)
- 18.15 «Содружество «Донбасс». (12+)
- 18.30 «Великий, могучий». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 02.15 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 20.30 01.45 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.15 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «УМНИК». (12+)
- 02.45 «Футбол губернии». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Игра миллионов». (12+)
- 06.30 «Большой хоккей». (12+)
- 07.00 10.00 11.30 14.55 Новости
- 07.05 15.00 18.15 21.15 23.15 Все на Матч!
- 10.05 Небесная грация. (0+)
- 10.25 Автоспорт. Российская Дрифт серия. (6+)
- 11.35 Лица страны. (12+)
- 11.55 Бокс. Чемпионат России. Мужчины. Прямая трансляция из Иркутска
- 15.55 Хоккей. МХК «Динамо» (Москва) - «СКА-1946» (Санкт-Петербург). ОЛИМПЕТ Чемпионат МХЛ. Прямая трансляция
- 18.45 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 21.45 Бильярд. Кубок мира. Прямая трансляция
- 00.00 «Центральный круг». (12+)
- 00.30 «Манчестер Юнайтед. Вперёд к славе». (12+)
- 01.50 Боулинг. BetBoom Кубок КЛБ. Про-тур. (0+)
- 06.00 13.05 Регби. Чемпионат России. Финал. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Боулинг. Кубок КЛБ. Про-тур. (0+)
- 10.05 Автоспорт. «Крепость Грозная». (6+)
- 11.05 23.20 Спецрепортаж. (12+)
- 11.25 18.55 03.55 «Большой хоккей». (12+)
- 11.55 Стрельба из лука. (0+)
- 14.55 02.05 «Что за спорт?» (12+)
- 15.25 22.50 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.00 Волейбол. Кубок легенд. Финал 4-х. Финал. (6+)
- 17.55 Автоспорт. Российская Дрифт серия. (6+)
- 19.25 02.30 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 21.10 Бокс. Чемпионат России. (16+)
- 23.55 Футзал. Суперлига. (0+)
- 01.45 Лица страны. (12+)
- 04.25 Бильярд. Кубок мира. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Музитив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.05 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. (16+)
- 11.00 10 самых! (16+)
- 11.30 Без курюр. (16+)
- 12.00 Топ15 Like FM. (16+)
- 13.00 Приехали. (16+)
- 13.30 Перемотка. (16+)
- 14.30 Хиты по-русски. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Плейлист. (16+)
- 17.00 Новое Радио. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Сплетни-шейкер. (16+)
- 19.00 Премия МУЗ-ТВ 2024 Возвращение. (16+)
- 22.00 Народное диско. (16+)
- 23.00 Танцпол. (16+)
- 23.30 Dance chart. (16+)
- 00.30 Танцпол. (16+)
- 02.00 Музитив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.35 «ПУТЕШЕСТВЕННИЦА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)
- 07.50 «УБИЙСТВА В...». (18+)
- 09.45 «ТЕНИ НА СОЛНЦЕ». (16+)
- 11.45 «ГОНКА». (16+)
- 14.05 «ВОСКРЕШАЯ ЧЕМПИОНА». (16+)
- 16.20 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
- 19.00 «ТЁМНЫЕ ТАЙНЫ». (16+)
- 21.10 «ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)
- 23.00 «УБИЙСТВА В...». (18+)
- 01.00 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)
- 02.40 «ВОСКРЕШАЯ ЧЕМПИОНА». (16+)
- 04.30 «ГОНКА». (16+)
- 05.30 «Смешарики». «Три кота». Мультсериалы. (6+)
- 07.05 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 09.40 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 11.30 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
- 13.20 «ТЕНЬ ЗВЕЗДЫ». (16+)
- 15.05 «ЗЕЛЁНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 17.00, 18.00 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 19.00 «НОВОГОДНИЙ ОЛИМПИОЗИВ». (12+)
- 20.45 «СНЕГУРОЧКА ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 22.20 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
- 00.15 «ЮРА ДВОРНИК». (16+)
- 01.55 «БАБКИ». (16+)
- 02.55 «ГРОМКАЯ СВЯЗЬ». (16+)
- 04.15 Мультфильмы. (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.40 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 08.10 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
- 09.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 11.50 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 00.55 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)
- Россия, 2000 г. В ролях: Семен Стругачев, Виктор Бычков, Алексей Булдаков, Андрей Федорцов
- За окном морозы и метель но на кордоне у Кузьмика всегда есть, чем согреться!
- 02.15 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3. ГУБЕРНАТОР». (16+)
- 03.55 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00, 10.00, 17.40, 03.45 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 09.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 17.20 «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 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.15 Суббота News 2024. (16+)
- 00.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 01.20, 02.00 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 02.40 «Распрекрасный принц». Мультфильм. (6+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.55 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 12.20 «КУХНЯ». (12+)
- Макс разывается между женой и братом.
- 16.15 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- Семья Ворониных отдыхает на даче... Но какой может быть отдых, если Николай затеял ремонт?
- 22.00 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- Свадьба Полины и Антона превращается в арену боевых действий...
- 00.40 «МАРГОША». (16+)
- Андрей допытывается у Марго чего же она на самом деле хочет...
- 04.30 «Три кота». (0+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.35 «Винтик и Шпунтик - весёлые мастера». Мультфильм. (0+)
- 06.55 «ПРОЩАЛЬНАЯ ГАСТРОЛЬ «АРТИСТА». (12+)
- 08.25 «ВЫГОДНЫЙ КОНТРАКТ». (12+)
- 13.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (16+)
- 15.00 «ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
- 16.50 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (12+)
- 18.25 «... ПО ПРОЗВИЩУ «ЗВЕРЬ». (18+)
- СССР, 1990 г.
- 20.00 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 22.35 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
- 00.10 «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
- 01.35 «БОГАЧ, БЕДНЯК...». (18+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «И ТЫ УВИДИШЬ НЕБО...». (12+)
- 06.25 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Осанна. (0+)
- 12.05 День Патриарха. (0+)
- 12.20, 12.50, 13.20 Монастырская кухня. (0+)
- 13.50 Моя большая семья. (6+)
- 14.50 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ». (0+)
- 16.30 «ДВА КАПИТАНА». (0+)
- СССР, 1955 г. По одноименному роману В. Каверина.
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с субтитрами). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с субтитрами). (12+)
- 20.30 Свидетели Христа. Мученики первых веков. 3 серия. (6+)
- 21.35 Святые целители. Преподобномученица Елисавета Феодоровна. Часть 2. (0+)
- 22.05 Следы империи. (12+)
- 23.40 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 00.40, 01.10, 01.40, 02.10 Поле битвы. (16+)
- 02.40 Свидетели Христа. Мученики первых веков. 3 серия. (6+)
- 03.35 Старцы: Иоанн Шанхайский. (0+)
- 04.05 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

Православный календарь

11 октября  
Седмица 16-я по Пятидесятнице. Глас 6.  
Прп. Харитона Исповедника.



Прп. схимонаха Кирилла и схимонахини Марии, родителей прп. Сергия Радонежского. Прор. Варуха. Мчч. Александра, Алфея, Зосимы, Марка пастыря, Никона, Неона, Илиодора и прочих. Блгв. кн. Вячеслава Чешского. Прп. Харитона Сянжемского. Прп. Иродиона Илозерского. Собор преподобных отцов Киево-Печерских, в Ближних пещерах (прп. Антония) почивающих. Обретение мощей прмц. вел. кн. Елисаветы. Мц. Анны. Прмц. Илариона, прмц. Михаила. Прмц. Татианы.

Постный день.

«И откроется на Страшном Суде, что единственным смыслом жизни на земле была Любовь!»

Митр. Антоний Сурожский



ПЕРВЫЙ



16.50 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «В поисках Шамбалы». (12+)
11.05 «ПроУют». (0+)
12.15 Поехали! (12+)
13.15 «ВНИМАНИЕ, ЧЕРЕПАХА!» (0+)
14.55 «СЛУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА». (0+)
16.50 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Родня». Музыкальный детектив. (12+)
19.55 «Эксклюзив». (16+)
21.00 «Время»
21.35 «Сегодня вечером». (16+)
23.30 Бокс. Прямая трансляция из Саудовской Аравии
00.30 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ



12.55 «Судьба человека» с Б. Корчевниковым. (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.50 «Доктор Мясников». (12+)
12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.50 «Парад юмора». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
20.50 Вести. Местное время
21.00 «НЯНЬКА ДЛЯ РОГОЖИНЫХ». (16+)
00.40 «ОСЕННЯЯ МЕЛОДИЯ ЛЮБВИ». (12+)
04.15 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». (16+)

НТВ



19.00 «Центральное телевидение»

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.20 «Жди меня». (12+)
07.20 «Смотр». (0+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 Поедем, поедим! (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Попутчик». (16+)
14.15 «Своя игра». (0+)
15.10 16.20 «Секрет на миллион». (16+)
17.20 ЧП. Расследование. (16+)
18.00 Следствие вели... (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 Ты не поверишь! (16+)
21.20 «Чудо». (6+)
23.20 «Международная пилорама». (18+)
00.05 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
00.45 Квартирник НТВ. (16+)
02.10 «Дачный ответ». (0+)
03.00 «ВЗЛОМ». (16+)

СТС



07.30 ПроСТО кухня. (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
07.15 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
07.30 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
08.30 Просто завтрак. (16+)
10.00 Премьера. «100 мест, где поесть». (16+)
11.00 Семейные игры. Битва за Олимп. (16+)
12.40 Уральские пельмени. (16+)
12.45 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (16+)
14.45 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (16+)
16.35 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+)
18.35 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)
21.00 «ДЖУМАНДЖИ: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)
23.25 «КРУИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ». (16+)
01.35 «ОСАДА РОБИН ГУДА». (18+)

ТНТ



11.30 «Битва экстрасенсов». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)
10.30 «Вызов». (16+)
Когда-то в Вологде проходил великий чайный путь. Теперь свой путь здесь предстоит пройти участникам спортивно-интеллектуального шоу «Вызов», в котором молодые учёные и звёзды шоу-бизнеса сообща борются на 5 миллионов.
11.30 «Битва экстрасенсов». (16+)
15.50 «Экстрасенсы. Реванш». (16+)
21.00 «Ярче звёзд». (16+)
23.00 «Женский стендап». (18+)
00.00 «Игры без границ». (16+)
01.45 «Я тебе не верю». (16+)
02.35 «Импровизация. Команды». (18+)
04.10 «Студия «Союз». (16+)
04.55 «Импровизация». (16+)
05.45 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)

РЕН



09.00 «Минтранс». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «Добровэфире». (16+)
19.30 «Новости». (16+)
20.00 «ШАН-ЧИ И ЛЕГЕНДА ДЕСЯТИ КОЛЕЦ». (16+)
22.35 «ЗОНА 414». (16+)
00.30 «ВСПОМНИТЬ ВСЕ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- 05.00 Гастротур. (16+)
06.00 Секреты на кухне. (16+)
07.00 Четыре дачи. (16+)
08.30 Мама Пятницы. (16+)
09.00 Четыре свадьбы. Международный сезон. (16+)
11.50 Четыре дачи. (16+)
13.10 Четыре свадьбы. (16+)
23.10 Свадьба вслепую. (16+)
00.40 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕРА». (16+)
02.10 Пятница News. (16+)
02.40 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (18+)
04.00 Черный список. (16+)
05.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.30 «Зови меня мамой». (16+)
«Зови меня мамой» - первое в России реалисти об усыновлении! Везь путь усыновителей от сбора документов и школы приемных родителей до усыновления детей и их жизни в обретенной семье. «Зови меня мамой» - реалисти о людях с большим сердцем.
11.05 «Няня особого назначения». (16+)
14.30 «Чудо из ада». (12+)
17.55 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.10 «Измены». (16+)
03.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)
06.00 «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ». (16+)
09.00 Тревел-блог Че! (16+)
11.30 «ДЕСАНТУРА: НИКТО КРОМЕ НАС». (16+)
Бывшие республики Союза охвачены огнем. Но есть десантные войска - и нет задач невыполнимых.
20.30 Решала. (16+)
22.30 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
01.20 Большой каш. (16+)
02.10 iТопчик-2. (16+)
04.00 iТопчик. (16+)
04.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
05.00, 02.15 Мультфильмы. (6+)
05.45 Все, как у людей. (6+)
06.10 Точка на карте. (6+)
06.15 «ВНИМАНИЕ, ЧЕРЕПАХА!» (16+)
07.45 Любимые актеры 2.0. (16+)
08.20 Исторический детектив. (16+)
08.55 Диктор делает. (16+)
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00, 16.00, 18.30 Новости
10.10 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ!» (16+)
12.15, 16.15 «СЕРДЦА ТРЕХ». (16+)
18.00, 18.45 «ТАНЦОР ДИСКО». (16+)
21.05 «ХОЖДЕНИЕ ЗА ТРИ МОРЯ». (16+)
00.15 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (16+)
01.35 Наше кино. (16+)

ДЕТСКИЕ

- 05.00 Ранние пташки. «Просто о важном. Про Миру и Гошу». «Три кота». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Беби Борн». (0+)
07.45 «Петроникс». (0+)
08.10 «Черепашки». (0+)
09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
09.20 «Геройчики». (0+)
11.00 «Семья на ура!» (0+)
11.25 «Барбоскины». (0+)
13.00 Крутые реалисти «Футбол-шоу». (6+)
Звездные наставники собрали дружные команды мальчиков и девочек для участия в захватывающем и крутом реалисти-шоу! Ребята ждут интересные испытания, живые эмоции и настоящие переживания!
13.30 «Ералаш». (6+)
15.00 «Это супер!» (0+)
15.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
19.45 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
Отважные Смешарики отправляются в самое сердце джунглей, где их ждут опасные приключения, свирепые туземцы, до зубов вооруженные гаджетами, расквитатели гробниц и невероятные испытания. Задача проста - всего-навсего спасти мир!
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
22.35 «Дикие скричеры!» (6+)
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)
23.25 «Ералаш». (6+)
01.05 «Простоквашино». (0+)
02.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)
04.00 «Буба». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 00.00 Всемирное наследие. Россия. (12+)
00.55 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)
02.00 Звезда и смерть графа Вронского. (12+)
02.45, 07.00, 10.55, 14.55, 18.45, 22.40 Во имя человечества. (12+)
03.10, 07.20, 11.20, 15.15 Непокорённые. (12+)
03.55 Россия научная. Великие имена. (12+)
04.20 Монологи императоров. (16+)
05.05, 13.05, 17.00 Сквозь времена. (12+)
05.40 Николай Некрасов. Тайна парадного портрета. (12+)
06.15, 10.10 Школа русских побед. (12+)
08.05, 09.00 Забытые войны России. (12+)
09.55 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
12.05 Историада. (12+)
13.35 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)
14.10 Два дела Феликса Дзержинского. (12+)
16.05 Эхо блокады. (12+)
17.30 Как Пётр Эссен спас город Петра. (12+)
18.00 Два дела Феликса Дзержинского: Заговор послов. (12+)
19.10, 23.15 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+)
20.00, 21.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
22.05 Вокруг света на «Невес» и «Надежде». Получилось! (12+)
06.10 Исторический дом Табатабаи, Иран. (12+)
06.40 Мифы: великие тайны человечества: Сокровища Нибелунгов. (12+)
07.40 Мифы: великие тайны человечества: Святой Грааль. (12+)
08.40 Мифы: великие тайны человечества: В поисках человека-мотылька. (12+)
09.40, 10.40, 11.45 Реставрация Нотр-Дам. (12+)
12.45 Тайны утраченного ковчега: Захвачен римскими легионами. (12+)
13.40 Тайны утраченного ковчега: Закопан под Иерусалимом. (12+)
14.30 Тайны утраченного ковчега: Иеремия. (12+)
15.20, 16.10 Загадки планеты Земля. (16+)
17.00, 17.55, 18.50 Эпоха Дианы. (16+)
19.45, 20.40, 21.35 Королевский гид: Уэльс. (16+)
22.35 История без прикрас: Операция «Оверлорд»: масштабная победа? (12+)
23.35 История без прикрас: Британская империя: модель деколонизации? (12+)
00.35 История без прикрас: Швейцария и Вторая мировая: пример нейтралитета? (12+)
01.35 История без прикрас: Рональд Рейган. (12+)
02.30 Нюрнберг. Кровавые деньги. Суд над промышленниками. (16+)
03.15, 04.10, 05.05 На скалах. (12+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серьезные фильмы (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.



РОССИЯ К  
Культура



09.30 «Мы - грамотеи!»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Человечка нарисовал я»
- 08.00 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА»
- 09.30 «Мы - грамотеи!»
- 10.10 «Сергей Снежкин». 70 лет Сергею Снежкину «ЭЙ, НА ЛИНКОРЕ!»
- 11.35 «Земля людей»
- 12.05 Черные дыры. Белые пятна
- 12.45 01.50 «Страна птиц»
- 13.30 «Рассказы из русской истории»
- 14.45 «Острова»
- 15.25 «АЙБОЛИТ-66»
- 16.55 Большие и маленькие
- 19.00 «Энциклопедия загадок»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 «ВИЗИТ ДАМЫ»
- 22.00 «Агора»
- 23.05 Клуб «Шаболовка, 37»
- 00.10 «КАК БЫТЬ ЛЮБИМОЙ»
- 02.30 «Как один мужик двух генералов прокормил»

ТВЦ



06.40 «Православная энциклопедия». (6+)

- 06.40 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.05 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕПЕСТОК». (12+)
- 09.00 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.35 «Твой ласковый и нежный зверь». (6+)
- 10.05 «Мифы о еде. Завтраки». (16+)
- 10.55 «Просто & вкусно». (6+)
- 11.30 14.30 23.40 События
- 11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
- 12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
- 13.05 14.45 «РЕПЕЙНИК». (12+)
- 17.10 «РОМАН С СЕКРЕТОМ». (16+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным
- 22.10 «Право знать!» (16+)
- 23.50 «Суд истории. Абхазский излом». (16+)
- 00.40 «Болезни королевского двора». (16+)
- 01.25 Специальный репортаж. (16+)

3 ТВ-3



08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 10.00 «Королевские каникулы». (6+)
- 14.00 «ТЕМНОЕ НАСЛЕДИЕ». (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 «ТЕМНОЕ НАСЛЕДИЕ». (16+)
- 16.30 18.10 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 19.00 «ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ». (16+)
- 20.45 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.45 «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (16+)
- 01.15 «ИДЕАЛЬНОЕ АЛИБИ». (18+)
- 02.45 «ОХОТНИК С УОЛЛ-СТРИТ». (16+)
- 04.30 «ОСТРОВ ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)

ДОМАШНИЙ



09.40 Уютное утро. (16+)

- 06.30 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ГОСТЬЯ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 07.45 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: СЕМЬ СЕСТЕР». (16+)
- 09.40 Уютное утро. (16+)
- 10.10 «АДВОКАТ ДЛЯ СБЕЖАВШЕГО ЖЕНИХА». (16+)
- 14.35 «ПО СТУПЕНЯМ ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 23.05 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ОПАСНЫЙ ПЕРЕПЛЁТ». (16+)
- 01.00 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ГРАФСКИЙ ПАРК». (16+)
- 02.35 «Эффект Матроны». (16+)
- 03.15 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)
- 06.25 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ОПАСНЫЙ ПЕРЕПЛЁТ». (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 09.00 «Страна советов». (16+)
- 09.30 «Новая». (12+)
- 10.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 18.55 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-4». (16+)
- 20.35 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 01.05 «Светская хроника». (16+)
- 02.10 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.35 «НА ЗЛАТОМ КРЫЛЬЦЕ СИДЕЛИ...» (6+)
- 07.55 «Морской бой». (6+)
- 09.20 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». (12+)
- 11.10 Мужики. (16+)
- 14.45 «Забывшие войны России». (16+)
- 19.25 «ПРИКАЗ: ОГОНЬ НЕ ОТКРЫВАТЬ». (12+)
- 21.25 «ПРИКАЗ: ПЕРЕЙТИ ГРАНИЦУ». (12+)
- 23.25 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». (12+)
- 01.10 «АДМИРАЛ УШАКОВ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Машинки-помощники». (0+)
- 11.00 «ОТМЕНА ВСЕХ ОГРАНИЧЕНИЙ». (16+)
- 12.00 «Собрание сочинений». (12+)
- 12.15 «Точка.ру». (12+)
- 12.45 «Интервью». (12+)
- 13.00 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «УМНИК». (12+)
- 15.30 01.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Точка.ру». (12+)
- 20.15 «Современники». (12+)
- 20.45 «Понятная политика». (12+)
- 21.00 «ЖЕНЩИНА В МОРЕ». (16+)
- 22.15 «Такие разные». (12+)
- 23.15 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 23.45 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. (12+)
- 01.45 «Малая сцена». (12+)
- 03.15 «ПУТЬ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 Футбол. Перу - Уругвай. Чемпионат мира-2026. Отборочный турнир. Прямая трансляция
- 06.30 «Центральный круг». (12+)
- 07.00 10.00 14.20 Новости
- 07.05 18.20 21.00 Все на Матч! (0+)
- 10.05 М/с «Команда матч». (0+)
- 10.25 «Льюис Хэмилтон». (12+)
- 11.55 Бокс. Чемпионат России. Мужчины. Прямая трансляция из Иркутска
- 14.25 Регби. Сборная России - «Барбаранс». Товарищеский матч. Прямая трансляция
- 22.00 Бокс. (16+)
- 00.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 05.30 «Что за спорт?» (12+)
- 06.00 Волейбол. Кубок легенд. Финал 4-х. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 Футзал. «Ухта» - «Тюмень». Суперлига. (0+)
- 09.45 20.55 Небесная гонимая. (12+)
- 10.05 Автоспорт. (6+)
- 11.05 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 12.30 18.25 05.30 Страна смотрит спорт. (12+)
- 13.05 «Парусный спорт» (12+)
- 13.30 «Век нашего спорта». (12+)
- 14.00 01.45 Спецрепортаж. (12+)
- 14.25 04.05 «Сюрплас». (12+)
- 14.50 04.35 Автоспорт. Кубок России. (6+)
- 15.55 04.55 Волейбол. Кубок легенд. Финал 4-х. (6+)
- 17.55 «Большой хоккей». (12+)
- 21.10 Бокс. Чемпионат России. (16+)
- 22.50 Велоспорт. ВМХ. Кубок России. Финал. (0+)
- 23.55 Футзал. Суперлига. (0+)
- 02.15 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.25 «Пончары. Глобальное закружение». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
- 10.35, 11.35, 12.45, 13.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 14.55 «ЭСПЕН В КОРОЛЕВСТВЕ ТРОЛЛЕЙ». (6+)
- 17.00 «ЭСПЕН В ПОИСКАХ ЗОЛОТОГО ЗАМКА». (6+)
- 19.00 «НИЧЕГО, КРОМЕ ПРАВДЫ». (18+)
- 21.05 «ГОРОД НА ГРАНИЦЕ». (18+)
- 23.20 «ТЕМНЫЕ ВОДЫ». (16+)
- 01.40 «ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО». (18+)
- 03.30 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 05.10 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
- 05.30 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 06.40 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.25 «Три кота». Мультсериал. (16+)
- 10.00, 10.55, 11.45, 12.45, 13.45 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 14.50 «СНЕГУРОЧКА ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 16.20 «МОЙ ПАПА НЕ ПОДАРОК». (12+)
- 18.20 «СИНДРОМ». (16+)
- 20.00 «СОВРИ МНЕ ПРАВДУ». (16+)
- 21.45 «С ПЯТИ ДО СЕМИ». (16+)
- 23.45 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
- 01.40 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)
- 03.10 «АРИТМИЯ». (16+)
- 04.55 «Три толстяка». Мультфильм. (6+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 11.25 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.55 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.20 «БАТЯ». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БАБКИ». (16+)
- 00.10 «ТРЕЗВЫЙ ВОДИТЕЛЬ». (16+)
- 02.00 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.05 «БЕДНЫЕ РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 05.55 «Волки и овцы: Ход свиной». Мультфильм. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 10.05 «Три богатыря



ПЕРВЫЙ

21.00  
«Время»

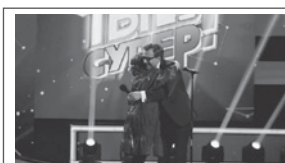
- 06.00 Новости  
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)  
06.50 Играй, гармонь любимая! (12+)  
07.35 «Часовой». (12+)  
08.05 «Здоровье». (16+)  
09.10 «Непутевые заметки». (12+)  
09.30 «Мечталлион». (12+)  
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Жизнь своих». (12+)  
11.05 «Повара на колесах». (12+)  
12.15 «Видели видео?» (0+)  
13.30 Концерт ко Дню работника сельского хозяйства. (12+)  
15.05 «АЙБОЛИТ-66». (0+)  
16.55 «Джентльмен удачи. Смешной до слез». (12+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.00 «Точь-в-Точь». (16+)  
21.00 «Время»  
23.00 «Что? Где? Когда?» (16+)  
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1

08.35 «Когда все дома»  
с Тимуром Кизяковым

- 06.40 «Смотрим мультфильмы»  
07.20 «В кругу друзей»  
08.00 Местное время. Воскресенье  
08.35 «Когда все дома»  
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым  
10.10 Сто к одному  
11.00 Вести  
11.30 Большие перемены  
12.30 «Истории Большой Страны». (12+)  
13.30 «ФАНТАЗЁР». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
15.00 «Юморина-2024». (16+)  
17.00 Вести  
17.50 «Песни от всей души». (12+)  
20.00 Вести недели  
22.30 Москва. Кремль. Путин  
23.00 «Европа против России. Крестonosцы Гитлера». (16+)  
23.50 Воскресный вечер. (12+)  
02.25 «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ». (16+)

НТВ

20.20 «Ты супер!»  
(6+)

- 04.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
06.30 «Центральное телевидение». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)  
10.00 «Сегодня»  
10.20 «Первая передача». (16+)  
11.00 «Чудо техники». (12+)  
12.00 «Дачный ответ». (0+)  
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)  
14.05 «Однажды...» (16+)  
15.00 «Своя игра». (0+)  
16.00 «Сегодня»  
16.20 Человек в праве. (16+)  
17.00 «Следствие вели...» (16+)  
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)  
19.00 «Итоги недели»  
20.20 «Ты супер!» (6+)  
23.00 «Звезды сошлись». (16+)  
00.40 «Основано на реальных событиях». (16+)  
04.05 «Таинственная Россия». (16+)

СТС

06.00 Ералаш.  
(0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
07.00 Премьера. «Отели «У овечек». (0+)  
07.15 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
08.00 «100 мест, где поеть». (16+)  
09.00 Премьера. Кто круче всех? (16+)  
10.00 Премьера. Наука в шоке. (16+)  
11.05 Премьера. Безумные изобретения. (12+)  
11.40 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
12.05 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)  
14.35 «ДЖУМАНДЖИ: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)  
17.00 Премьера. Суперниндзя. (16+)  
20.45 «ВЕНОМ». (16+)  
22.45 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)  
00.40 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)  
02.20 Сториз. (16+)  
04.35 «6 кадров». (16+)  
05.05 «Мультфильмы». (0+)  
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ

23.30 «Шоу Воли».  
(16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
09.35 «Битва экстрасенсов». (16+)  
15.50 «Экстрасенсы. Реванш». (16+)  
18.30 «Звёзды в джунглях». (16+)  
В новом реалити «Звёзды в джунглях» зрители будут наблюдать за тем, как селебрити попробуют выжить в джунглях и не съесть друг друга в борьбе за несколько десятков миллионов рублей.  
21.30 «Игры без границ». (16+)  
23.30 «Шоу Воли». (16+)  
00.30 «Ярче звёзд». (16+)  
02.10 «Импровизация. Команды». (18+)  
03.45 «Студия «Союз». (16+)  
04.30 «Импровизация». (16+)  
05.10 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
07.00 «С бодрим 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+)  
14.20 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)  
16.25 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)  
18.25 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)  
21.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-4». (16+)  
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)  
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)  
06.10 Секреты на кухне. (16+)  
06.40 Четыре дачи. (16+)  
08.30 Мама Пятницы. (16+)  
09.00 Запретный Китай. (16+)  
10.00 Как люди живут. (16+)  
12.00 23.00 Запретный Китай. (16+)  
13.00 21.00 Как люди живут. (16+)  
14.20 Погнали! (16+)  
00.00 «ДЖОН УИК-2». (16+)  
02.10 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (18+)  
03.30 Пятница News. (16+)  
04.00 Черный список. (16+)

Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)  
10.00 «Голодным не смотреть!». (16+)  
Новое кулинарное тревел-шоу «Голодным не смотреть!», в котором ведущие - Виктор Поставалов и Александра Симоненко - будут биться за ресторан на колесах. Достанется он тому, кто точнее повторит все блюда самых известных шеф-поваров России.  
11.05 «Чадо из ада». (12+)  
14.35 «Мама в 16». (16+)  
17.40 «Бывшие 2.0». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.00 «Измены». (16+)  
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. Самое смешное. (16+)  
06.10 Утилизатор. (12+)  
06.40 Утилизатор. (16+)  
08.00 Утилизатор. (12+)  
08.30 Утилизатор. (16+)  
10.00 «СОЛДАТЫ». (16+)  
19.30 Решала. (16+)  
22.30 «+100500». (16+)  
23.00 «+100500». (18+)  
01.20 Большой кэш. (16+)  
Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность.  
02.10 Утилизатор. (12+)  
02.40 Утилизатор. (16+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (6+)  
06.40 «ХОД КОНЕМ». К 90-летию С. Крамарова. (16+)  
08.20 Наше кино. Неувядающие. К 90-летию С. Крамарова. (16+)  
08.55 Диктор делает. (16+)  
09.30 Фазендалайф. (6+)  
10.00, 16.00 Новости  
10.15, 16.20, 19.30 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». (16+)  
В ролях: Сергей Безруков, Александр Коршунов, Дарья Мороз  
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)  
20.00, 01.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)  
Сериал. Детектив, криминальный фильм, Россия, 2012 г. В ролях: Иван Охлобыстин, Наталия Антонова, Елена Николаева

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.00 «Календарь». (6+)  
12.15 Кино на все времена. (12+)  
15.50 «В поисках Пушкина...» (12+)  
17.00 «День вместе». (12+)  
17.30 «Неделя». (12+)  
18.00 «Территория успеха». (12+)  
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)  
19.45 «О ЛЮБВИ». (12+)  
21.00 «ПОСЛЕДНЕЕ МЕТРО». (16+)  
00.40 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)  
02.25 «СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ». (12+)

ПОБЕДА

- 04.30 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (16+)  
06.00 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (16+)  
08.20 «ЛЁТЧИК». (16+)  
10.10 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)  
12.10 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)  
15.50 «ШТРАФБАТ». (16+)  
Под руководством Василия Твердохлебова, майора РККА, воюет штрафной батальон, намертво сплотивший судьбы самых разных людей... Несмотря на разницу во взглядах, воспитании и мировоззрении, все они встанут плечом к плечу перед лицом общего врага.  
01.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)  
02.40 «СОЛДАТИК». (12+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Лапозавры», «Лунтики». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Беби Борн». (0+)  
Малышка Эмма со своими друзьями и медвежонком Тебби каждый день придумывает себе интересные занятия, используя воображение. Вместе они покажут по небу на велосипедах, приготовят вкусные кексы, научатся ухаживать за щенком и даже устроить ночной кемпинг!  
07.45 «Петроникс». (0+)  
08.10 «Тайны радужного кристалла». (0+)  
Волшебные приключения принцесс семи королевств в мире людей.  
09.00 «Еда как в сказке». (0+)  
Есть такая примета: если начать день со сказки, то он обязательно будет волшебным! Актриса Дарья Сагалова и ее дочери Стеша и Милослава в это верят и готовят, рассказывая сказки народов России. Ведь из любой сказки можно извлечь не только урок, но и вкусный рецепт!  
09.25 «Волшебная кухня». (0+)  
11.00 «Студия красоты». (0+)  
«Студия красоты» с Катей Долгооруковой - место, где создаются гармоничные образы для любого случая! Дружеская вечеринка, школьный бал, участие в конкурсе чтецов - повод для встреч будут самые интересные и необычные!  
11.15 «Команда Флоры». (0+)  
13.00 «Кошечки-собачки». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 15.00 «У меня лапки». (0+)  
«У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.  
15.30 «Три кота». (0+)  
18.25 «Маша и Медведь». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Ум и Хрум». (0+)  
Сериал о вкусных приключениях двух обаятельных друзей-монстриков.  
22.35 «Дикие скричеры!» (6+)  
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.25 «Ералаш». (6+)  
01.05 «Простоквашино». (0+)  
02.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)  
04.00 «Буба». (6+)

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00, 16.00, 20.00, 00.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)  
11.00 «Монски». (0+)  
«Монски» - детский развивающий мультсериал, который показывает наши с вами эмоции. На самом деле всё происходит на другой планете, покрытой водой, а герои в любой момент могут оказаться в совершенно любой точке планеты. Там есть Пещера Жадности, Море Любви и многие другие интересные локаций. Монски не так много, а если они не могут обуздать свои чувства, чтобы вернуться на родной остров, то можно воспользоваться мостами!

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Монологи императоров. (16+)  
00.50, 09.10, 13.10 Сквозь времена. (12+)  
01.20 Николай Некрасов. Тайна парадного портрета. (12+)  
01.55 Обыкновенная история. (6+)  
02.05, 06.20 Школа русских побед. (12+)  
02.50, 07.00, 11.00, 14.50, 18.40, 22.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)  
03.10, 07.25, 11.25 Непокорённые. (12+)  
04.00, 04.50 Забытые войны России. (12+)  
05.45 Личность в истории. (12+)  
08.10 Историада. (12+)  
09.40 Владимир Даль. Жизнь в поисках клада. (12+)  
10.15 Два дела Феликса Дзержинского. (12+)  
12.10 Эхо блокады. (12+)  
13.35 Как Пётр Эссен спас город Петра. (12+)  
14.05 Два дела Феликса Дзержинского: Заговор послов. (12+)  
15.15, 19.10, 23.10 Известные сражения Великой Отечественной. (12+)  
16.05, 17.05 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)  
18.10 Вокруг света на «Неве» и «Надежде». Получилось! (12+)  
20.00 Карибский кризис. (12+)  
20.45 Северный морской путь. (16+)  
21.50 Возврату подлежат. Долгий путь домой. (12+)

VJU HISTORY

- 06.10 Мифы: великие тайны человечества: Бермудский треугольник. (12+)  
07.00 Мифы: великие тайны человечества: Проклятые фараоны. (12+)  
08.05 Мифы: великие тайны человечества: Атлантида. (12+)  
09.00 Мифы: великие тайны человечества: Потоп. (12+)  
10.05 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)  
11.05, 12.05 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)  
13.10, 14.00, 14.55 Тайны утраченного ковчега. (12+)  
15.45, 16.35, 17.25 Загадки планеты Земля. (16+)  
18.15, 19.10 Цезарь. Война судного дня. (16+)  
20.00, 21.00 Жизнь римского солдата. (16+)  
22.05 История без прикрас: Холодная война. (12+)  
23.00 История без прикрас: Оккупированная Европа. (12+)  
00.00 История без прикрас: Нацизм. (12+)  
01.00 История без прикрас: Кредитный кризис. (12+)  
01.55 Мифы: великие тайны человечества: Призраки и привидения. (12+)  
02.50 Мифы: великие тайны человечества: Обратни. (12+)  
03.45 Аграрен Ки Баоли, Индия. (12+)  
04.10 Гоа Гаджа, Индонезия. (12+)  
04.40 Пура Гунунг Кави, Индонезия. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 15.40 В ожидании вечной жизни. (12+)  
06.55, 16.40, 03.30 Псих. Пограничное расстройство личности. (18+)  
07.20, 17.05, 03.55 Под контролем. Мифы об имунитете. (12+)  
07.50, 17.35, 04.25 Научные сенсации. Новые тела. (12+)  
08.40 Дети мечты. (12+)  
09.40, 19.20 Доктор, мне только спростить. Андрей Каприн. (12+)  
10.10, 10.40, 19.50, 20.15 Большой скачок. (12+)  
11.10 О самом главном. Аллергия или простуда? (12+)  
12.05 Эпидемия близорукости. (12+)  
13.00, 23.20, 05.35 Эпидемия. Испанский грипп. (12+)  
13.30, 23.50 Эпидемия. Туберкулез. (12+)  
13.55, 00.20, 05.10 Медицина будущего. Запчасти для homo sapiens. (12+)  
14.25, 00.50 Медицина будущего. (12+)  
14.55, 01.15 Простые истины доктора Мясникова. Выпуск 7. (12+)  
15.25, 01.40 Просто о здоровье с доктором Никулиной. Осенняя хандра. (12+)  
18.25 О самом главном. Как снизить давление? (12+)  
20.45 Тайны нашего тела. (16+)  
22.25 О самом главном. Чем заменить соль? (12+)  
01.55 Пастер и Кох. Дуэль гигантов в мире микробов. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



17.40 «Романтика романса»

- 06.30 «Золотая антилопа». «Пес в сапогах»
- 07.30 «АЙБОЛИТ-66»
- 09.05 01.25 Диалоги о животных
- 09.45 Больше, чем любовь
- 10.25 00.15 «СТОЯНКА Поезда - ДВЕ МИНУТЫ»
- 11.40 Неизвестные маршруты России
- 12.20 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 12.50 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 13.30 «Элементы» с Александром Боровским
- 14.00 «КАК БЫТЬ ЛЮБИМОЙ»
- 15.40 «Бенефис»
- 16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
- 17.10 «Пешком...»
- 17.40 «Романтика романса»
- 18.40 «Кино космос СССР»
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 «ВОСКРЕСЕНИЕ»
- 23.45 «Роман в камне»
- 02.05 «Искатели»

ТВЦ



14.30 Московская неделя

- 07.25 «СТРЕКОЗА НАД ОМУТОМ». (16+)
- 09.20 «ЖЕНЩИНЫ». (0+)
- 11.30 События
- 11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.35 «ТОНКАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Дорогие товарищи. Ограбление века». (16+)
- 15.55 «Охота на маньяка. Дело ночного таксиста». (16+)
- 16.45 Хроники московского быта. (12+)
- 17.35 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕНА». (16+)
- 21.40 «МЕСТЬ НА ДЕСЕРТ». (12+)
- 00.35 События
- 00.50 «МЕСТЬ НА ДЕСЕРТ». (12+)
- 01.35 «Петровка, 38». (16+)
- 01.45 «РЕПЕЙНИК». (12+)
- 04.45 «Александр Лазарев и Светлана Немоляева. Испытание верностью». (16+)

ТВ-3



08.00 Новый день. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.00 Новый день. (16+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 11.00 «Слепая». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «Слепая». (16+)
- 19.00 «БУДЬТЕ СЧАСТЛИВЫ!». (16+)
- 23.00 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 00.00 «ИНЦИДЕНТ В СИНДЖОКУ». (18+)
- Токио. 90-е годы. Ник по прозвищу «Железная голова» отправился в Токио на поиски своей возлюбленной, но попал в эпицентр гангстерских разборок. Его путь складывается таким образом, что он спасает инспектора полиции Китано.
- 02.00 «МЕДВЕЖЬЯ ХВАТКА». (16+)
- 05.15 «ОСТРОВ ОБРЕЧЕННЫХ». (16+)

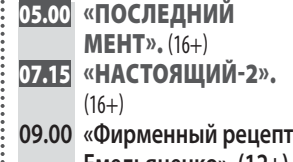
ДОМАШНИЙ



09.55 Пять ужинов. (16+)

- 06.30 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ОПАСНЫЙ ПЕРЕПЛЁТ». (16+)
- 08.05 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ГРАФСКИЙ ПАРК». (16+)
- 09.55 Пять ужинов. (16+)
- 10.10 «Я ВСЁ ИСПРАВЛЮ САМА». (16+)
- 14.40 «ЛЮБОВЬ НА КРАЮ СВЕТА». (16+)
- В свои 25 лет Яна Двинская занимает должность директора департамента ювелирной компании «Бриллиантовая слеза». Следующая её цель - пост вице-президента фирмы.
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 23.00 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ГОСТЬЯ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 01.00 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: СЕМЬ СЕСТЕР». (16+)
- 02.35 «Эффект Матроны». (16+)
- 03.20 «ОТ НЕНАВИСТИ ДО ЛЮБВИ». (16+)

5-й КАНАЛ



05.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)

- 07.15 «НАСТОЯЩИЙ-2». (16+)
- 09.00 «Фирменный рецепт с Емельяненко». (12+)
- 09.30 «НАСТОЯЩИЙ-2». (16+)
- 14.55 «НАСТОЯЩИЙ». (16+)
- 18.35 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
- 00.20 «ЛИЦЕМЕРЫ». (16+)
- 02.40 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- 04.10 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.05 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 13.10 «Код доступа». (12+)
- 15.40 «Секретные материалы». (16+)
- 17.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.55 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (12+)
- 02.55 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
- 11.00 «Точка.ру». (12+)
- 11.30 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Понятная политика». (12+)
- 14.15 «ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ». (16+)
- 16.00 «Эксперт». (12+)
- 16.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 16.30 «Просто жизнь». (12+)
- 17.00 Чемпионат России по гандболу. Суперлига. «Воронеж» - «Пермские медведи». (12+)
- 18.45 «Интервью». (12+)
- 19.00 «Формула здоровья». (12+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Современники». (12+)
- 20.30 «Точка.ру». (12+)
- 21.00 «ПУТЬ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)
- 22.45 «Такие разные». (12+)
- 23.45 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 00.30 «Документальное кино». (12+)
- 01.00 «Марафон». (12+)
- 02.00 «ЖЕНЩИНА В МОРЕ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 География спорта. (12+)
- 06.30 Автоспорт. G-Drive. «Крепость Грозная». (6+)
- 07.00 10.00 16.00 21.30 Все на Матч!
- 10.05 М/с «Команда матч». (0+)
- 10.25 «Марadona Кустурицы». (16+)
- 12.25 «Вы это видели». (12+)
- 13.55 Футбол. Первая Лига. Прямая трансляция
- 16.30 Баскетбол. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
- 19.00 Волейбол. Кубок легенд. Женщины. Финал 4-х. Прямая трансляция
- 22.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 00.00 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 00.30 «Льюис Хэмилтон». (12+)
- 01.55 Гандбол. Чемпионат России. OLIMPBET Суперлига. Женщины. (6+)
- 03.25 Новости. (0+)
- 06.00 Регби. Сборная России - «Барбаранс». Товарищеский матч. (12+)
- 07.50 Футзал. «Ухта» - «Юмень». Суперлига. (0+)
- 09.55 Бадминтон. Чемпионат России. (6+)
- 14.30 22.30 Лица страны. (12+)
- 14.50 Автоспорт. Российская Дрифт серия. Суперфинал. (6+)
- 15.55 Волейбол. Кубок легенд. Финал 4-х. (6+)
- 17.55 04.45 Спецрепортаж. (12+)
- 18.15 «Сюрплез». (12+)
- 18.45 03.20 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 20.10 00.40 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 20.40 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 22.50 Волейбол. Кубок легенд. Финал 4-х. Финал. (6+)
- 01.10 Конный спорт. Бега. Приз «Золотая Осень». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.45 «НИЧЕГО, КРОМЕ ПРАВДЫ». (18+)
- 09.05 «ГОРОД НА ГРАНИЦЕ». (18+)
- 11.15, 12.20, 13.20, 14.30 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 15.30 «ТЁМНЫЕ ВОДЫ». (16+)
- 18.00 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (16+)
- Фантастический детектив, США, 2018 г.
- 21.15 «РАВНЫЕ». (16+)
- Фантастическая мелодрама, США, 2015 г.
- 23.15 «ДУБЛИКАТ». (18+)
- Фантастический триллер, США, 2018 г.
- 01.15 «ДОРИАН ГРЕЙ». (16+)
- 02.55 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)
- 04.50 «Пончары. Глобальное закружение». Мультфильм. (6+)
- 05.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.45 «Царевны». Мультсериал. (6+)
- 08.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 11.00, 12.00, 13.05, 14.05 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 15.05 «СИНДРОМ». (18+)
- 16.40 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 18.10 «БРАТСТВО». (16+)
- 20.35 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)
- Военный триллер, Россия, 2021 г.
- 22.30 «КРЫМ». (16+)
- 00.25 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 01.55 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
- 03.20 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 04.55 «Кошкин дом». Мультфильм. (6+)
- 05.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.25 «Синдбад. Пираты семи штормов». Мультфильм. (6+)
- 07.55 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 09.35 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 11.00 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 12.30 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
- 14.00 «ХОЛОП». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «БЕЛЫЙ ПУДЕЛЬ». (6+)
- 00.20 «ПРИХОДИТЕ ЗАВТРА...» (16+)
- 02.05 «СМРОТА КАЗАНСКАЯ». (12+)
- 03.30 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЁРА». (16+)
- 04.45 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА». (6+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.25 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- Романенко придётся отвечать за своё хамство. Отец Кисляка неожиданно получает ценного свидетеля, и дело принимает новый оборот. Настя приходит извиниться перед группой поддержки. А у Бондаря начинаются серьёзные проблемы со здоровьем.
- 22.00 Фактор страха. Испытание тайгой. (16+)
- Участники шоу проходят сложнейшие испытания, чтобы выиграть денежный приз.
- 01.05 Сердца за любовь. (16+)
- 05.50 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.45 В поисках Бога. (12+)
- 06.15 Профессор Осипов. (0+)
- 06.50 Святыни России. (6+)
- 07.55 Свидетели Христа. Мученики первых веков. 3 серия. (6+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Моя большая семья. (6+)
- 14.50 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 15.20 Русский мир. (12+)
- 16.25 «СЕМЕН ДЕЖНЕВ». (0+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.30 Щипков. (12+)
- 19.40 «К ЧЕРНОМУ МОРЮ». (12+)
- 21.05 Паломница. (12+)
- 22.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 23.00 День Патриарха. (0+)
- 23.10 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.20 Спас-стрим. (16+)
- 01.45 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 03.10 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 04.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

МУЗЫКА

- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.30 У-Дачный чарт. (16+)
- 08.30 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Без кутюр. (16+)
- 09.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.35 Лига клипов. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-Сториз. (16+)
- 12.30 Битва поколений. (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Приехали. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 17.00 Не для эфира. (16+)
- 17.30 Плейлист | Осень. (16+)
- 18.30 Top-30: Русский плейлист недели. (16+)
- 20.30 Танцпол. (16+)
- 22.30 ВК Меломан. (16+)
- 23.30 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 00.40 ВК Контакты. (16+)
- 01.30 Танцпол. (16+)
- 02.05 Музтив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «СЕРДЦЕЕДКИ». (18+)
- 03.45 «ДЕНЬ РАДИО». (18+)
- 05.40 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ 2». (12+)
- 07.35 «НЕСМОТЯ НИ НА ЧТО». (16+)
- 09.50 «ЗАЩИТА ОТ ДУРАКА». (18+)
- 11.40 «ПАПА ИЗ СПЕЦНАЗА». (18+)
- 13.40 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)
- 15.30 «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (16+)
- 17.25 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
- 19.30 «СЕРДЦЕЕДКИ». (18+)
- Комедия, США, 2001 г.
- 21.55 «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД!» (16+)
- 23.30 «ОСТОРОЖНО, КЕНГУРУ!» (18+)
- 06.15 Мультфильм. (0+)
- 06.35 Мультфильм. (0+)
- 07.00 «БОЛЬШОЙ АТТРАКЦИОН». (18+)
- 08.40 «ДРУГ МОЙ, КОЛЬКА!». (12+)
- 10.15 «СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ». (12+)
- 11.35 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (12+)
- 13.05 «ДЕВЧАТА». (12+)
- 14.50 «ХОД КОНЁМ». (12+)
- 16.20 «ОПЕКУН». (12+)
- 17.55 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
- 19.35 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
- 21.20 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 23.00 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (12+)
- 00.35 «МИРАЖ». (18+)
- 04.00 «ПЕРЕХВАТ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «КАПКАН ДЛЯ ЗОЛУШКИ». (16+)
- 12.00, 20.00 «ПРИМАДОННА». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-4». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 04.00 «ПОДРУГА БАНКИРА». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

- 13 октября
- Неделя 16-я по Пятидесятнице. Глас 7. Сщмч. Григория еп., просветителя Великой Армении.
- Прп. Григория Пельшемского, Вологодского чудотворца. Свт. Михаила, первого митр. Киевского. Мцц. Рипсимии, Гаиании и с ними 35 святых дев. Собор святых Челябинской митрополии. Сщмч. Прокония пресвитера. Сщмчч. Петра, Вячеслава, Петра, Симеона, Василия, Александра пресвитеров, Серафима диакона, прмц. Александры, мчч. Алексия и Матфея, мц. Аполлинария.
- Поста нет.

Православный календарь

13 октября  
Неделя 16-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Сщмч. Григория еп., просветителя  
Великой Армении.



Сколько кто сам любит своих родителей, столько будет любим и уважаем своими детьми, когда их Бог пошлет.  
Свт. Феофан Затворник



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.

В конце сентября к Петровичу в гости приехал старый приятель, с которым они были дружны еще со студенческой скамьи. Время развело их по разным городам, однако связь между ними не прервалась – они регулярно перезванивались, но в гости друг к другу ездили редко. Поэтому Петрович искренне радовался этому визиту и настоял, чтобы старый друг остановился у него, а не в гостинице.

И конечно, оба никак не могли наговориться – и гуляя по городу, и за столом, который жена Петровича старалась каждый раз сделать особенным, и, конечно, за вечерним чаем, который в первый вечер плавно перетек в завтрак.

Друзья вспоминали студенческие годы, однокурсников, преподавателей, которых по молодости считали стариками.

– А ведь они нам, теперешним, были ровесниками, – вздыхал Петрович.

# Встреча старых друзей



– И не говори. Вот мы балбесы...

– Ну, не такие уж и балбесы, как показало время. Ты вон аж до начальника отделения дослужился.

– И ты дослужишься, погоди. Просто у вас в городе отделений – сотни, а у нас – всего два десятка. И опытных людей при званиях небогато, так что выбор небольшой. А мне и вовсе случай помог: жена начальника нашего отделения приболела, и врачи настоятельно рекомендовали ей сменить климат. Вот они всем семейством и рванули

к Черному морю. Продали квартиру, дачу, гараж, купили домишко небольшой и переехали. Семья, она, сам понимаешь, дороже всех на свете должностей.

Э то точно, – кивнул Петрович. – Главнее семьи ничего нет. Знаешь, я, когда молодым лейтенантом на службу только пришел, думал, что карьера для мужика – единственная серьезная цель в жизни. А однажды жена уехала одна в отпуск, у меня не получилось ей компанию составить, и такая тоска меня взяла – жуть.

Места себе не находил! Тогда и понял я, что главной семьи ничего в жизни нет. Работа – это важно, конечно, тем более наша, но без семьи, без надежного тыла, никак нельзя.

Во-о-от! И я о том же! – воскликнул старый друг. – А начальник наш это раньше нас всех понял, потому и не раздумывал долго, когда жена заболела. С ней, кстати, все в порядке – помог ей морской воздух. Ну и вот. Начальник, стало быть, уехал, ну и меня на его место сразу, больше претендентов не было. Сослуживцы по этому поводу банкет устроили, а бывший начальник лично поздравил и наказал не снижать планку. А у нас и снижать нечего – коллектив он подобрал хороший, грамотный, работать одно удовольствие.

– Это большое дело, – понимающе кивнул Петрович. – Подобрать грамотный коллектив – это уметь надо. У нас тоже коллектив отличный, буквально каждый на своем месте. Конечно, в живой работе всякое бывает, не без этого, но в основном работаем слаженно, грех жаловаться.

– А знаешь, практически все наши однокашники вот имен-

но так о своей работе и рассказывают. Мол, работа с удовольствием, как влюбленные – часов не наблюдаем. Кстати! – вдруг встрепенулся он. – Мне ж часы нужно отремонтировать. Ты не знаешь, где тут поблизости ремонт часов?

– Знаю, – ответил Петрович. – В двух шагах буквально. Мастер там отличный. А что с часами?

– Да вот, понимаешь, тесть на юбилей подарил. Дорогие, швейцарские. Чтоб, говорит, еще сто лет тебе часов не замечать, но время всегда знать точно! А они раз – и встали. Суток через двое, что ли, после юбилея. Как вкопанные встали. Ну, я их убрал подальше и не доставал больше, чтоб глаза не мозолили. Расстроился – жуть. А тесть-то говорил,

что, мол, лучший механизм, известная фирма. А они взяли и встали. Вот такое, понимаешь, огорчение.

– А что за фирма?

– Да не помню я названия-то... А я тебе их сейчас покажу! И, покопавшись в дорожной сумке, он достал небольшую коробочку, обитую благородным черным бархатом.

Петрович коробочку открыл, повертел в руках красивые и явно очень дорогие часы на элегантно-кожаном браслете и к огромному удивлению приятеля внезапно весело рассмеялся:

– Ну ты балбес, конечно. Не нужно никакого ремонта, сейчас я твоё огорчение вмиг ликвидирую. Дело в том...

**Виктория АНДРЕЕВА**



## Что сказал Петрович старому другу?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

**Ответ на загадку в № 39:** за два часа в электричке на жаре цветы не смогли бы сохранить свежесть. Петрович заподозрил, что домработница никуда не ездила, украла драгоценности, а цветы и овощи купила у бабулек по дороге к дому.

Рис. Ирины Светловой

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 7 ПО 13 ОКТЯБРЯ

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

#### 7 ОКТЯБРЯ

В 1959 году советская автоматическая межпланетная станция «Луна-3» впервые в мире совершила полный облет Луны и сфотографировала ее обратную сторону.

#### 8 ОКТЯБРЯ

В 1961 году состоялось открытие Государственного Кремлевского дворца съездов.

#### 9 ОКТЯБРЯ

В 1874 году был учрежден Всемирный почтовый союз.

#### 10 ОКТЯБРЯ

В 1577 году в Московском Кремле создан Пущечный приказ.

В 1918 году в результате реформы в России окончательно и официально введена новая орфография (убрали из оборота буквы і десятиричное, фита и ять).

#### 11 ОКТЯБРЯ

В 1931 году в СССР принято решение о полной ликвидации частной торговли.

В 1961 году на Семипалатинском полигоне произведен первый подземный ядерный взрыв.

#### 12 ОКТЯБРЯ

В 1492 году экспедиция Христофора Колумба достигла острова Сан-Сальвадор (официальная дата открытия Америки).

В 1960 году состоялось выступление Хрущёва на заседании Генеральной Ассамблеи ООН.

#### 13 ОКТЯБРЯ

В 1883 году основано Всероссийское театральное общество. В 1884 году Гринвич утвержден как место прохождения нулевого меридиана.

### ИМЕНИННИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

7 ОКТЯБРЯ. Андрей, Василий, Виталий, Владислав, Павел.

8 ОКТЯБРЯ. Александр, Николай, Сергей.

9 ОКТЯБРЯ. Владимир, Иоанн, Тихон.

10 ОКТЯБРЯ. Димитрий, Савватий, Пётр, Феофор.

11 ОКТЯБРЯ. Анна, Антоний, Вячеслав, Елисавета, Мария, Кирилл, Татяна.

12 ОКТЯБРЯ. Иоанн, Михаил.

13 ОКТЯБРЯ. Александра, Алексей, Григорий, Михаил.

### ПРАЗДНИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

7 ОКТЯБРЯ ■ День штабных подразделений МВД РФ

■ День вежливых людей

8 ОКТЯБРЯ ■ День командира надводного, подводного и воздушного корабля ВМФ России

9 ОКТЯБРЯ ■ Всемирный день почты ■ День воинской славы России – День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в битве за Кавказ (1943 г.) ■ Всемирный день нанотехнологий

10 ОКТЯБРЯ ■ Всемирный день зрения

11 ОКТЯБРЯ ■ Международный день девочек

12 ОКТЯБРЯ ■ День кадрового работника в России

■ День медицинской службы МВД РФ

13 ОКТЯБРЯ ■ День работника сельского хозяйства и перерабатывающей промышленности в РФ

## НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

### Листья с дуба на Харитона опали – зиму холодную позвали

В день Фёклы Запрядальницы, 7 октября, традиционно на Руси готовили борщи и приговаривали: «На Фёклу дергай свеклу». Если 8 октября, в день Сергея Капустника, выпал снег, то ждали начала зимы (на несколько месяцев ляжет снежный покров) в Михайлов день (21 ноября).

Розовый закат на Ивана Богослова, 9 октября, обещал в ближайшие дни сильные ветры. 10 октября, на Савватия Пчельника, было принято наблюдать за облаками: если они с юга на север плывут, то ждали хмурых денёков и обильных осадков. А если облака плыли с севера на юг – быть теплым денёкам.

В Харитонов день, 11 октября, о грядущей

зиме судили по деревьям: ива инеем покрылась – к долгой зиме, все листья с березы и дуба опали – к холодной зиме. В народе говорили так: «Листья с дуба на Харитона опали – зиму холодную позвали». В день Феофана Милостивого, 12 октября, было принято смотреть на звезды: если их было много и светили они ярко, ждали сухой осени. Если же снег выпал 13 октября, на Михаила Соломенного, то настоящая зима наступит только через несколько недель.

Дачник спрашивает у соседа:

– А что у вас вчера за праздник был? Все так танцевали...

– Да это дед наш улей перевернул...



### СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

7 октября Восход: 6 ч. 33 м. Заход: 17 ч. 48 м. Долгота дня: 11 ч. 15 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

8 октября Восход: 6 ч. 34 м. Заход: 17 ч. 46 м. Долгота дня: 11 ч. 12 мин.

Растущая Луна в знаке Стрельца

9 октября Восход: 6 ч. 36 м. Заход: 17 ч. 44 м. Долгота дня: 11 ч. 08 мин.

Растущая Луна в знаке Козерога

10 октября Восход: 6 ч. 38 м. Заход: 17 ч. 42 м. Долгота дня: 11 ч. 04 мин.

Растущая Луна в знаке Козерога

11 октября Восход: 6 ч. 39 м. Заход: 17 ч. 39 м. Долгота дня: 11 ч. 00 мин.

Растущая Луна в знаке Водолея

12 октября Восход: 6 ч. 41 м. Заход: 17 ч. 37 м. Долгота дня: 10 ч. 56 мин.

Растущая Луна в знаке Водолея

13 октября Восход: 6 ч. 43 м. Заход: 17 ч. 35 м. Долгота дня: 10 ч. 52 мин.

Растущая Луна в знаке Рыб

## ТЕЛЕК Черноземье

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



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

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

Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.

Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,

e-mail: distrib@kardos.ru

Отдел подписки:

Тел. (495) 937-95-77, доб. 237,

e-mail: distrib@kardos.ru

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

Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами 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

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

№ 40 (465).

Дата подписания в печать: 01.10.2024 г. Дата производства: 01.10.2024 г. Дата выхода в свет: 02.10.2024 г. Тираж 52 540 экз.

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

Заказ 6760 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.

Тираж этого номера 892 840 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.



Итак, решение худеть принято. Однако в самом начале пути будущие стройняшки сталкиваются с частыми ошибками, которые могут отбить всякую охоту работать над собой.

# Ошибки как ступеньки к успеху



Иногда думаешь: не мешало бы похудеть! Но, основательно поразмыслив, приходишь к выводу: раз уж не мешало, то и впредь не будет мешать.

**В** прочем, зная, что вас ждет, можно использовать их себе на пользу, как ступеньки. Поднимаясь по ним, вы обязательно дойдете до верхней – красивого и здорового тела.



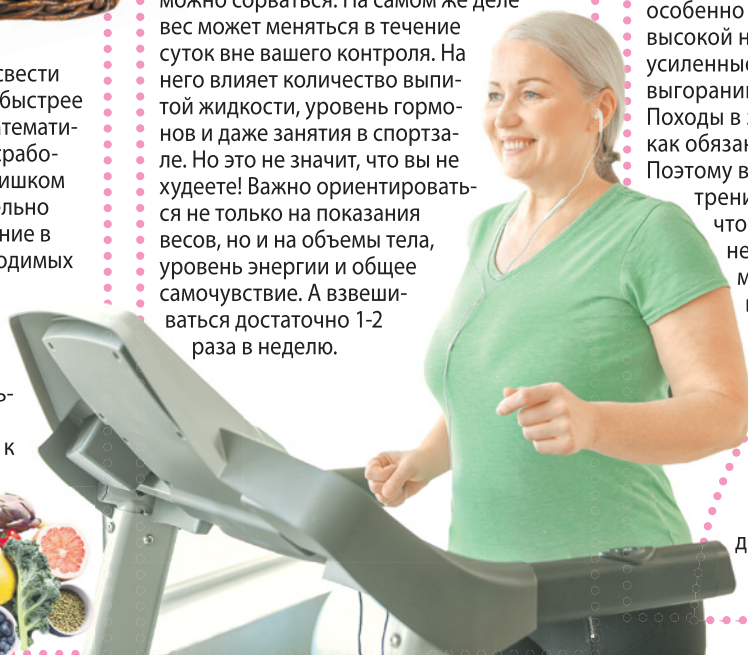
## Ограничения в еде

Большинство людей считает, что если свести калорийность питания к минимуму, то быстрее похудеешь. Если бы наши тела были математическими функциями, это обязательно сработало бы. Но человеческий организм слишком сложен, чтобы подчиняться исключительно законам арифметики. Резкое ограничение в еде может привести к дефициту необходимых веществ в организме, что скажется на состоянии кожи, волос, иммунной системы. Поэтому важно поддерживать баланс в питании, отдавая предпочтение полноценному и достаточному объему пищи. Нужно ориентироваться не на скорость похудения, а на саму цель, к которой вы хотите прийти.



## Ежедневные взвешивания

Взвешиваясь каждое утро, можно получить зависимость от цифр на весах. А если вес не меняется или даже чуть увеличился, это может вызвать стресс и разочарование. В таком состоянии запросто можно сорваться. На самом же деле вес может меняться в течение суток вне вашего контроля. На него влияет количество выпитой жидкости, уровень гормонов и даже занятия в спортзале. Но это не значит, что вы не худеете! Важно ориентироваться не только на показания весов, но и на объемы тела, уровень энергии и общее самочувствие. А взвешиваться достаточно 1-2 раза в неделю.



## Крайности в спорте

Здесь есть две крайности – не заниматься совсем или же не вылезать из спортзала. С сидячим образом жизни все понятно: он не поможет похудеть ни в каком случае. Поговорим подробнее о перетренированности. Во-первых, она чревата переутомлением и физическими травмами, особенно у новичков, чье тело не готово к высокой нагрузке. Во-вторых, постоянные усиленные тренировки могут привести к выгоранию и потере интереса к занятиям. Походы в зал начинают восприниматься как обязанность, а не как удовольствие. Поэтому важно находить баланс между тренировками и восстановлением, чтобы заниматься спортом не в ущерб своему здоровью.

## Детали

### Растяжка на ночь глядя

Небольшая вечерняя растяжка хорошо успокоит нервную систему и поможет снять мышечные зажимы и спазмы, которые накопились в течение дня. Хорошая альтернатива булочке или котлетке на ночь глядя, не так ли?

Татьяна МИХАЛЁВА

## Мнение специалиста

### Внимание на победы



Разглядеть «подводные камни» на первом этапе похудения нам поможет психолог Марина Даренкова.

– Путь к изменению тела и образа жизни может быть эмоционально сложным, особенно когда не удается быстро увидеть результаты. Вот рекомендации, которые помогут продолжить похудение:

- 1. Ставьте реалистичные цели**  
Сосредоточьтесь на постепенном достижении целей. Более доступные и конкретные задачи помогут вам сохранять мотивацию и ощущение прогресса.
- 2. Записывайте достижения**  
Ведите дневник успехов, где фиксируйте даже маленькие победы. Это поможет вам увидеть положительные изменения в динамике, а не только на весах.
- 3. Будьте добры к себе**  
Относитесь к себе с пониманием и состраданием, ведь изменения требуют времени и усилий. Почаще хвалите себя даже за маленькие успехи.
- 4. Воспользуйтесь поддержкой окружения**  
Общение с друзьями, семьей или единомышленниками, которые поддерживают вас, может оказать значительное влияние на вашу мотивацию.
- 5. Будьте терпеливы**  
Принимайте процесс изменений как часть своей жизни. Путь к здоровью и хорошему самочувствию – это путешествие, в котором важно наслаждаться каждым шагом, а не искать кратчайших путей.

Фото из личного архива Марины Даренковой и www.shutterstock.com

## НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!



- ✓ Более 100 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

ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 4 ОКТЯБРЯ!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ 12+ РЕКЛАМА

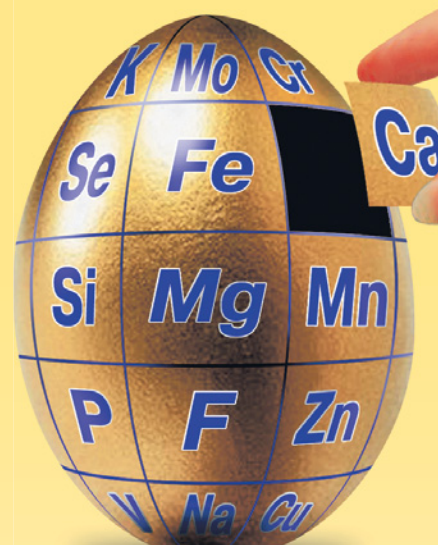
ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТЕ:



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

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование:  
**Издательская группа КАРДОС**

<sup>2</sup> ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр.1. ОГРН 1067746062449



Оптимальный источник кальция и природных микроэлементов, необходимых для здоровья

Препарат, созданный на основе яичной скорлупы с добавлением витаминов С и Д<sub>3</sub>

**КАЛЬЦИД**  
**Б ЖИВАЯ**  
**ФАБРИКА**  
**ЗДОРОВЬЯ**



Доступен по цене

Наличие уточняйте по тел.: 8 (812) 383-99-09  
Заказ до ближайшей аптеки на Zdravcity.ru<sup>1</sup>, Apteka.ru<sup>2</sup>

ООО «КомфортКомплекс» • «Кальцид» СОГР №RU.77.99.57.003.E.00671.2.08.14 • «Кальцид+магний» СОГР №RU.77.99.57.003.E.00671.1.08.14  
<sup>1</sup> ООО «Здравсити», Москва, ул. Чермянская, д. 2, стр. 1, этаж 8, помещ. 1, ком. 9, ОГРН: 1217700264561, <sup>2</sup> АО «НПК "Катрен"»  
Новосибирская область, рп Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11, ОГРН: 1025403638875 • Реклама • БАД

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



Неправильный уход за кожей может привести к очень неприятным последствиям – шелушению, зуду, ощущению стянутости, жирному блеску и т.п.

**П**равильный же уход, наоборот, улучшает состояние кожи, делает ее здоровой и красивой. Чтобы не ошибиться в выборе ухода, необходимо в первую очередь правильно определить тип кожи.

# Каждому личику свой уход



## Какие бывают типы кожи

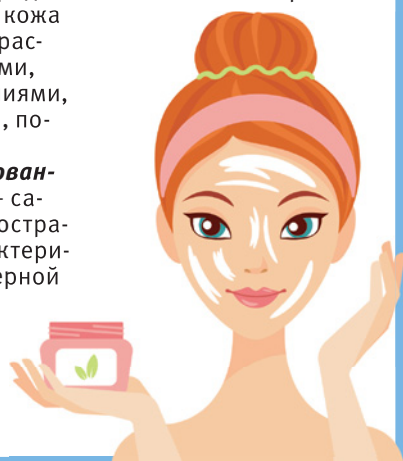
Косметологи считают, что есть четыре типа кожи: нормальная, сухая, жирная, комбинированная. Рассмотрим основные характеристики каждого типа.

**1 Нормальная кожа**, как правило, гладкая, поры не выражены, не склонна к шелушениям, жирному блеску и сухости, высыпания отсутствуют, в сильную жару или после физической нагрузки может появляться немного жирного блеска в Т-зоне.

**2 Сухая кожа** вырабатывает меньше подкожного жира (себума), чем нормальная, поэтому хуже удерживает влагу, результатом чего становится чувство стянутости, появляются покраснения и шелушения, кожа выглядит неровной (дополнительное увлажнение снимает эту проблему, и тогда кожа выглядит гладкой, «фарфоровой»). Сухая кожа не так эластична, как нормальная, нередко проявляет ранние признаки старения.

**3 Жирная кожа** плотнее нормальной, но вырабатывает слишком много себума, что заметно по жирному блеску, особенно на носу, лбу и подбородке. Также жирная кожа характеризуется расширенными порами, частыми высыпаниями, черными точками, покраснениями.

**4 Комбинированная кожа** – самый распространенный тип. Характеризуется неравномерной выработкой подкожного жира (больше нормы в Т-зоне, меньше – на щеках). Этому типу требу-



ется комбинированный уход, подходящий и жирной, и сухой коже. И при этом надо помнить, что тип кожи – это врожденное состояние и свойство кожи, «запрограммированное» на генном уровне. И в силу этого обстоятельства – изменить свой тип кожи невозможно. Но с помощью адекватного ухода можно поддерживать состояние любой кожи максимально близким к норме.

## Как определить тип кожи

Лучше всего тип кожи определять экспериментально. Для этого понадобится чистая белая салфетка и один час свободного времени. Суть эксперимента заключается в том, чтобы определить, сколько подкожного жира выделяется на разных участках кожи лица.

Сначала нужно тщательно очистить лицо (если на нем была косметика, пыль или другие загрязнения), затем – умыться водой комфортной температуры (но не холодной) без очищающих средств. Воду с лица необходимо осторожно, не растирая, удалить мягким полотенцем – кожа должна стать совсем сухой. Через 30-40 минут (во время которых желательно не го-

товить у горячей плиты, не делать физических упражнений, не находиться на солнце) внимательно рассмотреть лицо в зеркале и оценить наличие жирного блеска. Далее прикладываем к лицу салфетку и промокаем кожу, не пропуская ни одного участка. Рассматриваем салфетку и делаем выводы:

- салфетка не прилипает и остается чистой, кожа матовая и упругая – это нормальная кожа;
- салфетка прилипла ко всем участкам, на ней остались жирные пятна, кожа равномерно блестит – это жирная кожа;
- салфетка прилипла только к Т-зоне, эта же зона блестит, от нее остаются отпечатки – это комбинированная кожа;
- салфетка не прилипает и остается чистой, а кожа стягивается или зудит – это сухая кожа.



## Выбираем уход

### Нормальная кожа

Этому типу нужно лишь базовое очищение, увлажнение, защита. В редких случаях может понадобиться борьба с небольшими несовершенствами.

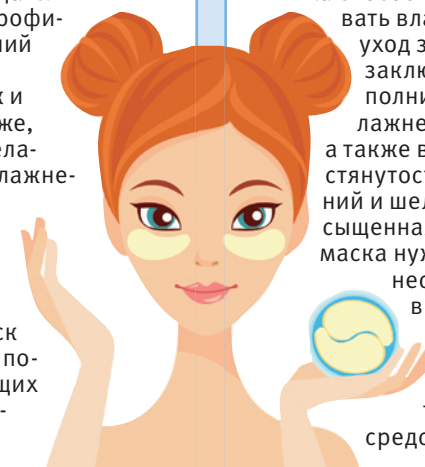


### Комбинированная кожа

Этому типу нужно матирование жирных участков и интенсивное увлажнение сухих. Для разных участков очень желательно использовать разные средства.

### Жирная кожа

Главное в уходе за жирной кожей – регуляция выработки подкожного жира, тщательное очищение, профилактика высыпаний и матирование. Вместе с тем, как и любой другой коже, жирной очень желательно легкое увлажнение. Кроме того, этому типу необходимо скрабирование один-два раза в неделю. Жирный блеск можно убирать с помощью матирующих салфеток и минеральной пудры.



### Сухая кожа

Сухой коже требуется не только увлажнение, но и поддержка способности удерживать влагу. Поэтому уход за этим типом заключается в дополнительном увлажнении и питании, а также в профилактике стянутости, раздражений и шелушений. Насыщенная питательная маска нужна сухой коже несколько раз в неделю. Для очищения необходимо использовать только мягкие средства.

Использовать средства, не подходящие вашему типу кожи, не рекомендуется. Компоненты, которые содержатся в уходовых средствах для, например, сухой кожи –



– Что за человек наша новая со-трудница?  
– Не знаю, я плохо разбираюсь в косметике.

плотные, насыщенные – сделают жирную еще более жирной. А регуляторы образования подкожного жира, повышенная концентрация которых содержится в средствах для жирной кожи, воздей-

ствуют на сухую исключительно негативно. Определите правильно свой тип кожи, следуя нашим советам, подберите ей адекватный уход, и ваша кожа всегда будет ровной и красивой.

Светлана ИВАНОВА



↙	Главный город Болгарии	Моющее или чистящее							↙	"Фирменное" помещение	Рассел из кинозвезд			↙	Время петухам кукарекать	↙	Греция устами коренного жителя	Блюдо ... ягненка	↙	
	Бескостный кусок мяса	См. фото	Имя Морзе, автора азбуки	Весь инструмент рыбака	Его комедия "божественна"		Знаменитый электротехник Никола ...					"Мама" духов №5 (имя)	Прок либо смысл					↙	Подрезано у домашней птицы	
↙			Сочинитель в рифму						↙	Кадр, попавший в альбом	Твердый чехол для бинокля			↙	Гитарист их на грифе зажимает					
	Газовый полуостров России	Властитель Камелота			Дон-ловелас		Пернатый символ зоркости					"Французский" салат россиянин							↙	Взятие машины на время
↙			Травяной "кордон" между участками							Мультишный герой из Дворца пионеров		... Шариф в роли доктора Живаго	Ткань, берущая начало на туте	"Сервис" для локотива						
Войлок для "согревания" головы	"Попурри" на сцене мюзик-холла				И шар, и конус для геометра		Судно для переправы автомобилей											Воротник из пышных кружев		Морские гиганты
↙			Тур эстафеты							Кусок хозяйственного мыла	"Прозрачные блестящие краски"	Украшение щек Пушкина	Молдавский танец-хоровод							
Марсель, знаменитый мим	Другое название кирпичасамена	Умелица знакомить и женить	"Улыбочка" лютого зверя									Музыкант ... Джови								
↙			Имя девушки и сибирской реки		"Весло" тюленя						Изобретатель телефона									
Кошмар семейства Баскервилей	Вспышка далекой молнии							Антипод доктора Джекила	Коробка-стерилизовать скальпели		Ас, куврыкающийся под куполом цирка	Единица информации	Разложены на пюпитре							
↙					Спор с выигравшим				Середина разворота газеты											
Муза и супруга Пушкина	Поэт по имени Даниил					Мастер, что учил Страдивари	Желто-красная краска				Антилопа с гривой. Ну и ну!									
↙					"Полет" фигуристки по кругу					Смородиновый или чайный										



Т	С	К	К	С	Э	У	О	Т	И	У	Ч	Т	В	Н	
И	Н	О	Р	К	И	С	М	А	В	Х	С	О	С		
Я	И	Л	С	И	Т	А	В	А	В	А	К	А	В	О	С
Р	Т	О	Н	К	К	К	Е	Х	О	Ц	С	В	В	Ц	
Т	А	В	О	Р	К	А	В	А	В	А	К	А	В	О	С
И	К	А	В	А	В	А	К	А	В	О	С	В	В	Ц	
К	О	Ж	Е	Ч	И	В	Н	Э	Л	К	А	В	О	С	
Р	А	В	К	Ш	А	В	И	К	О	В	Э	Р	А	В	
О	Ш	Е	Д	И	И	У	Ж	Э	М	Ц	А	М	В		
Л	А	В	О	И	О	К	О	С	И	Т	Е	О	Ц	И	
Ч	Д	А	В	О	К	А	В	А	В	А	К	А	В	О	С
Р	А	В	О	И	О	К	О	С	И	Т	Е	О	Ц	И	
К	А	В	О	И	О	К	О	С	И	Т	Е	О	Ц	И	

# ОТКАЗ ОТ СЕКСА ЭТО НЕ ТОЛЬКО ЛИШЕНИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ, НО И РИСК!

Ведущие специалисты считают, что мужчине важно заниматься любовью в любом возрасте. Во время секса в кровь выбрасывается огромное количество эндорфинов или «гормонов счастья».

Тех же, кто имеет сложности в интимной жизни, они предупреждают: этот недостаток может негативно сказаться на вашей жизни, вызвать эмоциональные расстройства. Особенно это важно для мужчин старшего возраста, у которых из-за воздержания высокий риск возникновения физиологических проблем.

К сожалению, не каждый мужчина хочет, а главное может часто заниматься сексом. Если собственных сил у вас не хватает, вам могут помочь капсулы «Адмирал». Это натуральный продукт, содержащий высокоэффективную формулу. В состав капсул «Адмирал» входят такие незаменимые для мужского здоровья компоненты, как экстракты горянки, эврикомы, маки перуанской, коры пиджеум, йохимбе, женьшеня, красного корня, пантов марала, а также цинк и L-аргинин.



«Адмирал» можно принимать как разово, так и курсом. Разовый прием будет содействовать ситуативному повышению мужской силы. Он актуален, когда вы хотите провести незабываемую ночь с незабываемыми ощущениями. Если вы хотите получить максимальный эффект, лучше пропить капсулы «Адмирал» курсом.

Капсулы «Адмирал» могут помочь вам активировать свою мужскую силу. Это позволит сделать занятия сексом регулярными, что положительно отразится на вашей интимной жизни и общем самочувствии.



**СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»**

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему

**ПОДАРОК «АДМИРАЛ»**

Для этого сделайте 2 простых шага:

- 1. ПОЗВОНТЕ по телефону 8-800-302-30-30 и назовите промокод акции 1710**
- 2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «Адмирал»**

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!**

Акционное предложение действует с 2 октября до 2 декабря 2024 г.

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

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143903, Московская обл., г.о. Балашиха, г. Балашиха, проезд Северный, д. 7, кв. 22. Срок проведения акции с 2 октября до 2 декабря 2024 г. \* С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.



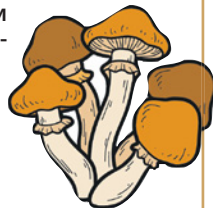
Древнейший гриб, обнаруженный при раскопках окаменелостей из осадочного отложения на северо-западных территориях Канады формации Грасси-Бей, отодвинул границу появления подобных организмов минимум на 1300 млн лет. Наша викторина – о грибах, которые появились на планете задолго до динозавров и папоротников.

# Грибное царство



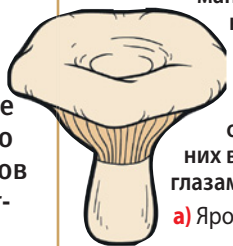
**1** Грибов на Земле насчитывается более 250 тысяч видов, а по некоторым источникам – до 2 миллионов. Грибы именуют третьим царством, потому что они не относятся ни к животным, ни к растениям. Какими признаками живых организмов обладают грибы?

- а) Состоят из клеток и тканей.
- б) Дышат и развиваются (растут и питаются).
- в) Размножаются и умирают.



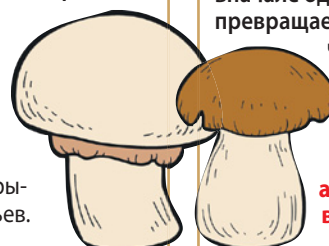
**2** Свойства грибов обросли легендами. На Руси считали, что под раскрывшейся шляпкой гриба часто пряталась нечисть, спасаясь от молний Ильи-пророка. В Костроме верили, что после грозы нельзя собирать сморчки – в них поселяются змеи. А в этом российском городе родилось знаменитое выражение: «В... грибы с глазами, их едят, а они глядят». В старину этот древний княжий город был восточным форпостом русских земель. Лесные стражи и бродники в дозоре обращали внимание на грибы. Если шляпки у грибов на тайных тропах были сбиты – прошёл обоз иногородних купцов, не заплатив пошлины, или того хуже – отряд разбойников или степняков-ордынцев. В каком городе с древних времён была поговорка про грибы с глазами?

- а) Ярославль. б) Переславль. в) Рязань.



**3** Грибы не только вырастают самостоятельно, их культивируют люди – вспомните вешенки и шампиньоны. Есть и представители мира беспозвоночных животных, которые способны к сельскохозяйственной деятельности – представители этого вида выращивают грибы. У них обнаружены даже виды бактерий, которые подавляют активность «гриба-сорняка», паразитирующего на выращиваемых колониями грибах. Таких грибоводов подразделяют на «низших» и «высших» выращивателей пищи для личинок. Кого относят к «высшим» грибоводам?

- а) Муравьев-листорезов.
- б) Черных муравьев.
- в) Мелких рыжих муравьев.



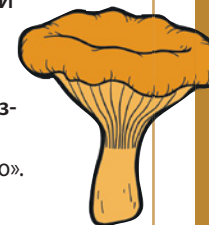
**4** Царь грибов – белый гриб, который имеет потрясающий витаминно-минеральный состав и приличное количество белков. Блюда из белого гриба помогают в восстановлении иммунитета после перенесённых инфекций. Его также называют королём красоты – женщины оценили влияние белого гриба на улучшение состояния волос, кожи и ногтей. А этот гриб помогает медикам вывести из организма пациента паразитов, а также имеет ещё ряд других полезных свойств. О каком пластинчатом грибе идёт речь, если известно, что он считается абсолютно съедобным?

- а) Сыроежка. б) Лисичка. в) Шампиньон.



**5** В 1964 году режиссёр Александр Роу снял фильм по мотивам русских народных сказок. Присутствует пятерка главных героев – старуха со своей недалёкой дочкой, старик с работящей и доброй и, конечно, самовлюблённый жених Иван. И вот когда пошёл этот парень невесту себе искать, встречается ему Дух леса – Старичок-Боровичок. И этот Дух вначале одаривает Ивана луком со стрелами, а позже превращает его в человека-полумедведя. И чтобы стать обратно человеком, Ивану надо перевоспитываться, творить добрые дела. Как называется киносказка?

- а) «Марья-искусница». б) «Морозко».
- в) «Варвара-краса, длинная коса».



ОТВЕТЫ

1-а, б, в. Грибы сочетают в себе некоторые признаки как животных, так и растений: состоят из клеток и тканей, дышат и развиваются (растут и питаются), размножаются и умирают. 2-в. Рязань. 3-а. Муравьев-листорезов относят к «высшим» грибоводам. 4-б. Лисичка. 5-б. «Морозко».



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  
12+

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

## ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

### «...будьте милосерды, как и Отец ваш милосерд»



И как хотите, чтобы с вами поступали люди, так и вы поступайте с ними. И если любите любящих вас, какая вам

за то благодарность? ибо и грешники любящих их любят. И если делаете добро тем, которые вам делают добро, какая вам за то благодарность? ибо и грешники то же делают. И если займы даете тем, от которых надеетесь получить обратно, какая вам за то благодарность? ибо и грешники дают займы грешникам, чтобы получить обратно столько же. Но вы любите врагов ваших, и благотворите, и займы давайте, не ожидая ничего; и будет вам награда великая, и будете сынами Всевышнего; ибо Он благ и к неблагодарным и злым. Итак, будьте милосерды, как и Отец ваш милосерд. (Лк, 6:31-36)

«...Как без высшей помощи мы не в силах сделать ничего как должно, так, с другой стороны, без приложения от себя собственных усилий не можем удостоиться и высшей помощи.»

Святитель Иоанн Златоуст

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 13 октября, в воскресенье.

К чему стремился Адам, когда перед лицом Бога обвинял Еву в том, что она дала ему плод, чтобы он его съел? Он стремился к тому, чтобы сохранить себя, пусть даже ценой благополучия другого. Эта история древняя, но она до боли нам знакома, потому что сегодня мы поступаем друг с другом точно так же. Нам важно быть хорошими, и мы находим в своем окружении тех, на чьем фоне будем лучше смотреться. Максимум, на что мы бываем готовы, – «дашь» на «дашь», ты мне – я тебе. Уж на что бывают жертвенными родители, но и они ждут, что в итоге дети их жертву оценят, отблагодарят и в свою очередь будут жертвенны. Да и что в этом, собственно говоря, плохого? Разве данное чтение не говорит именно об этом?

И как хотите, чтобы поступали с вами люди, так и вы поступайте с ними. В отличие от золотого правила этики, правило Христа

делает человека инициатором отношений. Живя по нему, мы оказываемся призваны не кивать на других, не бежать от проблем, но становиться примером для подражания. И все же, не может ли и в этом случае наш эгоизм вывернуться так, чтобы использовать эту заповедь в свою пользу? Я хочу, чтобы люди со мной были честными, я стараюсь быть с ними честен. Хочу, чтобы они были справедливыми, – я буду справедлив. Наконец, буду милостив, рассчитывая на милость. Очевидно, что именно это наш эгоизм и делает, и Господь это знает! И поэтому Он идет дальше простого призыва создавать вокруг себя удобную нравственную среду. Если вы поступаете с людьми нравственно только для того, чтобы с вами поступали нравственно, чем вы отличаетесь от язычников? Разве они ведут себя не так? Вместо этого поступайте нравственно с теми, от кого вы этого не ожидаете. В этом смысле призыв давать займы и



Комментирует священник Стефан Домусчи

не ожидать возвращения долга не столько о деньгах, сколько о внутренней душевной щедрости, которая не должна ограничиваться исканием своего.

Начало этого пути в том, чтобы честно посмотреть на себя и свое отношение к другим. Падший человек живет, потребляя, и все время боится, что ему не хватит: сил, ресурсов, жизненного пространства. Однако тот, кто увидел в себе этот изъян и обратился к Богу как к Небесному Отцу, обогащается Его щедростью и становится милостив, потому что и сам помилован.



Тёплый сентябрь усыпил бдительность дачников: продолжают цвести и плодоносить ремонтантная земляника и малина, поздние сорта винограда, розы, клематисы и т.д.

**А** между тем, первые заморозки могут случиться уже во время бабьего лета и погубить с любовью выращиваемые посадки. Поэтому осенью садоводам нужно внимательно следить за прогнозом погоды и ночными температурами, а мы расскажем, что предпринять для защиты растений от заморозков.

### Предвестники и зоны риска

Осенние заморозки в вечернее и ночное время случаются, даже когда днем тепло, а до стабильных холодов еще далеко. Обычно заморозки наступают, когда влажность воздуха низкая (давно не было дождей), а погода ясная и безоблачная. Наибольший риск пострадать во время заморозков угрожает растениям на низинных участках, где хорошо задерживается холод. Если к семи часам вечера на улице 1-2 градуса тепла, стоит готовиться к ночным заморозкам.

В детстве я мечтал обладать какой-либо суперсилой. Мечты сбываются – теперь я могу предчувствовать магнитные бури, заморозки и другие капризы погоды.

# Кому аукнется тёплый сентябрь?



### Совет

Осенью для повышения температуры почвы нельзя раскладывать вокруг растений свежий навоз, как это рекомендуется для защиты от заморозков весной. Азот осенью вызовет нежелательный рост побегов, ослабит растение и негативно скажется на его устойчивости к холоду.

### Какие культуры могут пострадать?

Если по прогнозу ожидаются заморозки, специалисты рекомендуют снять урожай яблок (после заморозков плоды становятся рыхлыми); винограда (ягоды становятся водянистыми); малины (теряют сладость); груши (плоды начинают портиться), томатов (гибнут при нуле градусов); свеклы (во время заморозков в плодах погибают витамины); тыквы (моментально загнивают).

Особенно опасны осенние заморозки для винограда: могут пострадать молодые зеленые побеги и незакаленные глазки (при повреждении морозом они не дадут побегов в будущем году). Защиты требуют и террасные растения, которые растут в кашпо и кадках. Чувствительны к осенним заморозкам рассаженные по осени кустики земляники, молодые саженцы плодовых деревьев и кустарников. Южные ароматные травы – эстрагон, базилик, розмарин – гибнут уже при нуле градусов.

### Как уберечь теплолюбивые культуры?

• **ВИНОГРАД.** Эффективными методами для защиты зеленой массы винограда аграрии признают дымление и укрытие. Дым помогает повысить температуру воздуха на 2-3 градуса. Нужно развести несколько костров в саду и сверху на ветки накладывать ботву, листья, чтобы получился густой, стелющийся дым, который окутает деревья и не даст заморознуть ягодам. Для укрытия виноградные лозы нужно снять со шпалеры и создать над ними защитный слой из любых материалов (сухие листья, спанбонд, ткань и т.д.). Утром материал нужно снять, чтобы не создавать парникового эффекта.

• **РОЗЫ.** Для защиты от осенних заморозков поставьте над кустами дуги и накройте укрывной ма-

териал. Если кусты высокие (например, плетистые розы), можно обернуть их спанбондом так, чтобы сверху оставался воздух (ткань не должна прилегать к верхушкам растения). Воздушная прослойка не даст подмерзнуть нежным побегам. Если кустики компактные, для временного укрытия подойдет картонные коробки.

• **МОЛОДЫЕ КУСТИКИ ЗЕМЛЯНИКИ.** Для защиты поверхностной корневой системы молодых растений от заморозков нужен толстый слой мульчи (соломы, опилок, сухих листьев). Для защиты листовой массы сверху можно накинуть укрывной материал.

• **МОЛОДЫЕ САЖЕНЦЫ ПЛОДОВЫХ.** Пострадать от мороза могут молодые, не одревесневшие побеги. Чтобы

соорудить укрытие, установите «шалашиком» прутья, пластиковые трубы и т.п. Закрепите соединенные концы веревкой или проволокой. Поверх каркаса накиньте спанбонд или любую ткань. Корневую систему поможет защитить толстый слой мульчи.

• **МАЛЕНЬКИЕ, ВНОВЬ ПОСАЖЕННЫЕ РАСТЕНИЯ.** Для таких культур можно соорудить индивидуальные мини-теплицы: отрежьте дно пластиковых бутылок и наденьте их на кустики горлышком вверх. Такая конструкция поможет сохранить тепло.

• **ТЕРРАСНЫЕ РАСТЕНИЯ.** Для защиты от мороза переносные кашпо нужно занести в дом, а кадки, которые передвинуть невозможно, укрыть толстым спанбондом.

• **БАЗИЛИК, РОЗМАРИН, ЭСТРАГОН** можно пересадить в цветочные горшки и занести в дом. Они прекрасно перезимуют дома, если обеспечить им досветку. Весной они смогут вновь вернуться на грядку.

• **СВЕКЛА, ЦВЕТНАЯ КАПУСТА, БРОККОЛИ.** Если не успели убрать урожай до заморозков или убирать его еще рано, накиньте на грядку укрывной материал или любую ткань, которая есть под рукой.

Валерия ПАШЕЧКИНА



НА ДОСУГЕ



### Найди 10 отличий Осенний калейдоскоп

Осень – прекрасное время, она дарит нам свои шедевры, которые украсят не только природу, но и нас!

Ответы: цветок у шляпки слева вверх, игольчатый лист справа, ветка с ягодами в центре, композиция на кленовом листе, ветка справа, ветка с ягодами в центре, ветка с ягодами справа, ветка с ягодами в центре, ветка с ягодами в центре, ветка с ягодами в центре.



Хотите увеличить сроки хранения продуктов? Вам нужен вакууматор!

**М**ечтаете, чтобы в морозилку влезало побольше полуфабрикатов? Опять же этот чудесный агрегат поможет! Тем более сейчас, в пору активных осенних заготовок и переработки урожая. У него есть и еще несколько приятных навыков. Мы про них расскажем, а вы решите, нужен вам этот помощник или нет.

### Возможности широки

- Бытовой вакууматор, как следует из названия, способен герметично упаковывать что-то полезное. Например, он умеет:
  - Сохранять свежесть продуктов в камере холодильника дольше обычного. Например, кусок мяса без вакуумной упаковки остается свежим 3-4 дня, а в вакууме – вдвое дольше.
  - Экономить место в морозилке. Заготовки, упакованные в специальные вакуумные пакеты, занимают вдвое-втрое меньше места.
  - Предотвращать смешивание запахов в холодильнике и морозилке. Клубника и грибы больше не будут пахнуть рыбой.
  - «Запечатывать» аромат свежемолотого кофе, чтобы он не выдыхался.
  - Заготавливать как полуфабрикаты, так и готовые блюда. Допустим, если вы отправляетесь в командировку и хотите оставить домохозяйкам запасы готовой еды.
  - Мариновать мясо, птицу и рыбу для приготовления на природе. Вакуум сохранит соки и ароматы в продукте, а также гарантирует, что он доберется до места отдыха в целостности.
  - Беречь от влаги предметы, которые должны оставаться сухими – например, можно упаковать с помощью вакууматора документы, спички и крупы, отправляясь в поход.

# ВАКУУМАТОР: ОСЕННИЙ ПОМОЩНИК ХОЗЯЮШКЕ

**ВАЖНО!** Вакууматор хоть и продлевает срок годности продукта, но не заменяет холодильник. Важно учитывать это, упаковывая еду с собой.



Может замораживать продукты в первоизданном виде. Упакованные таким образом мясо, овощи, фрукты не теряют свою структуру и не разрушаются изнутри кристалликами льда.

### Два слова об устройстве

Любой вакууматор состоит из двух основных элементов – насоса, который откачивает воздух, и нагревательного элемента, который запаивает специальный пакет или края пленки. Покупая прибор, нужно отталкиваться от задач, которые вы планируете решать с его помощью. Для использования изредка, в период заготовок, подойдет самый простой агрегат, который делает один шов. К нему можно быстро привыкнуть и определять, когда пора отключать насос и включать запаиватель. Чем сложнее модель, тем чаще она может использоваться и больше функций выполнять: определять, когда нужно отключить насос и включить запаиватель, делать дополнительный шов для надежности, выбирать разные режимы для разных продуктов. Существуют также вакууматоры, которые позволяют герметично закупорить бутылки или упаковать объемные вещи при помощи пакетов с клапанами.

### Малочисленные минусы

- К минусам вакууматоров можно отнести необходимость покупать специальные расходные материалы. Обычные фасовочные пакеты для использования в нем не пригодны.
- Вакууматор также не нужен, если у вас нет привычки закупать и заготавливать продукты впрок. С хранением обычного запаса вполне справится холодильник.

### КСТАТИ

#### По канонам французской кухни

Вакууматор обязательно пригодится хозяйкам, которые любят готовить блюда французской кухни методом сувид (от фр. sousvide – «в вакууме»). Продукт вместе со специями и приправами помещают в пакет, вакуумируют и готовят, опустив в воду, при температуре не выше 100 градусов в течение нескольких часов.



Из инструкции: «После вскрытия упаковки подождать 30 секунд, чтобы выветрился вакуум...»

Светлана СИДОРЧУК

Уважаемые читатели! С 4 по 14 октября 2024 года «Почта России» проводит «Всероссийскую декаду подписки» на 1-е полугодие 2025 года. Успейте подписаться в этот период на газету «ТЕЛЕК Черноземье»\* ПО ЛЬГОТНОЙ ЦЕНЕ.

**СКИДКА 8%\***

\*\* От цены основной подписки на 1-е полугодие 2025 г.



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Газета выходит 1 раз в неделю

Подписной индекс П2912

Стоимость ПОДПИСКИ на 1-е полугодие 2025 г.

Срок подписки	В основной период	В период с 4 по 14 октября	Срок подписки	В основной период	В период с 4 по 14 октября
на 1 месяц	238,48 ₽	218,63 ₽	на 4 месяца	953,92 ₽	874,52 ₽
на 2 месяца	476,96 ₽	437,26 ₽	на 5 месяцев	1192,40 ₽	1093,15 ₽
на 3 месяца	715,44 ₽	655,89 ₽	на 6 месяцев	1430,88 ₽	1311,78 ₽

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

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

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

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

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

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

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

QR-код работает с 10 по 20 июня



**П2912**  
«ТЕЛЕК Черноземье»

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

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



СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 7 ПО 13 ОКТЯБРЯ

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
Хорошее время у Овнов для дополнительного образования и саморазвития. Вероятны положительные изменения на личном фронте, но остается нерешенным денежный вопрос. Тщательно осмотритесь по сторонам и поймете причину разлада в семье.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Звезды сулят Львам успешную неделю. Вы преуспеете во всем. Активная жизненная позиция принесет плоды. Ваши достижения на работе будут оценены руководством, однако не ожидайте скорого карьерного роста. Больше внимания уделяйте отношениям с любимым человеком.

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
Стрельцам лучше не ввязываться в сомнительные дела. Они не принесут ничего хорошего. Постарайтесь расслабиться и сосредоточиться. Не упрямитесь, добиться успеха, идя напролом, не получится. Ваши последовательность и трудолюбие дадут плоды.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
Водолею ожидает борьба на всех фронтах, особенно в карьере. Ваша задача – не перегнуть палку, иначе быстро выдохнетесь, и все придется начать заново. Будьте осторожны с деньгами. Постарайтесь не совершать импульсивных покупок. Держите свои планы в тайне.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Настало время Тельцам обрести равновесие. Возможны приятные новости, связанные с близкими или дальними родственниками. Уделите время разговорам с домочадцами и приятелями. Вспомните о забытых хобби и попытайтесь исполнить давнюю мечту.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
Девам стоит уделить время своей половинке. Тем, кто в поиске любви, можно смело проявлять активность и просто завести дружеский разговор. У вас появится возможность показать себя во всей красе. Но не идите на поводу у людей, которых плохо знаете.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
Неделя у Близнецов будет наполнена эмоционально непростыми моментами. Вам будет нелегко выполнять обязанности. Наверняка вы просто устали, необходим отдых. Хроническая усталость – плохой спутник в делах. Крепкий сон вернет вам силы лучше лекарств.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
Звезды рекомендуют Весам больше времени уделять позитивному общению. Шутки, истории, смех принесут радость и вам, и вашим близким. Организуйте шумное, веселое семейное мероприятие или соревнования. Участвуйте во всем, будьте в центре внимания.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Раков ждет невероятный успех, но для этого нужны помощники. И они у вас есть: обратитесь к своему прошлому, вспомните старых знакомых. Сейчас вам под силу свершения, но в обязательном порядке продумайте стратегию. И не забывайте об отдыхе. Отличный выбор – театр или музей.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Благоприятная неделя у Скорпионов. Вы будете очень рады тому, что проблемы постепенно разрешаются и наступает равновесие. Вероятно, вы получите хорошие известия от своих знакомых. Люди поражают вас своей добротой и отзывчивостью. На работе все ладно.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
Неделя Козерогов будет неспокойная. Существуют риски легкого охлаждения в отношениях. Контролируйте свои негативные импульсы. В противном случае это чревато обидой кого-то из близких. То, что помогает вам, может не помочь другим, поэтому не давайте советов.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
Рыбам нужно отбросить плохие мысли и думать позитивно. На первый взгляд может показаться, что у вас не все так хорошо, как хотелось бы. Однако, переосмыслив ситуацию, вы поймете, что дела обстоят неплохо. Негативные эмоции нужно держать при себе.

**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

- Раздел книги или муж в доме.
- Надпись на двери, ведущей на улицу.
- Перечень содержимого посылки.
- Музейный щит с экспонатами.
- Курья опора для избушки Яги.
- Франц, знаменитый писатель из Праги.
- Декоративная ваза под цветочный горшок.
- «Аттестат зрелости» водителя.
- Лидер широких масс.
- «... помнит не тот, кто берет, а кто дает» (русская пословица).

Ответы: 1. Глава. 2. Выход. 3. Опись. 4. Стенд. 5. Ножки. 6. Кафка. 7. Кафка. 8. Капшо. 9. Права. 10. Долги.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 7 ПО 13 ОКТЯБРЯ

**КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ**

ПО ТЕЛЕФОНУ **8 (903) 792-47-73**

ПО ПОЧТЕ **reklama@kardos.ru**

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

КАК ОПЛАТИТЬ

- Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
- 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

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

**РАБОТА**

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

**Мы предлагаем:**

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

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

**КРОССВОРД «ДУАЛЬ»**

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

**По горизонтали:** Спина. Пересол. Расческа. Тезис. Отпуск. Местность. Килограмм. Прокат. Точилка. Интернет. Шланг. Эмиссар.

**По вертикали:** Тетерев. Регистр. Жор. Печать. Неслух. Лаз. Хатка. Софит. Отворот. Артикль. Смокинг. Оптик. Костюм. Каприс. Тема.

**ПРИГЛАШАЕМ:**

**ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле**

**График: 4 дня в неделю**

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

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

**СООБЩЕНИЯ**

■ Студенческий билет номер 210999, выданный 01.09.2021 «ОГУ им И. С. Тургенева», на имя – Сарнацкая Евгения Олеговна, в связи с утечкой считать недействительным.

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



# УСПЕЙТЕ КУПИТЬ! ПОДАРКИ И СЕЗОННЫЕ СКИДКИ

**Карман для зонта**

**В СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНАЯ КОЖА**



**+ КОШЕЛЕК В ПОДАРОК**

**Сумка «Шоколад»**  
Сумка из кожи пэчворк – просто находка! 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо.  
Материал: кожа, ПВХ.  
Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР.

**Кошелек**  
Из кожи пэчворк.  
Материал: кожа, подкладка – 100% полиэстер. Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР.

**скидка 50%** Лот 200 83470 Коричневый  
Лот 200 83472 Черный

**3990 P 1990 P**



**Костюм «Леопард»**  
Из приятного телу хлопка с добавлением полиэстера, отлично сохраняет форму и обладает хорошей воздухопроницаемостью. Костюм не сковывает движений и красиво смотрится!  
Материал: 80% хлопок, 20% полиэстер. Длина: брюки 100 (±3) см, кофта 74 (±3) см.  
Р. Узбекистан. Размеры: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64, 66-68, 70-72.  
Лот 200 48587 Черный  
Лот 200 48574 Бордо

**TV РЕКЛАМА**

**1490 P**

**10 шт.**



**Пластырь для похудения, 2 упаковки**  
Активные компоненты проникают под кожу и выводят ненужную жидкость, уменьшают слой жира.  
В упаковке 5 шт. Размер: 31,5x20 см. КНР. Лот 200 57245

**2 по цене 1**

**1980 P 990 P**

**Пояс турмалиновый с магнитами**  
Пояс поможет при проблемах и дискомфорте в пояснице, обладает разогревающим эффектом.  
Лот 122 6089

**скидка 50%** Материал: нейлон, турмалин, магниты. Длина: 120 см. КНР.

**1990 P 990 P**



**Настенный свиток «Благословение дома. Николай Угодник»**  
Свиток с молитвой благословит ваш дом и защитит вас от зла, бед и несчастий. Да пребудут с вами радость и мир! Аминь.  
Материал: лён, дерево, джут, сургуч.  
Размеры: 32x65 см; свиток: 31x42 см. Россия.  
Лот 200 47566

**скидка 50%**

**1490 P 790 P**

**ВАШ ПОДАРОК**  
при покупке от 1490 р.



**Браслет**  
Чудо браслет – эффективное средство для снятия напряжения, усталости, благотворно влияет на самочувствие и сон.  
Материал: металл с родированием, магниты.  
Размер: 19x0,7 см. КНР.

**Система для перемещения мебели**  
Транспортер + Окномой



Поможет передвинуть тяжелую мебель в одиночку, вы не надорвете спину!  
Материал: металл, резина, пластик, микрофибра (полиэстер 100%). КНР.  
Лот 200 83304

**990 P**

**Умный зонт**  
Материал: металл, полиэстер. Длина в сложенном виде: 23,5 см. Диаметр купола: 105 см. КНР.  
Лот 200 47527



**скидка 53%**

**1490 P 690 P**

**Носки без резинки**  
Не затрудняют отток крови, не перетягивают ногу. Подходят для полных ног.  
Материал: 74% хлопок, 24% п/а, 2% эластан. Россия. Цвет в ассортименте.  
Женские размеры: 23–25, 25–27. Мужские размеры: 25, 27, 29. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

**4 пары в наборе**

**Мужские носки «Релакс»**  
Лот 1430774 Релакс  
Лот 1514528 Отдых

**скидка 32%**

**1450 P 990 P**

**3 пары в наборе**

**Женские носки «Отдых»**

**скидка 50%**

**2990 P 1990 P**

**Кепка**  
Стильная кепка из полушерстяного твида в британском стиле сделает Вас элегантно! Глубокая посадка.  
Материал: 50% шерсть, 50% акрил. Размер универсальный 55–58. Россия.  
Лот 129 0604

**НАТУРАЛЬНАЯ ШЕРСТЬ**

**скидка 50%**

**2990 P 1990 P**

**Иновационный очиститель «Пеныч» от Кратер**  
Иновационный кислородный очиститель «Пеныч». Эффективное средство для любых поверхностей.  
Размеры: 25x14,5x7 см. Вес: 800 г. Россия.  
Лот 200 46431

**СДЕЛАНО В РОССИИ**

**790 P\***  
\* при покупке от 2-х штук.

<p><b>ИСКУССТВО НЕ СТАРЕТЬ</b> Томас Ханна Популярная и несложная программа упражнений на подвижность и гибкость по 5 минут в день! Формат 140x205, обложка, 224 с., ч/б илл. 16+ Лот 200 54254</p>	<p><b>СМАРТФОН И СОТОВЫЙ САМОУЧИТЕЛЬ С НУЛЯ</b> Иван Жуков Поможет выбрать смартфон, бесплатно звонить в любую точку мира; выходить в интернет! Формат 130x210, переплет, 320 с. 16+ Лот 200 60236</p>	<p><b>ГОСУСЛУГИ</b> ТОВАРЫ И УСЛУГИ ДЛЯ ВСЕХ ВОЗРАСТОВ И ПОКОЛЕНИЙ Виктор Шитов Исчерпывающее руководство! Описание с иллюстрациями научат решать сотни вопросов! Формат 135x215, обложка, 416 с. 16+ Лот 200 57821</p>	<p><b>БОЛЬШАЯ КНИГА ТРЕНАЖЕР МОЗГА И ВОСПОЗНАНИЯ</b> Александр Мухоморов Два знаменитых тренера мозга, основанных на уникальных разработках ученых. Формат 140x210, переплет, 320 с., цв. и ч/б илл. 12+ Лот 200 56090</p>	<p><b>Идеальная грамотность</b> Школа Натальи Романовой Русский язык без правил и словарей Уникальный курс Натальи Романовой позволяет за десять занятий научиться писать без ошибок. Формат 140x215, обложка, 208 с., ч/б илл. 12+ Лот 200 54274</p>	<p><b>Энциклопедия эрудита</b> Краткие и емкие статьи. Прочитав эту книгу, вы сможете сказать: «Теперь я знаю все!» Формат 130x205, переплет, 544 с. 12+ Лот 141 9559</p>	<p><b>ПРОДУКТЫ, ПОВЕЖДАЮЩИЕ БОЛЕЗНИ</b> Александр Мясников Книга поможет выбрать правильные продукты, для поддержания хорошего здоровья. Формат 125x190, обложка, 320 с. 12+ Лот 155 7158</p>	<p><b>ИЩЕЛЯЙСЯ САМ</b> Евгений Божьев Упражнения с рисунками от опытного врача помогут справиться с проблемами органов и систем. Формат 170x215, переплет, 256 с., ч/б илл. 16+ Лот 154 2132</p>
		<b>за 1 книгу 990 P</b>				<b>за 1 книгу при заказе от 2-х любых книг 990 P</b>	
						<b>790 P</b>	

**В ПРЯМОМ ЭФИРЕ 24/7**

**Смотрите новый федеральный телеканал «Мой Мир»!**  
Скидки, подарки и все подробности об уникальных товарах – в прямом эфире  
Мы вещаем по всей стране у основных операторов кабельного и спутникового телевидения на кнопке «Ювелирии» (16+)

**Заказ на [moymir.ru](http://moymir.ru) или по бесплатному тел. 8 (800) 350-35-73**

**МОЙ МИР**  
код заказа: ТЕЛ\_153\_24\_30Т

Минимальная сумма заказа составляет 790 рублей без учета стоимости доставки. Стоимость доставки по всей России составляет 399 руб. При доставке через АО «Почта России» – пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно и соответствует 2,5% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шоппинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 01.10.2024 г. до 01.12.2024 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте [www.moymir.ru](http://www.moymir.ru) (0+). Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ\_153\_24\_30Т. Реклама.