

№33  
(458)  
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 19 по 25 августа 2024 года

# ТЕЛЕК

**36**  
КАНАЛОВ  
ТВ

**АВГУСТОВСКИЕ  
ХЛОПОТЫ ВОКРУГ  
ВИНОГРАДА**

стр. 26

**5 СПОСОБОВ  
УКРЕПИТЬ  
ОТНОШЕНИЯ**

стр. 4

**КАК УХАЖИВАТЬ  
ЗА ВЕЛОСИПЕДОМ?**

стр. 29

**УСТРОЙТЕ ЛОКОНАМ  
ДОМАШНИЙ  
СПА-САЛОН**

стр. 8

**ГРЕЧКА:  
ПУСТЬ ПОСТ  
БУДЕТ ВКУСНЫМ!**

стр. 27

**ЕВГЕНИЯ  
КАПРАЛОВА**

**ДРАМЕДИ – МОЙ  
ЛЮБИМЫЙ ЖАНР** стр. 2

12+

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

ISSN 2313-4933

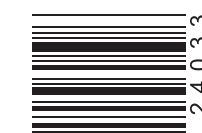


Фото Ники Буниной

9 772313 493770 2 4 0 3 3



На телеканале ТНТ 19 августа в 20.00 стартует новый сериал «Пока не родила» – социальная комедия о двух семьях – богатой и бедной, жизни которых по нелепой случайности пересеклись.

Евгения КАПРАЛОВА:

КСТАТИ

Одну из главных ролей в проекте сыграла Евгения Каприлова, известная широкой публике по проектам «Патриот», «Жуки», «Родные» и «Жена олигарха». Мы обсудили с актрисой ее новую роль, источники творческого вдохновения и отношения с Москвой.

Каждый на своём месте

– Евгения, проект «Пока не родила» заявлен как социальная комедия. Что в нём комедийного и что социального? В каких пропорциях эти идеи «замешаны»?

– Юмор очень трудно объяснить, как и любовь. Смешные персонажи, их реакции на порой совсем не смешные ситуации. А социальная комедия, потому что имеет отношение к нашему обществу и проявляет образы людей из разных социальных сословий. Пропорции не подсчитаны, приготовлено по вкусу.

– Вы играете маму девочки, которая может стать суррогатной матерью по нелепой случайности. И ваша героиня ведёт себя довольно эгоистично: хочет получить от биологических родителей побольше денег. Вам удалось для себя оправдать её поведение?

– Удалось (улыбается). Именно этим

# Драмедии – мой любимый жанр»

занимается актер, когда вживается в своего героя. Ни один человек, даже преступник, не считает себя очень плохим или законченным эгоистом, так как внутри себя оправдывает. Вот и Аллочка (ну и я как актриса, которая ее играет) оправдывает себя тем, что чувствует себя преданной мужем, брошенной с долгами и двумя детьми. Она выживает как умеет и верит, что цель оправдывает средства. А ее цель – «вылезти со дна».

– В интервью вы говорили, что вам гораздо чаще достаются комедийные роли. Чем этот проект отличается от предыдущих сыгранных вами комедий?

– Тем, что тут есть не только над чем посмеяться, но и приздуматься и погрустить. Очень люблю такое.

Драмедии – вообще мой любимый жанр. Тут, конечно, нет драмы, потому что у проекта есть определенная задача, но трогательных моментов предостаточно.

Жизнь – лучший учитель

– Вам как минимум дважды пришлось играть проводницу. А в обычной жизни вы любите путешествовать поездом? Считается, что железная дорога – кладь ярких образов, которые так любят копировать актёры.

– Я люблю поезда. Всегда беру верхнюю полку, книгу и минимум еды. Детокс такой. Мне нравится ехать, слушать музыку и что-то придумывать в дороге. Если честно, не люблю общаться с попутчиками. Превращаюсь в поезде в интроверта, но понаблюдать за людьми со стороны очень люблю, да. Такие персонажи попадают. Из последнего: ехал со мной в купе муж-

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Дорогие люди! Любите и будьте любимы! Любовь спасительна, поэтому, когда вам плохо или грустно, вспоминайте о ней.



ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

## В поездках время замедляется

– Трудно поверить, но вы мама взрослого сына. Он собирается идти по вашим стопам и посвящать свою жизнь творческой профессии?

– Мне самой трудно (улыбается). Здорово, когда ребенок ранний (сыночек у меня появился, когда мне было двадцать), потому что к моменту, когда он вырастает, ты еще тоже ого-го! Он учится на айтишника, но творческая жилка в нем присутствует. Он играет на

барабанах в одной группе, а в другой развивается как вокалист, но в актеры точно уже не пойдет. – Если появляется несколько свободных дней, как предпочитаете их проводить? Рискну предположить, что вы зайдя путешественница! – По-разному провожу свой досуг. Люблю велосипед сильно. Прогулки по новым местам с подругами. Танцами занимаюсь или пою. Шашлычки жарим по возможности. И, конечно, при любой удобной возможности путешествую. В поездках время как-то замедляется и я приобретаю колоссальный опыт, который меня обогащает духовно.



чина, который конструирует самолеты, представляете? Он общался не со мной, но мне пришлось слушать. Было очень занимательно.

– Актёрская профессия предполагает постоянную работу над собой. На что или кого вы ориентируетесь в этом смысле: любимые актёры, режиссёры, фильмы? Или лучший учитель – сама жизнь?

– Ну, в вашем вопросе и есть ответ. Да, жизнь – лучший учитель, как и каждый встречающийся на пути человек. Конечно, я читаю книги, стараюсь смотреть и наше, и зарубежное кино, чтобы понимать, что происходит и «куда все движется». На спектакли хожу, выставки. Это все меня вдохновляет и подпитывает. Как и приобретение новых навыков. Человек, который перестает учиться и вдруг решает, что уже все познал, молниеносно стареет. Поэтому я себя все еще чувствую юной и иногда даже не могу до конца осознать свой реальный возраст.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Пора самовыражений

– Не за горами новый телевизионный сезон. В каких проектах зрители смогут увидеть вас в ближайшем будущем?

– Скоро должен выйти финальный, 4-й сезон сериала «Патриот» на ТНТ с моей дорогой героиней Люсей. Недавно закончили снимать, прощались. Возгрустнулось, так как целая эпоха длиной в шесть лет подошла к концу, если считать с «пилота». Снимаюсь сейчас еще в нескольких проектах, но как обычно нужно держать конфиденциальность. Так что со временем все узнаете.

– Вы очень музыкальный человек: занимались танцами, играете на музыкальных инструментах – гитаре и укулеле, сами пишете песни. Где эти ваши таланты находят основное применение?

– Раньше, когда играла в театре, там и танцы, и вокал очень пригождались. Пока в кино не приходилось их применять, но очень бы хотелось, если честно. Поэтому пока что я использую соцсети как личную площадку для творческих проявлений. У меня есть хэштег такой: «самовыражения». Пою свои песни, танцую разную хореографию, снимаю клипы – и всем делюсь в соцсетях.

Роман с Москвой

– Вы уже больше десяти лет живёте и работаете в Москве. Как вас принимала столица? Уже чувствуете себя москвичкой?

– Когда я переезжала, многие говорили, что Москва трудная, что там никому не нужен. Но мне всегда попадались на пути очень добрые и душевные люди. Я так настроена была – положительно. И город так же отзывался мне в ответ. Конечно, не все получалось сразу же, и пришлось многое пройти. Как известно, Москва слезам не верит (улыбается). Она верит любви, радости и упорству. Мне все в ней нравится. Чудеснейший город! Не знаю, каково это – чувствовать себя москвичкой, но я однозначно чувствую себя дома и никуда уезжать не планирую.

– Часто бываете на родине, в Ставрополе?

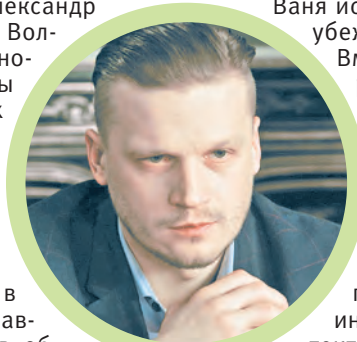
– В Ставрополе живут мои родители. Там мой любимый театр, в котором работала девять лет. Бываю там стабильно два раза в год. Но теперь чувствую себя там «в гостях». Очень родных, теплых и уютных.



## Герой Артура Сопельника «Весьма непрост»

Телеканал «Россия» на своей медиаплатформе «Смотрим» представил сериал «Весьма непрост». Главную роль в нем исполнил звезда «Кадетства» Артур Сопельник. В проекте также снялись Александр Голубев, Олеся Фаттахова, Екатерина Волкова, Ольга Науменко, Екатерина Семёнова, Сергей Белоголовцев, а также актеры легендарного сериала «Улицы разбитых фонарей» Александр Половцев, Сергей Селин и Юрий Кузнецов. По словам режиссера сериала Дмитрия Корявова, создатели решили немножко пошутить и умышленно пригласили актеров – звезд детективного жанра.

Действие сериала разворачивается в приморском городке Дивноморске. Главный герой, молодой парень Ваня Крутов, обладает острым умом, феноменальной памятью и исключительной наблюдательностью. Однажды, посмотрев выпуск теленовостей об ограблении склада,



Ваня тут же догадывается, кто на самом деле преступник, но полиция отказывается ему верить, считая, что он сам является соучастником. Чтобы избежать ареста, Ваня использует свои уникальные способности, убеждая всех, что он настоящий экстрасенс. Вместе со своим другом Гошей он берется расследовать самые запутанные дела, постоянно попадая в смешные ситуации.

– Мне очень нравится жанр ироничных детективов, – признается режиссер Дмитрий Корявов. – Мне кажется, с одной стороны, такой подход позволяет придать фильму черты любимого аудитории жанра комедии, а с другой – подтянуть дополнительную аудиторию на интригу, детектив и загадку. Ироничный детектив – один из ведущих жанров в мире. Планируется, что премьера сериала также состоится на телеканале «Россия» в новом сезоне.

Фото телеканала «Россия»



## Где снимали сериал об императоре Павле

Закончились съёмки многосерийного исторического сериала «Павел. Первый и последний» – об одном из самых неоднозначных, загадочных и трагичных императоров в отечественной истории. Режиссером сериала выступил Александр Котт. В роли Павла I – Денис Власенко. В проекте также приняли участие Наталья Суркова, Кирилл Кяро, Алексей Барабаш, Владимир Стеклов, Артём Крылов, Александр Чевычелов, Евгений Харитонов, Дарья Кожанова и другие. Съёмки проходили в Санкт-Петербурге, Москве и Ростове Великом. Проект создается Первым каналом, компаниями «Cosmos studio» и «Look Film» при поддержке Института развития интернета (АНО «ИРИ»). Телевизионная премьера проекта запланирована на Первом канале.

– Может, это будет звучать слишком романтично, зато правдиво, – признается исполнитель главной роли Денис Власенко. – За пару лет до того, как мне прислали сценарий сериала, я загадал желание сыграть именно Павла Первого. И мое удивление было достаточно сильным, когда мне сделали такое предложение. Я подумал: «Ого! Неужели?!» Поэтому, грубо говоря, я уже был в материале и представлял, что это за личность. А почему вообще возникло такое желание? Я сочувствовал и крайне проникся к этому правителю еще со времен уроков истории в школе. Кроме того, тот период был абсолютно шекспировский по страстям, и мне попросту хотелось хотя бы киношно, но попасть в ту эпоху. И сейчас я в абсолютном восхищении от невероятных кадров «Павла I», которые уже видел на съемках.

Фото пресс-службы Первого канала

## «Великолепная пятёрка» идёт на рекорд

В Санкт-Петербурге приступили к съёмкам продолжения одного из самых рейтинговых проектов Пятого канала – сериала «Великолепная пятёрка». Как водится, перед стартом съёмок разбили традиционную тарелку с цифрой «семь» – знаком нового, уже седьмого, сезона. Продолжение детектива о буднях оперов «убойного» отдела Петровского РОВД Петербурга снимает кинокомпания «Трикс Медиа».



Оперативников ждут не только расследования новых запутанных преступлений, но и изменения в личной жизни. Как и в предыдущих сезонах, в главных ролях – Павел Григорьев, Андрей Горбачёв, Алексей Красноцветов, Нодар Джанелидзе, Константин Гришанов и Егор Кутенков.

– Не верится, что снимаем уже седьмой год, – делится с нами режиссер сериала Сергей Полуянов. – Помню, когда впервые собрались перед началом съёмок, я сказал, что мы начинаем работу над проектом, который будет идти долго-долго. И вот мы начинаем снимать уже седьмой сезон... Отснято 430 серий, еще 100 – впереди...

Фото пресс-службы сериала

## Новый «Полярный» готовится к премьере

Съёмки нового сезона комедийного сериала «Полярный» производства кинокомпании «1-2-3 Production» по заказу телеканала ТНТ официально завершились.

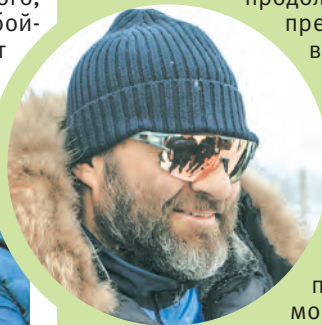
Четвертый сезон не только обещает продолжить традиции трех предыдущих, но и привнести в сериал что-то новое: помимо привычного юмора, зрителей ожидает множество сюжетных поворотов и впечатляющих трюков.

Сюжет четвертой части будет разворачиваться вокруг построенного в Полярном автомобильного завода. Партнеры инвестируют в этот проект хорошие деньги, обещают создать новые рабочие места. Новый мэр северного городка Раиса Борисовна (Мария Кравченко) жаждет заключить договор с зарубежными инвесторами, а вместе с этим и высокую должность в Москве. Но Витя (Михаил Пореченков) узнает, что вместе с деловыми партнерами в Полярный проникла мафия, которая использует работу завода как прикрытия для своей нелегальной деятельности...

К ролям, помимо Михаила Пореченкова и Марии Кравченко, вернутся Катерина Шпица, Елена Воробей, Иван Охлобыстин, Ян Цапник и многие другие полюбившиеся зрителям актеры. Режиссером проекта выступил Радик Рахимов.

В этот раз съёмки проходили не только в снежном Кировске (Мурманская область), но и в городе Салехарде (Ямало-Ненецкий автономный округ).

Фото телеканала ТНТ




## У Максима Матвеева – новая главная роль

В Санкт-Петербурге начались съёмки триллера «Пранкер» с Максимом Матвеевым и Алексеем Серебряковым в главных ролях. В центре сюжета – киберпреступление, повлекшее за собой необратимые последствия как для главного героя, так и для всего города. Максим Матвеев играет профессионального пранкера, который обманом выманивает секретную информацию про коррупционеров. Но однажды он сам оказывается втянут в конфликт бизнес-конкурентов, в ходе которого под ударом оказалась безопасность близких ему людей.

Режиссером и автором сценария проекта стал Александр Харламов. – До того, как мне пришел этот проект, я не встречал в кино именно такой проблематики – исследования сферы обмана, технологии обмана и, что крайне важно, последствий этого обмана для всех участвующих сторон, – говорит исполнитель главной роли Максим Матвеев.

Фото пресс-службы фильма





### Дверные замки МЕТТЭМ®

Дверные замки МЕТТЭМ® - известная российская продукция.


Изделия торговой марки МЕТТЭМ® - надёжные, взломостойкие, долговечные. Замки изготовлены полностью из российских материалов и комплектующих.

В ассортименте МЕТТЭМ® имеются замки-невидимки – специальные устройства, управляемые дистанционно и не имеющие видимых признаков в двери. Это надёжные и современные системы безопасности для любого помещения.

МЕТТЭМ® можно приобрести на маркетплейсах и в специализированных магазинах.

Подробнее о продукции и точках продаж:  
[www.mettem.ru](http://www.mettem.ru)  
 +7 (495) 529-57-27

остерегайтесь подделок





## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Повышение квалификации за счёт работодателя

Профессиональный рост работника полезен не только для него самого, но и для работодателя, поэтому справедливо, если он и оплатит обучение. Давайте разберёмся, за чей счёт может происходить повышение квалификации сотрудников?



## ОБУЧЕНИЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО!

Каждые 3 года (или 5 лет) подтверждать и повышать квалификацию обязаны медицинские работники, педагоги, судьи и прокуроры, госслужащие, работники железнодорожной отрасли и представители некоторых других профессий. Ввиду того, что они не могут быть допущены к профессиональной деятельности без повышения квалификации, это обучение должно происходить за счёт работодателя. При этом работодатель самостоятельно определяет, кто из работников должен пройти обучение, выбрать программы и учебный центр для прохождения курсов.

## НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО, НО ЖЕЛАТЕЛЬНО

Если профессия не требует регулярного повышения квалификации, то оплата работодателем курсов производится на его усмотрение (ст. 196 ч.1 ТК РФ).

Работодатель может оформить данное обучение по-разному: либо подписать дополнительное соглашение к трудовому договору, либо заключить ученический договор. При этом оплата обучения работодателем может осуществляться как полностью, так и частично, по договоренности с работником. В некоторых случаях (ст. 57 ч. 4 абз. 4 и ст. 249 ТК РФ) после оплаты обучения работнику в трудовом договоре прописывается положение о необходимости его отработки в организации в течение определенного периода.

## ПО ИНИЦИАТИВЕ РАБОТНИКА

Если вы считаете, что у вас есть необходимость в повышении квалификации, обратитесь к работодателю с конкретным предложением. Объясните, какую выгоду он получит в итоге. Если же его решение вас не устроит, предложите компромиссные варианты (например, частичную оплату). Иногда компании соглашаются компенсировать до 90% от стоимости обучения.

Представления о дружной, практически идеальной супружеской жизни традиционно таковы: всё делать вместе, делить поровну заботы, каждую свободную минуту проводить вдвоём.

Но практика показывает, что в отдельных случаях именно эти установки и мешают людям быть счастливыми вместе!

## Пора коллективизма позади

Взгляды на семью прошлого века были продиктованы коллективным мироощущением, когда люди жили в коммуналах, работали в дружных коллективах и чувствовали себя частичками чего-то большого и важного. Но когда старые установки разрушились, пришла пора менять и взгляд на семейную гармонию. Современные условия призывают видеть в партнере не только соратника, но в большей мере отдельную интересную личность. Именно поэтому современные способы укрепить отношения показались бы нашим бабушкам и дедушкам странными. Но они на самом деле работают!

## 5 СПОСОБОВ УКРЕПИТЬ ОТНОШЕНИЯ



## 4 СПОСОБ Деликатность лучше прямолинейности

«Кто тебе скажет правду, если не я?» Часто после такого заявления следует какая-то неприятная информация, которая всегда оправдывается лучшими побуждениями. Но близкие люди на то и близкие, чтобы стараться не ранить друг друга попусту.

Но и врать не стоит, открытость в отношениях очень важна.

Поэтому психологи призывают говорить правду, но облекать ее в более деликатные фразы.

Это поможет близкому человеку задуматься, но не уронит его самооценку.

## 1 СПОСОБ Отдых по отдельности

Один из устойчивых мифов об идеальных отношениях: отпуск нужно проводить вместе. Но если в отношениях царят мир и доверие, а интересы супругов разнятся (он мечтает о рыбалке под Астраханью, а она – о морском побережье), раздельно проведенный отпуск пойдет только на пользу. Дополнительные бонусы: отдыхая по отдельности, супруги успеют соскучиться, накопить эмоции и темы для бесед. Но есть условие: возможность провести время, как нравится, должно быть у обоих. Если один останется дома скучать и бездельничать, он будет чувствовать себя обделенным.

## 2 СПОСОБ Сон в разных кроватях

Нежно обнимающаяся во сне пара – еще один романтический стереотип. В реальности не всегда сон в одной кровати с любимым так хорош. Допустим, муж храпит, а жена толкает в бок или крутится... О том, чтобы выспаться и проснуться с утра в хорошем настроении, речи не идет. В таком случае можно и нужно спать по отдельности. В этом нет ничего страшного: вы выспитесь, соскучитесь, а еще сможете ходить друг к другу «в гости» – это непременно пойдет на пользу интимным отношениям.

## 3 СПОСОБ Вместе наяву

Вы скажете: на работе мы врозь, ночью врозь... А когда же побыть вместе? Ответ очевиден: когда вы вместе дома. И чтобы не разбредаться по разным комнатам, лучше подберите себе занятия, которые объединят вас. Это может быть просмотр фильмов. Обсуждая поведение героев, можно многое узнать о характере друг друга, а наблюдая за перипетиями сюжета – получить порцию эндорфинов. Еще один вариант – вместе готовить. Ведь объединяет не только совместное поедание пищи, но и ее приготовление.

– В семье должно быть всё поровну. – Верно. Вчера задремал, а жена стала рассказывать, как её подружка похудела. Сегодня я её ночью разбудил – расскажу о новой дрели.



## 5 СПОСОБ Любовь друг к другу и к себе

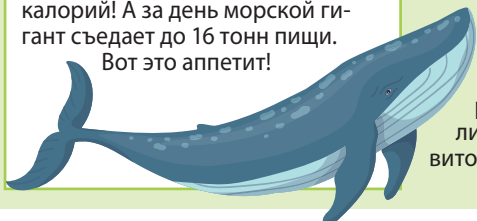
Чтобы вас кто-то искренне полюбил, нужно для начала полюбить себя. Низкая самооценка – частая причина неудач в отношениях. Психологи уверены: мы притягиваем тот уровень любви, который сами к себе испытываем. Если вы себя постоянно критикуете, то же самое будет делать и партнер.

И наоборот: качества, которыми вы гордитесь, привлекают и любимого человека. Поэтому в пику внутреннему критику стоит завести внутреннего хвалителя. Вот увидите: ваш партнер «отзеркалит» такое отношение и тоже будет восхищаться вами.

Подготовила  
Ольга БЕЛЬСКАЯ

## Китовая диета

Самое большое млекопитающее на нашей планете – синий кит. Взрослое животное достигает в длину 30 метров и весит больше 100 тонн. Поддерживать такую форму непросто, поэтому питание киту требуется очень калорийное. Например, мелкие ракообразные – криль. За один глоток кит втягивает в себя 500 кг криля, что соответствует 500 000 калорий! А за день морской гигант съедает до 16 тонн пищи. Вот это аппетит!



## Горчица – прабабушка капусты?

Учёные предполагают, что прародителем всех видов капусты может быть одно-единственное растение – дикая горчица. Этот однолетник легко образует гибриды, поэтому наши предки еще в добиблейскую эпоху вывели из исходного растения столько разнообразных сортов: и цветную, и брокколи, и кольраби, и белокочанную... Для кольраби выбирались экземпляры с сочными стеблями, для листовых сортов – с сильно развитой верхней почкой и так далее.

## Пираты – это серьезно

Создатели серии фильмов «Пираты Карибского моря» подошли к съёмкам очень ответственно. Чтобы картинка на экране получилась максимально достоверной, многие актеры были отправлены в «Пиратскую школу», открытую специально для них выдающимся мастером трюков Бобом Андерсеном. Он научил будущих киношных флибустьеров фехтовать, управлять корабельными пушками и разбираться в оснастке.



## Машина, а не дрова

«Дровами» мы пренебрежительно называем автомобили, которым не повезло с владельцами и за которыми плохо ухаживали в процессе эксплуатации. Но вьетнамский блогер Труонг Ван Дао смог полностью перевернуть смысл этого выражения. Воспользовавшись «услугами» искусственного интеллекта, он разработал модель машины, детали которой созданы из дерева. Получилось нечто футуристическое, с шестеренками и удивительными деталями. И пусть несущая рама и ходовая часть выполнены из металла, а из дерева – компоненты обшивки, ни у кого язык не повернется назвать это чудо техники дровами!

Светлана СИДОРЧУК



При похудении рано или поздно каждый сталкивается с эффектом плато.

Э то когда вес упрямо держится, не желая сдавать свои позиции. В этот момент сложно не махнуть рукой и не бросить мечту о похудении. Не сдавайтесь! Плато – это норма. Если вы будете целенаправленно продолжать, вес сдвинется. А мы вам поможем разобраться, из-за чего вес встал и что с этим можно сделать.

### Задержка жидкости

Стресс и длительное ограничение в калориях ведут к повышению уровня кортизола, который в свою очередь способен удерживать жидкость в нашем теле. Кроме того, задерживать жидкость может соль. Даже если вы считаете, что соли едите мало и тот же овощной салат недосаливаете. Обязательно нужно провести ревизию всех продуктов, которые вы употребляете в течение дня. В 100 г колбасы в среднем содержится около 2 г соли. Примерно столько же содержит и сыр, а хлеб – около 1 г. Что уж говорить про полезную, но соленую рыбу (лосось, скумбрия, селедка). Между тем Минздрав РФ рекомендует употреблять не более 2,5 г соли в сутки.

#### РЕШЕНИЕ

Чтобы снизить уровень кортизола, постарайтесь больше отдыхать, свести стресс к минимуму и, возможно, пересмотреть ежедневный рацион – минимизировать или исключить продукты с большим количеством соли.



### Рост мышечной ткани

Это возможно, если вы регулярно тренируетесь. Когда вы употребляете достаточное количество белковой пищи и занимаетесь двигательной активностью, мышцы начинают расти. Получается, что жира становится меньше, а мышц (которые тяжелее жира) – больше, и вес не меняется или даже может увеличиться. Однако тело, даже при увеличении веса, в этом случае становится более стройным и подтянутым. И не бойтесь, вам не грозит стать «качком». Для этого требуется особый режим тренировок и питания.

#### РЕШЕНИЕ

Регулярно измеряйте объемы тела: бедра, талию. Если вес не меняется, а объемы уменьшаются, значит, жир ушел и выросли мышцы.

### КСТАТИ

#### Сон стройности

Никто не будет спорить о том, что сон важен для здоровья. Но мало кто помнит, что сон может влиять и на скорость похудения. В результате исследований ученые пришли к выводу, что те, кто постоянно недосыпают, худеют медленнее. К тому же недостаток сна может увеличить жировые отложения. Поэтому так важно наладить режим сна и бодрствования, чтобы справиться с лишним весом.

#### РЕШЕНИЕ

Регулярно измеряйте объемы тела: бедра, талию. Если вес не меняется, а объемы уменьшаются, значит, жир ушел и выросли мышцы.



На самом деле похудеть очень легко. Надо просто сжигать калории. Так, например, если вы сожжёте на сковороде 200 граммов куриной грудки, вы потеряете 374 калории. Это прямой путь к похудению!

### Нет дефицита калорий

Это значит, что вы потребляете столько же, сколько и тратите, или даже больше. Кроме того, спустя какое-то время после начала похудительного процесса может замедлиться обмен веществ.

#### РЕШЕНИЕ

Пересмотрите ежедневную калорийность и БЖУ. Возможно, вы где-то не учитываете небольшие перекусы, полагая, что они никак не влияют на похудение. Влияют! Поэтому не полнитесь хотя бы первое время вести учет всего съеденного. Еще один вариант – можно увеличить физическую активность: изменить упражнения, добавить лишнюю тренировку в неделю и т. д.

Подготовила Татьяна МИХАЛЁВА

## НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

### Мореплаватели и первопроходцы

Наша викторина посвящена ярким великим людям – мореплавателям и первопроходцам.

**1** Всем знакомы со школы имена исследователей Сибири и Дальнего Востока – Ермака Тимофеевича, Семёна Дежнёва, Витуса Беринга, Николая Пржевальского. Вспомните, какой российский мореплаватель совершил кругосветное путешествие? А главное, 29 января 1820 года сделал великое географическое открытие, навсегда изменившее карты мира и представление о строении Земли: открыл континент Антарктида?

- а) Фаддей Фаддеевич Беллинсгаузен.
- б) Михаил Петрович Лазарев.
- в) Иван Фёдорович Крузенштерн.

**2** Эта история связана с экспедицией 1803 года, когда кругосветка на кораблях «Нева» и «Надежда» стартовала из Кронштадта. Изначально руководили походом И.Ф. Крузенштерн и Н.П. Резанов. Николай Петрович Резанов, мореплаватель, путешественник и дипломат, перед экспедицией получил от императора дипломатические полномочия. На борту «Надежды» Резанов добрался до Японии и остался для выполнения задачи, поставленной императором... Часть этой истории жизни Николая Резанова легла в основу легендарной рок-оперы. Как называл свою рок-оперу Алексей Рыбников?

- а) «Звезда и смерть Хоакина Мурьеты».
- б) «Легенда Ксентарона».
- в) «Юнона и Авось».

**3** Русский адмирал, крупнейший исследователь Дальнего Востока Геннадий Иванович Невельской в результате своих экспедиций открыл и описал ряд новых неизвестных территорий. Во время Амурской экспедиции (1849-1855 гг.) он вошёл в низовья Амура и заложил Николаевский порт (сегодня это город Николаевск-на-Амуре). Кстати, именно капитан I ранга Невельской доказал, что «Татарский пролив» именно пролив, а не залив, а эту территорию точно можно считать только островом». О каком острове идёт речь?

- а) Итуруп. б) Монерон. в) Сахалин.

#### ОТВЕТЫ

1-а, б. Капитаны Ф.Ф. Беллинсгаузен и М.П. Лазарев открыли Антарктиду. 2-в. «Юнона и Авось». 3-в. Сахалин.



## ВЫ СТАЛИ ПЛОХО ВИДЕТЬ, ПОЯВИЛИСЬ БОЛЕЗНИ ГЛАЗ? ВОЗМОЖНО, ВАШИМ ГЛАЗАМ НЕ ХВАТАЕТ «ТОПЛИВА»

Российские ученые установили, что для хорошего зрения необходимы каротины. Эти вещества не только могут помочь повысить четкость зрения, но и защитить глаза от излучения экранов, ультрафиолета и прочих вредных факторов, провоцирующих болезни глаз. Ученые прозвали каротины «глазным топливом».

### ГДЕ БОЛЬШЕ ВСЕГО КАРОТИНОВ?

Последние исследования показали, что больше всего каротинов в дикой сибирской чернике. В ее ягодах присутствует более 100 мкг каротинов, благодаря чему она обеспечивает полноценное питание глаз. Особенно полезна дикая сибирская черника. Она растет в девственно чистых лесах Горной Сибири и в ней в разы больше каротинов, чем в чернике, растущей в других регионах. Именно эта черника была использована для приготовления капель «Офтальюкс» и ампул «Лимозор».

### КАК ДЕЙСТВУЕТ КОМПЛЕКС «ОФТАЛЮКС» И «ЛИМОЗОР»?

Капли «Офтальюкс» действуют снаружи. Помимо сибирской черники, они содержат экстракт арники по Филатову, жимолости тибетской, серебро коллоидное и другие компоненты. Капли способствуют очищению хрусталика, нормализации слезоотделения, устранению дискомфорта, и восстановлению поверхности глаза. Ампулы «Лимозор» – продукт для внутреннего применения. Они содержат экстракты сибирской черники, очанки, гибискуса, софоры японской, лимонника и способствуют улучшению работы глазных сосудов, нервов и мышц. Вместе комплекс может помочь восстановить четкое зрение, избавиться от «тумана» и «мушек», нормализовать внутриглазное давление, победить заболевания глаз и вновь ясно увидеть окружающий мир.



### СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

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

ПОДАРОК\* – «Лимозор» и «Офтальюкс»

Для этого сделайте 2 простых шага:

1. ПОЗВОНТЕ по телефону **8-800-302-30-30** и назовите промокод акции **2608**

2. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «Лимозор» и «Офтальюкс»

ЗВОНТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ! Доставка за счет производителя!

\* АКЦИОННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ ДО 14 ОКТЯБРЯ 2024 г.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ.

ИП Лутова Юлия Александровна. ИНН: 027702311387. ОГРНИП: 320028000047860. 450022, Республика Башкортостан, г. Уфа, ул. Минигали Губайдуллина, д. 25/1, кв. 58. Срок проведения акции до 14 октября 2024 г. \* Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА



Эта замечательная актриса, которую стали узнавать на улице после выхода на экраны картин «Цыганки», «Королева игры», «Кармелита», 14 августа отмечает день рождения, с чем мы её от души поздравляем.

**Надежда БАХТИНА:**



**ПОЖЕЛАНИЕ  
ЧИТАТЕЛЯМ  
«ТЕЛЕКА»:**

– Не бойтесь делать шаги к своей мечте. Мы часто из-за боязни, что не получится, топчемся на месте. Но бояться не надо. Надо обязательно действовать, идти вперёд, и тогда всё получится.

# «Не бойтесь совершать ошибки»

**П**равда, пока Надежда не знает, как пройдет этот день – на съемочной площадке или дома в кругу друзей и родных. Но мы благодарны, что актриса нашла возможность в таком напряженном графике поговорить с корреспондентом «Телека» и рассказать о том, что интересного происходит в ее жизни – личной и творческой.

## Любимые цветы – розы

– Надежда, любите отмечать дни рождения?

– Честно говоря, спокойно отношусь к датам, даже если они круглые. Главное, что это хороший повод собрать дорогих тебе людей. Что касается нынешней даты, я так давно не отмечала свой день рождения, так сказать, широко, что в этом году хочу это сделать.

– Каждый из нас желает отметить этот праздник как можно интереснее, чтобы осталась память. Какие из ваших дней рождения оказались самыми памятными?

– Первые 11 лет жизни я каждый год отмечала свой день в деревне Ильинское Калужской области. У нас был домик, где мы отдыхали всей нашей большой семьей. Там невероятно живописное холмистое место, монастырь, источник Ильи Пророка. Время, проведенное в этой деревне, стало одним из самых дорогих и светлых воспоминаний. Здесь на мой день рождения собиралась вся родня, приходили мои деревенские под-



ружки, приезжали друзья из соседнего городка Перемышль, которые держали пасеку и обязательно привозили банку меда, так как я родилась в Медовый Спас, а еще свежесрезанные розы из своего сада. Это мои любимые цветы до сих пор. Мы устраивали пикники на берегу реки, пели, общались, купались, ловили рыбу и варили уху.

Из самовара пили травяной чай. Это была другая жизнь, незабываемая и невероятно счастливая.

## Впечатления в подарок

– Неужели, когда выросли, таких счастливых дней рождения больше не было?



Один из самых памятных дней рождения наша героиня отметила в Париже.



На съёмках сериала «Королева игры».

– Были, конечно. 25 лет мы отмечали на другой нашей даче, в деревне Княжево в Подмоскowie. Домик в Калужской области к тому времени был продан, поскольку купили поближе. И вот приехали на день рождения друзья и родственники, братья украсили весь участок, сделали большой плакат с моими фотографиями,

но в самый ответственный момент в деревне выключили свет, причем надолго. Но мы не растерялись. У нас было много свечей, которые мы расставили по всему участку. Еще горел костер, создавая особую атмосферу, и получилось очень красиво. Мы подогнали машину, включили музыку и «отрвались» по полной. Даже мелкий дождь не стал помехой.

В день 30-летия брат Серёжа мне тоже сделал оригинальный подарок. Была почти ночь, мы сидели на Тверском бульваре дружной компанией. И я не заметила, как один из братьев исчез. А через некоторое время он появился из ночи верхом на лошади, держа под уздцы другую, и предложил мне прокатиться. Это было как в кино. Конечно, я с радостью взгромоздилась на коня, несмотря на шпильки и вечернее платье. На съемках фильма «Кармелита» я не только научилась ездить верхом, но и влюбилась в лошадей, при первой возможности старалась прокатиться. И брат такую возможность мне предоставил.

## Мечтала сыграть хирурга

– Вы сказали, что отмечаете день рождения в кругу родных, если не будет съёмочного дня. Мо-

жете рассказать про новый проект?

– Буквально на днях приступим к съемкам нового сериала на телеканале Домашний. Буду играть хирурга, давно об этом мечтала, так как мой дедушка Владимир Баранчев был военным хирургом. Мне и раньше приходилось играть медиков, но как-то вскользь, по касательной. Но в этом проекте роль будет с погружением...

## Тёркин жив!

– В театре «Живая вода», где вы служите, тоже есть важные новости – прошла премьера спектакля с вашим участием...

– Да, мы выпустили спектакль «Тёркин жив!» по поэме Твардовского, но с отсылком в сегодняшний день.

Получился сильный спектакль, который мы показываем, в том числе, в воинских частях. Это очень важная для меня работа. Одно дело, когда в зале просто зритель, и совсем другое – бойцы СВО. Когда видишь глаза ребят, участников боевых действий, это особое ощущение. Потому что в спектакле мы рассказываем о них.

Еще одна театральная премьера только готовится. Репетируем новую сказку для детей, которые подменили настоящую жизнь виртуальной, часами сидят в гаджетах. Проблема серьезная, и мы отнеслись к ней подобающим образом.

С особой теплотой вспоминаю участие в недавно прошедшем проекте «Дни Достоевского в Оптиной пустыни». Это был важный, духовно-просветительский проект, в котором участвовала благодаря приглашению телеканала «Спас». Здесь я встретила разных интересных людей и узнала много нового о Достоевском, чье творчество очень люблю.

**Наталья АНОХИНА**



Любимая характерная роль Надежды в театре – Изабелла Ивановна в спектакле «Мама Габриэли».

## ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

– Преподавать вам ещё не предлагали? Сейчас многие артисты обратились к педагогической деятельности...

– Я давно об этом задумываюсь, и предложения такие поступали. Буквально недавно у меня был интересный педагогический опыт, когда пригласили в Париж провести мастер-

## Автограф от Портоса

класс для коллектива детского музыкального театра «Гамены» и помочь поставить спектакль на основе нашего легендарного фильма «Д'Артаньян и три мушкетера». Когда собиралась туда, предусмотрительно взяла для ребят

автограф у Валентина Смирнитского (того самого Портоса), с которым работаю в одном антрепризном спектакле. Дети были счастливы!

Да, это был непростой, но очень интересный опыт, если учесть, что

дети были не только из русских семей, но и смешанных. Мы очень подружились, и жалко было расставаться. Спектакль выпускали без меня, но я надеюсь, что когда-нибудь смогу вернуться туда и посмотреть, что в итоге получилось.





**ДОРОЖНОЕ**

**FM**

**РАДИО**

**ВМЕСТЕ**

**В ПУТИ!**



# УХОД за волосами дома

И опять наши знакомые дамы – бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька – собрались за чашечкой чая, чтобы обсудить серьёзный вопрос: как правильно ухаживать за волосами дома?



Машенька,  
девушка на выданье

3

Верочка,  
домохозяйка

Анна  
Адамовна,  
учительница

Галина  
Сергеевна,  
бизнесвумен

– Девочки, раз зашла речь о мытье, хочу сказать, что очень важно выбрать правильный шампунь. Обязательно сначала нужно оценить состояние волос и понять, что конкретно им нужно – питание, увлажнение, лечение, дополнительный объем, – и уже ориентируясь на это, подбирать шампунь. Наносить его лучше не сразу на волосы, а предварительно вспенив в руках. Дальше наносим шампунь на кожу головы, мягко массируем и затем распределяем по всей длине. Таким образом, первое, мы хорошо очищаем кожу, которая всегда жирнее волос. И второе, не пересушиваем волосы.



1

– Девочки, мы с вами по-разному ухаживаем за волосами, потому что у нас разные волосы, это нормально. Но ведь есть какие-то общие правила ухода, которые, я убеждена, просто необходимо соблюдать, чтобы волосы были здоровыми и красивыми. Предлагаю обсудить эту тему со всеми подробностями.



– Поддерживаю. Это очень хорошая тема. И первое, о чем хочу всем напомнить: для здоровья волос важно правильное их расчесывание. Многие просто раздирают спутанные волосы, чем наносят им большой ущерб. Правильно начинать расчесывание волос, даже очень спутанных, с самых кончиков, постепенно продвигаясь к корням. Расчесывать нужно бережно, не торопясь, без резких движений, чтобы не травмировать волосы.

2

– Кстати, расчесывать волосы необходимо не только во время укладки или после мытья, но и до. При мытье спутанные волосы можно легко повредить, поэтому перед тем, как намочить волосы, настоятельно всем советуем тщательно их расчесать. Единственное исключение из этого правила – сложная прическа, закрепленная лаком (например, свадебная). Склеенные лаком волосы очень сложно расчесать, не травмируя, поэтому сначала необходимо смыть с них лак.



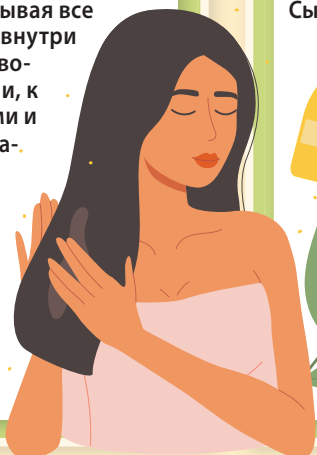
4

– Как правило, одного шампуня, даже правильно выбранного, мало для полноценного ухода. Особенно если волосы окрашены, повреждены, пересушены и т.п. Обычно нужен и важен дополнительный уход – это маски, которые необходимо делать 2-3 раза в неделю. Всегда помним, что масочку наносим на вымытые и подсушенные полотенцем волосы, распределяем по всей длине и держим ровно столько, сколько рекомендует производитель. Затем тщательно смываем теплой водой. Самодельные маски можно держать 15-20 минут, после чего тщательно смывать.



– А после маски и, кстати, даже просто мытья наши волосы будут очень благодарны за бальзам-ополаскиватель или кондиционер. Эти продукты закрывают чешуйки волос, как бы запечатывая все полезные вещества внутри волоса. В результате волосы получают питание и, к тому же, становятся более послушными и гладкими. И конечно, лучше расчесываются.

Бальзам желательно наносить только на волосы, не затрагивая корни и кожу головы. Держать его на волосах, как и маски, нужно столько, сколько указывает производитель, иначе есть вероятность либо не достичь желаемого эффекта, либо вскоре столкнуться с эффектом жирных волос.



5

– И конечно, очень важно правильно сушить волосы. Широко распространено мнение, что сушка огненным феном очень вредна, однако повредить волосы можно и при естественной сушке. Дело в том, что, когда волосы долго сохнут сами, влага распирает кутикулу, и она становится неоднородной, это нехорошо. Вполне можно сушить волосы феном, но не горячим, а прохладным. При этой процедуре потоки воздуха лучше направлять по росту волос – от корней к кончикам.



– Хочу добавить пару слов о сыворотках и маслах для волос. Это дополнительный уход, который особенно понравится поврежденным кончикам. Сыворотки и масла смягчают и разглаживают волосы, придают им блеск. Нередко такие средства выполняют какие-то дополнительные функции: это может быть термо- или УФ-защита, устранение ломкости, увлажнение и т.п. Наносить сыворотки и масла нужно по чуть-чуть и только на кончики волос. Буквально несколько капель масла или сыворотки капаем на ладонь, растираем и аккуратно наносим на кончики волос, после чего расчесываем.

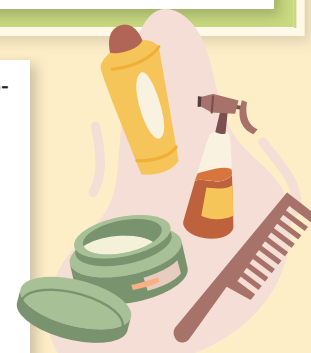


6

– Девочки, ну вот мы и собрали важные рекомендации по домашнему уходу за волосами. Будем следовать этим правилам постоянно, и наши волосы, я уверена, будут очень благодарны.



– Я вижу, у вас новая причёска?  
– Да, это меня жена вчера вечером подстригла, она у меня парикмахер.  
– А вы случайно с ней перед этим не повздорили?



Разговор подружек подслушала Светлана ИВАНОВА. Редакция благодарит мастера-парикмахера Елену Кадацкую за помощь в подготовке материала



Что даёт нам силы действовать и вселяет надежду? Без чего пропадает интерес к жизни у любого человека?

Когда я услышала эти вопросы из уст известного ученого, задумалась над ответом. А потом меня осенило – это мечты! И буквально через секунду догадка эхом отозвалась с экрана ТВ.

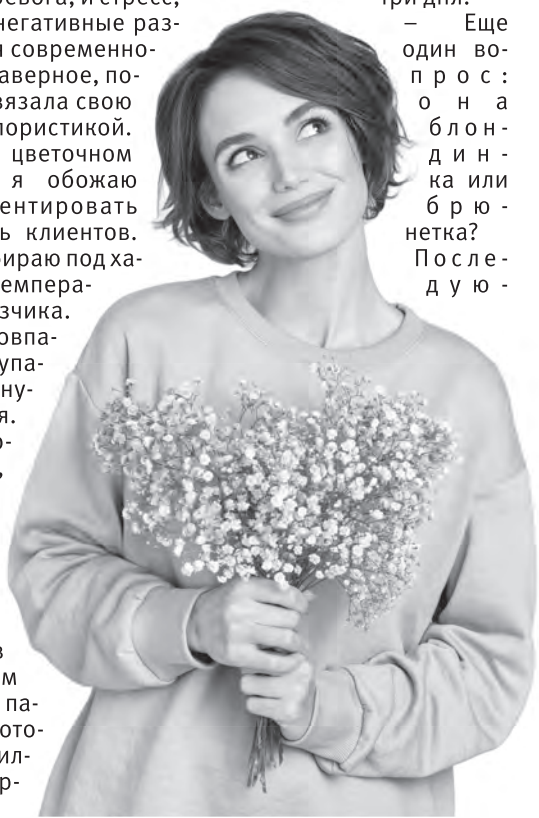
## Купаюсь в минутах счастья

Я очень люблю цветы. Самыми любимыми и важными остаются букеты из полевых растений. Когда-то мой дедушка собирал их чуть ли не ежедневно для моей бабушки, его любимой Риты. А их дачный участок был усеян нежным перламутром – розовыми и жемчужными маргаритками.

Стоит только взглянуть на разноцветные цветы, уходят и тревога, и стресс, и прочие негативные разности современного мира. Наверное, потому я и связала свою жизнь с флористикой.

В своем цветочном магазине я обожаю экспериментировать и удивлять клиентов. Букет подбираю под характер и темперамент заказчика. Если все совпадает – я купаюсь в минутах счастья.

Со своим мужем, кстати, познакомилась на прежнем рабочем месте – в открытом цветочном павильоне, который находился в супермаркете.



# Цветочный роман

“Счастье – это держать цветы обеими руками.  
Китайская пословица

## Букет со смыслом

Как-то вечером, перед самым закрытием магазинчика, зашел симпатичный молодой человек. Он внимательно оглядел все представленные на витрине цветы и спросил:

– Мне нужен необычный букет, который способен растопить сердце очень любимого и незаслуженно обиженного мной человека. Сможете? Цена букета меня не интересует, важен только результат.

– Попробую, – ответила я. – Сколько у меня есть времени?

– Три дня.

– Еще один вопрос: она блондинка или брюнетка?

Последую

щие дни я с воодушевлением занималась созданием разных вариантов цветочной композиции. Мне было очень интересно узнать о своих возможностях, ведь подобных заказов у меня еще не было.

Букет был собран по всем правилам и канонам флористики, но с использованием некоторых нестандартных решений. Поскольку у каждого цветка есть свое особое значение, я постаралась без слов передать любовь, уважение, восхищение.

Я ждала заказчика с волнением и нетерпением, быстрее хотелось услышать его вердикт. Загадала: если он придет в точно назначенное время, значит, все будет хорошо. Парень явился минута в минуту, и мой пунктик по поводу пунктуальности с радостью перепрыгнул этот барьер.

Первые мгновенья покупатель молча смотрел на мой невероятный букет. Потом он перевел на меня восторженный взгляд.

– Невероятно! Вы настоящая волшебница! Это самый красивый букет, который я когда-либо видел.

Я выдохнула с облегчением – справилась, мое профессиональное самолюбие было полностью удовлетворено. А вот женская составляющая взгрустнула: мне очень захотелось, чтобы мне тоже преподнесли подобные цветы. И не кто-то, а именно этот парень.

Прошло еще несколько дней, и в моем магазинчике снова появился тот са-

мый покупатель. С ним рядом стояла красивая, статная женщина.

– Моя мама, – представил свою даму молодой человек. – Цветы были для нее.

– Вы действительно сотворили чудо, – улыбнулась женщина. – Я разбираюсь во флористике, поверьте, у вас талант.

Так я познакомилась с Кирией Сергеевной, своей будущей свекровью. С тех пор цветами занимается вся наша семья.

## Запрос во Вселенную

В магазин требовался помощник-продавец. К тому времени у нас уже была, что называется, высокая флористика, на уровне хороших салонов. Но условия труда и заработная плата еще не дотягивали до салонного уровня. Я понимала, что специалиста с необходимыми навыками найти сложно.

И я написала запрос во Вселенную: изложила проблему, пожелания, качества, которые хотела бы видеть в своем помощнике. В конце добавила: пусть этот человек придет работать именно в мой магазин. Спустя недели две я буквально столкнулась в дверях с молодой девушкой.

– Вам продавец случайно не требуется? – с робкой надеждой в голосе спросила она.

– Случайно требуется. Для начала попробуйте сделать букет, а там посмотрим.

Композиция, которую представила девушка, была на достойном флористическом уровне. Я сразу отметила неплохо поставленную руку и врожденный вкус. Когда она согласилась с остальными моими условиями, я мысленно поблагодарила мироздание – мы действительно творцы своей реальности. Настя стала не только продавцом в нашем магазине, но и моей подругой.

## Красная роза – эмблема любви

И если на профессиональном поприще у Анастасии складывалось все наилучшим образом, то в ее личной жизни был разлад.

– Не везет мне с мужчинами, – вздыхала девушка. – Со мной знакомилась, сама знакомила – ничего не получается. И вроде нет особых сверхтребований, просто хочется, чтобы он поддерживал привычные традиционные ценности. Казалось, что встретила такого, он даже замуж позвал, а на следующий день позвонил и сказал: «Я тут подумал, ну зачем нам жениться? Молодые еще, надо погулять, пока есть желание и силы». Проплакала тогда неделю, а теперь и не знаю, как верить парням.

– Не переживай и поблагодари за то, что помог не

совершить глупость. Чудеса приходят в нашу жизнь неожиданно, но тогда, когда это необходимо.

Вскоре я уехала в другой город на семинар. Когда вернулась обратно, Настя была задумчива и рассеяна. Неужели влюбилась? На все мои вопросы она только отнекивалась.

А потом я увидела его. Парень стал регулярно заходить в магазин, как на экскурсию. Он старался смотреть на цветы, но его взгляд все время переключался на Настю. Девушка будто его не замечала.

– Мне кажется, что этот молодой человек заходит к нам только ради тебя, – сказала я Насте. – Вы знакомы?

– Были когда-то, – после паузы ответила она. – Но я тогда предпочла другого. Не хочу переживать боль.

Несколько дней я присматривалась к парню, который постоянно заходил в магазин. Потом общалась с ним, а затем предложила ему рассказать Насте о своих чувствах на языке цветов. Он обрадовался, но отказался от дальнейшей помощи.

– Я сам изучу все эти значения.

На следующий день он зашел в магазин с белыми камелиями, которые преподнес Анастасии, и тут же удалился.

– Твой ухажер в восхищении, – прокомментировала я.

Далее были анютины глазки и астры (воздушный поцелуй и изящество); гиацинты и хризантемы (красота и искренность); марголии и монстера (настойчивость и целеустремленность). Когда появились красные розы, девушка озарилась счастливой улыбкой, ведь эти цветы говорят о большой и долгой любви.

МАРГАРИТА

### ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



## Судоку

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

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

		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		

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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



7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 16.05 «Мужское / Женское». (16+)	 13.00 «Наши». (12+)	 20.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+)	 18.10 Шоу «Уральские пельмени». (16+)	 13.30 «САШАТАНЯ». (16+)	 22.20 «Смотреть всем!» (16+)			
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «Модный приговор». (0+) 10.10 «Жить здорово!» (16+) 11.00 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 «Давай поженимся!» (16+) 16.05 «Мужское / Женское». (16+) 17.00 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.30 Информационный канал. (16+) 20.00 «ИЩЕЙКА». (16+) 21.00 «Время» 22.00 «ТРЕЙДЕР». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 00.00 Подкаст.Лаб. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 13.00 «Наши». (12+) 14.00 Вести 14.35 Вести. Местное время 15.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+) 17.00 Вести 17.30 «Малахов». (16+) 18.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+) Ирина Бойцева живёт в золотой клетке с беспощадным мужем Петром, от которого годами терпит издевательства и побои. Всё меняется, когда брат Петра Иван даёт ей пистолет для защиты. 01.25 «ОСИНОЕ ГНЕЗДО». (12+) 03.25 «ВАСИЛИСА». (12+)	04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (12+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+) 10.00 «Сегодня» 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+) 11.00 «ПЁС». (16+) 13.00 «Сегодня». 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.00 «Сегодня» 16.45 «За гранью». (16+) 17.50 «ДНК». (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+) После смерти Фомы на Невском начинается криминальный беспредел. 23.35 «Сегодня» 00.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+) 03.30 «ФЕМИДА ВИДИТ». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.30 «Маша и Медведь». (0+) 07.10 «100 мест, где поесть». (16+) 08.05 «КОД «М»: В ПОИСКАХ ШПАГИ Д'АРТАНЯНЯ». (12+) 10.10 «АРТУР И МИНИПУТЫ». (16+) 12.15 «АРТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (16+) 14.05 «АРТУР И ВОЙНА ДВУХ МИРОВ». (16+) 16.05 «СТРАЖИ ВРЕМЕНИ». (6+) 18.10 Шоу «Уральские пельмени». (16+) 21.10 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (12+) 23.00 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+) 00.45 «ПОСЛЕДНИЙ НАЁМНИК». (16+) 02.40 «ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!». (16+) 04.20 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+) 04.40 «Мультфильмы». (16+)	07.00 «Утро ТНТ». (16+) 08.00 «Однажды в России». (16+) 09.00 «Выжить в Дубае. Возвращение». (16+) 11.30 «Игры без границ». (16+) 13.30 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «ПОКА НЕ РОДИЛА». (16+) В дом семьи Емелиных приходит беда. Их выселяют. Мало того, что живут они в подвале. Так ещё и делают это незаконно. Срочно нужна взятка! 21.00 «УБОЙНЫЙ ОТПУСК». (18+) 23.00 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+) 00.50 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+) 01.35 «Я тебе не верю». (16+) 02.20 «Импровизация. Команды». (16+) 04.20 «Импровизация». (16+) 05.15 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 06.00 «Утро ТНТ». (16+)	05.00 18.00 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (16+) 11.00 «Как устроен мир». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ЗОЛОТОЙ КОНВОЙ». (16+) 22.20 «Смотреть всем!» (16+) 23.30 «Документальный спецпроект». (16+) 00.30 «ДЕТЕКТИВ НАЙТ: МЕРЗАВЕЦ». (18+)			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
05.00 Гастротур. (16+) Чем богата сибирская кухня? Дмитрий Левицкий отправится в Красноярск, чтобы выяснить это. 05.50 Пятница News. (16+) 06.30 Секреты на кухне. (16+) 07.30 Гость у порога. (16+) 09.20 Четыре дачи. (16+) 12.30 Битва шефов. (16+) 23.10 Черный список. На кухне. (16+) 00.00 «ЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ». (18+) 01.50 Пятница News. (16+) 02.20 Инсайдеры. (16+) 03.40 Черный список. (16+) 04.30 Пятница News. (16+)	06.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.10 Дорожные войны. (16+) 11.00 Дорожные драмы. (16+) 13.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+) 18.00 Заступницы. (16+) 20.00 Решала. (16+) 22.00 Заступницы. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 02.45 Решала. (16+) 05.00 Дорожные драмы. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение 11.00 23.25 «Игра в классики». (12+) 15.50 «Академики». (12+) 16.20 «За дело!» (12+) 17.00 «Формула здоровья». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 20.40 04.20 «СИБИРИАДА». (12+) 21.50 «ПЕТЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ». (16+) 01.05 «Очень личное». (12+) 01.50 ОТражение. (12+)	05.00 Ранние пташки. «Тикабо», «Белка и Стрелка. Озорная семейка», «Смешарики», «Барбоскины». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 07.40 «Петроникс». (0+) 08.10 «Приключения Мегащенков». (0+) 08.25 «Майло». (0+) 10.05 «Лео и Тиг». (0+) 11.55 «Турбозавры». (0+) 13.10 «Хранители Кью». (0+) 13.30 «Диностер». (6+) 14.00 «Карбот». (6+) 14.30 «Навигатор. Новости». (0+) 14.40 «Смешарики. Пин-код». (6+) 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+) 17.00 «Цветяшники!» (0+) 17.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 18.20 «Оранжевая корова». (0+) 19.55 «Геройчики». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.20 «Барбоскины». (0+) 22.05 «Дикие скричеры!» (6+) 22.35 «Инфинити Надо». (6+) Мультсериал о противостоянии злых сил и стихий. 23.00 «Люк - путешественник во времени. Зерно жизни». (6+) В своём очередном путешествии во времени Люк отправляется в таинственную Камбоджу! 00.00 «Простоквашино». (0+) 02.00 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+) 02.25 «Бумажки». (0+) 03.30 «Три кота». (0+)
05.25 «Маша и Медведь». (0+) 10.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) Ася на работе успешный доктор, а дома - счастливая жена и мать. Ее жизнь похожа на сказку: любимый муж Волкан, драгоценный сын, дом - полная чаша. Но в один день все рушится. 12.00 «Шоу Метод Юлии Ивлиевой». (16+) 13.00 «Супербабушка». (16+) 16.00 02.00 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+) 18.00 «Мама дорогая». (16+) 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) 03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)	06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 00.30 Новости 06.15 Наше кино. История большой любви. (16+) 06.40, 10.10 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (16+) 13.15 Мировое соглашение. (16+) 14.10, 15.05, 16.15 Дела судебные. (16+) 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 18.50 Игра в кино. (16+) 22.30 «ТАЙНА «ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ»». (16+) 00.45 Спецрепортаж. (12+) 01.00 Время возможностей. Медицина. (12+) 01.20 Пять причин поехать в... (12+) 01.35 Я - волонтер. (12+) 01.40 Культурности. (12+) 02.00 Чемпионы Евразии. (12+)	04.20 «Путь к Победе» (16+) 05.20 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+) 06.30 «КРЕПКАЯ БРОНЯ». (16+) 14.00 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+) Шпионский боевик о противостоянии секретной разведслужбы СССР и Третьего Рейха. В центре сюжета - судьба сотрудника НКВД Георгия Волкова, который ведёт ожесточённую борьбу со своим заклятым врагом - майором Алверта Конрадом фон Бютцовом... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+) 02.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+) 03.50 «СОЛДАТИК». (12+)	05.00 «Время малышей». (0+) 07.00 «Маша и Медведь». (0+) 08.00 «Хранители Кью». (0+) 08.30 «Чик-Чиркино». (0+) 09.50 «Кошей. Начало». (6+) 11.30 «Приключения Мегащенков». (0+) 12.00 «Время малышей» (0+) 13.00 «Сказочный патруль». (0+) 13.40 «Маша и Медведь». (0+) 15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+) 15.30 «Барбоскины». (0+) 17.00 «Фиксики. Новенькие». (0+) 18.00 «Лунтик». (0+) 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) Мультсериал рассказывает о приключениях белого медвежонка по имени Белая Лучка и бурого по имени Кеша, а также их друзей Лисички и цыпленка Цыпы. 20.00 «Маша и Медведь». (0+) 20.35 Сказка на ночь. «Машины сказки». (0+) 20.40 «Цветяшники! Одеваемся с Цветяшками». (0+) 21.10 «Барбоскины». (0+) 21.00 «Сказочный патруль». (0+) 23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+) 00.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+) 00.35 «Буба». (6+) 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 02.15 «Лунтик». (0+) 03.00 «Четверо в кубе». (0+) 03.35 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+) 04.20 «Барбоскины». (0+) 05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Тикабо», «Белка и Стрелка. Озорная семейка», «Смешарики», «Барбоскины». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 07.40 «Петроникс». (0+) 08.10 «Приключения Мегащенков». (0+) 08.25 «Майло». (0+) 10.05 «Лео и Тиг». (0+) 11.55 «Турбозавры». (0+) 13.10 «Хранители Кью». (0+) 13.30 «Диностер». (6+) 14.00 «Карбот». (6+) 14.30 «Навигатор. Новости». (0+) 14.40 «Смешарики. Пин-код». (6+) 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+) 17.00 «Цветяшники!» (0+) 17.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 18.20 «Оранжевая корова». (0+) 19.55 «Геройчики». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.20 «Барбоскины». (0+) 22.05 «Дикие скричеры!» (6+) 22.35 «Инфинити Надо». (6+) Мультсериал о противостоянии злых сил и стихий. 23.00 «Люк - путешественник во времени. Зерно жизни». (6+) В своём очередном путешествии во времени Люк отправляется в таинственную Камбоджу! 00.00 «Простоквашино». (0+) 02.00 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+) 02.25 «Бумажки». (0+) 03.30 «Три кота». (0+)	06.00 «Время малышей». (0+) 07.00 «Маша и Медведь». (0+) 08.00 «Хранители Кью». (0+) 08.30 «Чик-Чиркино». (0+) 09.50 «Кошей. Начало». (6+) 11.30 «Приключения Мегащенков». (0+) 12.00 «Время малышей» (0+) 13.00 «Сказочный патруль». (0+) 13.40 «Маша и Медведь». (0+) 15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+) 15.30 «Барбоскины». (0+) 17.00 «Фиксики. Новенькие». (0+) 18.00 «Лунтик». (0+) 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) Мультсериал рассказывает о приключениях белого медвежонка по имени Белая Лучка и бурого по имени Кеша, а также их друзей Лисички и цыпленка Цыпы. 20.00 «Маша и Медведь». (0+) 20.35 Сказка на ночь. «Машины сказки». (0+) 20.40 «Цветяшники! Одеваемся с Цветяшками». (0+) 21.10 «Барбоскины». (0+) 21.00 «Сказочный патруль». (0+) 23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+) 00.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+) 00.35 «Буба». (6+) 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 02.15 «Лунтик». (0+) 03.00 «Четверо в кубе». (0+) 03.35 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+) 04.20 «Барбоскины». (0+) 05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

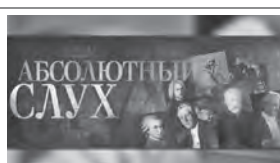
ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	HISTORY	VJUU HISTORY	ДОКТОР
00.00 Наследие Дашковой. (12+) 00.55, 05.00, 09.00, 12.55, 21.00 Трудовой фронт. (12+) 01.40 Будьте готовы! (12+) 02.45 Россия научная. Великие имена. (12+) 03.10, 07.15, 11.15, 15.10 Афганистан. Неизвестная война инженерных войск. (12+) 04.05 Историада: Балканские войны 1912-1913 гг. (12+) 05.45 Нация в фарфоре (12+) 06.45, 10.45, 14.40, 18.40, 22.35 Музейный феникс. (12+) 08.00 Освободители: Краснодар. Город в плену. (16+) 08.50, 18.30 Обыкновенная история. (6+) 09.45, 13.40 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+) 12.00 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+) 16.00 Герои подполья: Маршрут спасения. (12+) 16.15 Ступени Победы: ПВО Москвы. (12+) 17.00 Вокруг света на «Неве» и «Надежде». (12+) 17.30 Семь дней истории. (12+) 17.40, 21.45 Дважды рожденный. (12+) 19.10 Историограф. (12+) 20.00 В поисках Византии. (12+) 20.45 Пешком по Москве: Проспект Мира. (6+) 23.05 В поисках утраченного искусства: Охотники за сокровищами. (12+)	06.00 Королевские династии и войны. (12+) 06.55 Гоа Гаджа, Индонезия. (12+) 07.25 Древние конструкторы: Тайны Каменного века. (12+) 08.25 Древние конструкторы: Таж-Махал и Золотой век ислама. (12+) 09.20, 10.15 Майя. Рожденные Легенды. (12+) 11.10, 12.10, 13.15 Мифы: великие тайны человечества. (12+) 14.15 Меган Маркл: Герцогиня Стиля. (12+) 15.10 Путеводитель Путифара. (16+) 16.15, 17.10 Корея. 5000 лет выживания. (16+) 18.05 Древние конструкторы: Первые арены: Колизей. (12+) 19.05 Древние конструкторы: Как золото изменило мир. (12+) 20.05 Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+) 21.00 Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пивка. (12+) 21.55, 22.50 Испания: подготовка к войне. (16+) 23.40 Древние конструкторы: Тайны Каменного века. (12+) 00.35 Древние конструкторы. (12+) 01.30, 02.15 Майя. Рожденные Легенды. (12+) 03.00, 03.55 Мифы: великие тайны человечества. (12+) 04.50 Гоа Гаджа, Индонезия. (12+)	06.00, 11.15, 18.55, 03.05 О самом главном. Правильные завтраки. (12+) 06.55 Большой скачок. Криобиология. (12+) Холод - не всегда плохо. С помощью низких температур можно хранить уникальные растения, лечить болезни и даже продлить жизнь. 07.20, 21.20, 03.55 Доктор, мне только спросить. Алексей Хухрев. (12+) 07.50, 15.00, 22.50 Доктор на работе. Лучшее. (12+) 10.45 Еда. Арбузы. (12+) 12.10, 20.25, 01.40 Без халатов. (12+) 12.40 Доктор, мне только спросить. Алевтина Оранская. (12+) 13.10 Наши пять чувств. Загадки вкуса. (12+) 14.05 О самом главном. Популярные мифы о сердце. (12+) 18.00 Наши пять чувств. Господство зрения. (12+) 19.55, 05.35 От первого лица. Антон Родионов. Как прожить без инфаркта и инсульта? (12+) 20.55, 04.20 Большой скачок. Лечение светом. (12+) 21.50 О самом главном. Магний. Что важно знать? (12+) 02.05 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+) 04.50 Научные сенсации. ГМО-революция / суперпродукты. (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



11.20 Абсолютный слух

- 07.05 Эпизоды
- 07.50 «Репортажи из будущего»
- 08.30 «Первые в мире»
- 08.45 «СКАЗКИ СТАРОГО ВОЛШЕБНИКА»
- 10.00 12.30 16.30 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Телетеатр. Классика»
- 11.20 Абсолютный слух
- 12.00 «Роман в камне»
- 12.45 «МУЖЕСТВО»
- 14.10 01.20 Звезды оперной сцены
- 15.05 «Рассказы из русской истории»
- 16.45 «Алмазная грань»
- 17.30 23.50 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 19.00 «Дворцы взрывать и ухаживать...»
- 19.45 02.15 «Борис Любимов»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Стоп! Сшито! Костюм в кино»
- 21.15 Спектакль «Молли Суини»

ТВЦ



15.10 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 04.20 «Москва резиновая». (16+)
- 08.45 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
- 10.40 04.40 «Владимир Меньшов. Поздняя слава». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ЗАБЫТОЕ ЗАВЕЩАНИЕ». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.10 02.45 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 17.15 «Фактор без опасности». (12+)
- 18.05 «СССР». (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Жены диктаторов». (16+)
- 01.25 «Битва за алименты». (16+)

ТВ-3



08.40 Гадалка. (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 07.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 «Слепая». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «Слепая». (16+)
- 18.45 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 23.30 «ДОМ С ПРИВИДЕНИЯМИ». (18+)
- 01.15 Экстра такси. (16+)
- 01.45 Расследование с Аидой Мартиросян. (16+)
- 02.15 «ДИКИЙ». (16+)
- 05.15 «Мультфильмы». (0+)

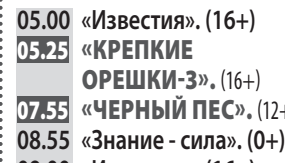
ДОМАШНИЙ



11.40 «Порча». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.05 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 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 «СОЗВУЧИЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «БЕЗ ТЕБЯ МНЕ ЖИЗНИ НЕТ». (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 00.35 «Порча». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (16+)
- 05.55 По делам несовершеннолетних. (16+)

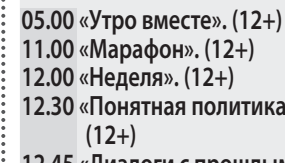
5-й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
- 07.55 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (12+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (12+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 02.50 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ФИЛИН-3». (16+)
- 04.10 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
- 12.35 13.25 15.05 17.15 03.20 «ПОДКИДЫШ». (16+)
- 18.00 «СССР и Китай». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.55 «НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Понятная политика». (12+)
- 12.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 13.15 «Интервью». (12+)
- 13.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 16.30 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (16+)
- 17.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 17.45 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 «Безопасная дорога». (12+)
- 18.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 18.45 22.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.45 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.45 «Спортивная семья». (12+)
- 22.15 «Современники». (12+)
- 23.00 «10 ДНЕЙ С САНТОЙ». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 19.00 21.30 00.30 Все на Матч!
- 10.05 Лица страны. (12+)
- 10.25 «Вопреки всему». (12+)
- 11.25 01.00 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
- 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 «Век нашего спорта». (12+)
- 15.30 «Громко»
- 16.55 Регби. «Динамо» (Москва) - «Локомотив-Пенза». PARI Чемпионат России. 1/4 финала. Прямая трансляция
- 19.25 Футбол. «Лечче» - «Аталанта». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 22.25 Футбол. «Вильярреал» - «Атлетико». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 02.05 Новости. (0+)

МАТЧ СТРАНА

- 06.00 Гребля на байдарках и каноэ. Кубок Доброй Воли. (0+)
- 07.50 10.10 13.00 15.55 Новости
- 07.55 «Игорь Численко. Удар форварда». (12+)
- 08.55 Лица страны. (12+)
- 09.10 Что по спорту? (12+)
- 09.40 01.45 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 10.15 Лёгкая атлетика. Чемпионат России. (6+)
- 13.05 23.55 Регби. Чемпионат России. (12+)
- 14.55 20.05 Диск-гольф. Протур. (0+)
- 16.00 18.50 22.20 05.15 Спецрепортаж. (12+)
- 16.20 «Парусный спорт». (16+)
- 16.50 17.50 Пляжный волейбол. Чемпионат России. (6+)
- 19.05 «Век нашего спорта». (12+)
- 21.05 «Громко». (12+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 02.15 Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2024. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.25 15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 09.00 Звёзды о звёздах. (16+)
- 10.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 11.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 13.00 Консервы. (16+)
- 14.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 15.30 Лига клипов. (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)

- 17.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 18.55 10 самых! (16+)
- 19.25 Цена славы. (16+)
- 20.00 Хит-Сториз. (16+)
- 20.35 Чёс на износ: ужасы гастроляльной жизни. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Контакты. (16+)
- 23.00 ВК Натальная карта. (16+)
- 00.05 10 Sexy. (18+)
- 01.00 Лайкер. (16+)
- 01.30 Топ-30. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 VIJU TV1000

- 06.40, 07.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 08.40 «Замбезия». Мультфильм. (6+)
- 10.15 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (6+)
- 12.05 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
- 14.15 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА 2». (16+)
- 16.45 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
- 19.00 «ПОМПЕИ». (12+)
- 21.00 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (16+)
- 23.30, 00.30 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.25 «ДЖЕЙН Эйр». (16+)
- 03.20 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)
- 05.20 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Пин-код». «Три кота». Мультсериалы. (6+)
- 08.25 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 09.25 «БРЕМЕНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ». (6+)
- 11.40 «АРТЕК: БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
- 13.35 «КОРПОРАТИВ». (16+)
- 15.15 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
- 17.20 «ОБРАТИМАЯ РЕАЛЬНОСТЬ». (16+)
- 19.00 «МАФИЯ: ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)
- 20.45 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (16+)
- 23.00 «ДАМА ПИК». (16+)
- 01.10 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+)
- 02.40 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)
- 04.30 «Снежная королева». Мультфильм. (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «ШЕСТОЙ ЭЛЕМЕНТ». (18+)
- 03.15 «ВЫПУСКНОЙ». (18+)
- 05.05 «ЛЕНА И СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (12+)
- 06.40 «ЭТОМУ БЫТЬ!» (16+)
- 08.25 «Рэд». (16+)
- 10.25 «ОХОТНИК ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)
- 12.30 «ДЕТКИ В ПОРЯДКЕ». (6+)
- 14.05 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
- 15.50 «ОЧЕНЬ ПЛОХАЯ УЧИЛКА». (18+)
- 17.35 «СТАРПЕРЦЫ». (18+)
- 19.30 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
- 21.25 «ШОУ НА КРАЮ СВЕТА». (16+)
- 23.00 «СУПЕРНЯНЬ». (18+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.05 Мультфильм. (0+)
- 06.15 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
- 07.50 «РОМАНС О ВЛЮБЛЁННЫХ». (16+)
- 10.20 «БЫЛО У ОТЦА ТРИ СЫНА». (12+)
- 12.55 «ДВА КАПИТАНА». (12+)
- 17.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.15 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)
- 20.50 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
- 22.10 «ШУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)
- 00.00, 00.55 Свидетели. «Жизнь продолжается. Олег Табаков». (16+)
- 01.40 «АХ, ВОДЕВИЛЬ, ВОДЕВИЛЬ...» (12+)
- 02.40 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И. И. ОБЛОМОВА». (12+)
- 05.00 «ПРОПАЛО ЛЕТО». (12+)

ДОМ КИНО

- 05.15 «Царевна и дракон». Мультсериал. (6+)
- 05.50 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 07.10 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «СТАРУШКИ В БЕГАХ-2». (12+)
- Сериал. Россия, 2019 г. В ролях: Елена Сафонова, Татьяна Орлова, Марина Яковлева, Сергей Баталов
- 10.50 «СВАТЫ». (16+)
- 14.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.20 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 02.10 «СТИЛЯГИ». (16+)
- 04.10 «ЖГИ!». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.05, 06.40, 17.35, 03.30 «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 06.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 17.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.00 Богиня шопинга. (16+)
- 23.10, 23.40 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.10 Суббота News 2024. (16+)
- 00.20, 01.20 «ПРАКТИКА». (16+)
- 02.10, 02.50 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

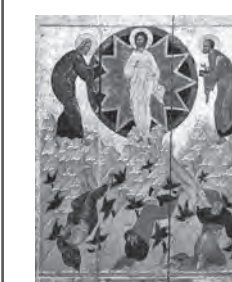
СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПРОСТЫЕ ЛЮДИ». (0+)
- 06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.30 Яблочный Спас. (0+)
- 12.45, 13.15, 13.45 Монастырская кухня. (0+)
- 14.10 «ЗАПАСНОЙ ИГРОК». (0+)
- 15.50 «ПУТЕШЕСТВИЕ В МОЛОДОСТЬ». (12+)
- 17.35 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 1 серия. (16+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

- 19.30, 02.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.25 Лето Господне. Преображение Господне. (6+)
- 21.45 Яблочный Спас. (0+)
- 22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.20 День Патриарха. (0+)
- 00.30 Содом. Кара Господня. Вплывь земли Ханаанской. Серия 1. (16+)
- 01.15 Русское кладбище под Парижем. (12+)
- 02.50 Рахманинов. Колокольный звон русской души. (0+)
- 03.35 Костромской Кремль. (0+)

Православный календарь

19 августа  
Седмица 9-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Преображение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа.



Сщмч. Николай пресвитера.  
Успенский пост. Разрешается рыба.

«Христианство – это не просто прийти в храм, помолиться, поставить свечку и испросить у Бога какого-то чуда. Чудо может совершиться, да оно уже совершилось с каждым из нас. Но важно сегодня измениться в лучшую сторону, стать добрым, милостивым, милосердным.»  
Епископ Городецкий и Ветлужский Августин



7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 01.05 Подкаст.Лаб. (16+)	 09.55 О самом главном. (12+)	 20.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+)	 06.30 «Маша и Медведь». (0+)	 02.25 «Я тебе не верю». (16+)	 10.00 «СОВБЕЗ». (16+)			
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «Модный приговор». (0+) 10.10 «Жить здорово!» (16+) 11.00 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 «Давай поженимся!» (16+) 16.05 «Мужское / Женское». (16+) 17.00 18.30 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 19.00 00.00 «Дарья Дугина: «Я навсегда останусь в этом лете...» (16+) 20.00 «ИЩЕЙКА». (16+) 21.00 «Время» 22.00 «ТРЕЙДЕР». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 01.05 Подкаст.Лаб. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 13.00 «Наши». (12+) 14.00 Вести 14.35 Вести. Местное время 15.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+) 17.00 Вести 17.30 «Малахов». (16+) 18.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+) Елизавета Андреевна выясняет, что Ирина огорчила себя. Она достала Ирине документы. Но не фальшивые на чужое имя, о чём её просил Олег, а настоящие из паспортного стола. 01.25 «ОСИНОЕ ГНЕЗДО». (12+) 03.25 «ВАСИЛИСА». (12+)	04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+) 10.00 «Сегодня» 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+) 11.00 «ПЁС». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.00 «Сегодня» 16.45 «За гранью». (16+) 17.50 «ДНК». (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+) Семенов, освобожденный от службы, возвращается на ринг боев без правил, чтобы заработать на новую машину. 23.35 «Сегодня» 00.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+) 03.35 «ЧЕЛОВЕК БЕЗ ПРОШЛОГО». (16+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.30 «Маша и Медведь». (0+) 07.20 Впервые на СТС. «Мия и я. Легенда Сентопии». (6+) 08.55 «Рок Дог». (6+) 10.40 «Зверогонщики». (6+) 12.25 «ВОЛШЕБНОЕ ЗЕРКАЛО, ИЛИ ДВОЙНЫЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (6+) 14.20 «МИСТЕР ФРОГ». (6+) 16.05 «СОЛНЦЕ НА ВКУС». (6+) 18.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+) 21.00 «ВСЁ МОГУ». (16+) 22.40 «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ». (16+) 00.55 «ГАМБИТ». (16+) 02.30 «ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!-2». (16+) 04.15 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+) 04.35 «б кадров». (16+) 04.40 «Мультфильмы». (16+) 05.50 Ералаш. (0+)	07.00 «Утро ТНТ». (16+) 08.00 «САШАТАНЯ». (16+) 19.00 «ПОКА НЕ РОДИЛА». (16+) Ура! Эмбрион прикрепился! Но для Ромы - это новый тревожный период! Может же и открепиться! Егор, парень Киры, узнал, что Кира беременна не от него. Кира определилась - она будет вынашивать малыша. 21.00 «УБОЙНЫЙ ОТПУСК». (18+) 22.30 «ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!» (16+) 00.30 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН: КРИМСКИЕ КАНИКУЛЫ». (16+) 01.45 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+) 02.25 «Я тебе не верю». (16+) 03.15 «Импровизация. Команды». (16+) 04.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 06.00 «Утро ТНТ». (16+)	05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.00 «Тайны Чапмана». (16+) 20.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ». (16+) 21.55 «Смотреть всем!» (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 «ДЕТЕКТИВ НАЙТ: ИСКУПЛЕНИЕ». (18+)			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
05.00 Гастротур. (16+) 05.50 Пятница News. (16+) 06.20 Секреты на кухне. (16+) 08.10 Гость у порога. (16+) 10.00 Кондитер. Дети. (12+) 11.20 Четыре дачи. (16+) 12.50 Битва шефов. (16+) 19.00 Свадьба вслепую. (16+) 20.50 Битва шефов. (16+) 23.00 Черный список. На кухне. (16+) 00.00 «ПУТЕШЕСТВИЕ К БЕ-РЕГУ». (18+) 02.00 Пятница News. (16+) 02.30 Инсайдеры. (16+) 04.00 Черный список. (16+) 04.30 Пятница News. (16+)	06.00 Дорожные драмы. (16+) 06.15 Дорожные войны 2.0. (16+) 06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.10 Дорожные войны. (16+) 11.00 Дорожные драмы. (16+) 13.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+) 18.00 Заступницы. (16+) 20.00 Решала. (16+) 22.00 Заступницы. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 05.00 Дорожные драмы. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение 11.00 01.10 «Игра в класси-ки». (12+) 15.10 «ПЕТАЯ ПО ДОРОГЕ В ЦАРСТВО НЕБЕСНОЕ». (16+) 17.00 «Такие разные». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 18.05 «Вечер вместе». (12+) 20.40 04.20 «СИБИРИАДА». (12+) 21.45 «СОУЧАСТНИКИ». (16+) 23.50 «Академики». (12+) 01.50 ОТражение. (12+)	05.10 «Путь к Победе». (16+) 06.10 «ПРИЗРАК». (16+) 09.50 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИ-ГРА». (16+) 1988 год, Калининград. Четверо лучших друзей - Сергей, Костя, Миша и Гриша - отмечают школьный выпускной и делают планы на будущее, мечтая связать свою жизнь с янтарем. Сергей Звягинцев уезжает учиться в МГУ, а его девушка Маша остаётся в Калининграде и устраивается работать на завод «Янтарь»... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+) 02.30 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)
Ю	МИР	ПОБЕДА	
05.20 «Маша и Медведь». (0+) 09.25 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) 11.25 «Моя свекровь - монстр». (16+) 13.35 «Супербабушка». (16+) 16.00 02.00 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+) Турецкая драма о молодой женщине, которая получает работу в доме богатого бизнесмена. Вступив в сложные отношения с его семьей, она сталкивается с интригами. 18.00 «Мама в 16». (16+) 19.50 «Жизнь после шоу». (16+) 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+) 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)	05.40 Время возможностей. Медицина. (12+) 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 00.30 Новости 06.15 Вместе выгодно. Образование. (12+) 06.40, 10.10 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+) 13.15 Мировое соглашение. (16+) 14.10, 15.05, 16.15, 17.15 Дела судебные. (16+) 18.50 Игра в кино. (16+) 22.30 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (16+) 00.45 Специальный репортаж. (12+) 01.00 Время возможностей. Сельское хозяйство. (12+) 01.20 Евразия. (12+) 01.35 Сделано в Содружестве. (12+) 01.50 Легенды Центральной Азии. (12+)	05.10 «Путь к Победе». (16+) 06.10 «ПРИЗРАК». (16+) 09.50 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИ-ГРА». (16+) 1988 год, Калининград. Четверо лучших друзей - Сергей, Костя, Миша и Гриша - отмечают школьный выпускной и делают планы на будущее, мечтая связать свою жизнь с янтарем. Сергей Звягинцев уезжает учиться в МГУ, а его девушка Маша остаётся в Калининграде и устраивается работать на завод «Янтарь»... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+) 02.30 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)	

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Тикабо», «Белка и Стрелка. Озорная семейка», «Смешарики», «Барбоскины». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 07.40 «Петроникс». (0+) 08.10 «Приключения Мегашенков». (0+) 08.25 «Майло». (0+) 10.05 «Лео и Тиг». (0+) 11.55 «Турбозавры». (0+) 13.10 «Хранители Кью». (0+) 13.30 «Диностер». (6+) 14.00 «Карбот». (6+) 14.30 «Навигатор. Новости». (0+) 14.40 «Смешарики. Пин-код». (6+) 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+) 17.00 «Цветяшники!» (0+) «Цветяшники» - это развивающий сериал-мюзикл для малышей. 17.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 18.20 «Оранжевая корова». (0+) 19.55 «Геройчики». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.20 «Барбоскины». (0+) 22.05 «Дикие скричеры!» (6+) 22.35 «Инфинити Надо». (6+) 23.00 «Люк - путешественник во времени. Сокровища империи». (6+) Новые приключения путешественника во времени Люка в России! 00.00 «Простоквашино». (0+) 02.00 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+) 02.25 «Бумажки». (0+) 03.30 «Три кота». (0+)	06.00 «Время малышей» (0+) 07.00 «Маша и Медведь». (0+) 08.00 «Хранители Кью». (0+) 08.30 «Барбоскины». (0+) 09.10 «Кошечки-собачки. Милые песни. Нельзя». (0+) 09.15 «Кошечки-собачки». (0+) 10.00 «Фиксики. Новенькие». (0+) 11.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 11.30 «Приключения Мегашенков». (0+) 12.00 «Время малышей». (0+) 13.00 «Сказочный патруль». (0+) 13.40 «Маша и Медведь». (0+) 15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+) 15.30 «Барбоскины». (0+) 17.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+) 18.00 «Лунтик». (0+) 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.00 «Маша и Медведь». (0+) 20.35 Сказка на ночь. «Машины сказки». (0+) 20.40 «Цветяшники! Танцуют с Цветяшниками». (0+) 21.10 «Барбоскины». (0+) 22.00 «Сказочный патруль». (0+) 23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+) 00.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+) 00.30 «Буба». (6+) 01.25 «Мини-Мишки». (0+) 02.15 «Лунтик». (0+) 03.00 «Четверо в кубе». (0+) 03.30 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+) 04.20 «Барбоскины». (0+) 05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)	

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	HISTORY	VJUU HISTORY	ДОКТОР
00.00 Историада: Балканские войны 1912-1913 гг. (12+) 00.55, 05.00, 08.55, 13.00, 21.00 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+) 01.40 Нация в фарфоре. (12+) 02.40, 06.45, 10.40, 14.40, 18.25 Музейный феникс. (12+) 03.10, 07.15, 11.10 Афганистан. Неизвестная война инженерных войск. (12+) 04.00 Освободители. (16+) 04.50 Обыкновенная история: Маска. (6+) 05.45, 09.40 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+) 08.00 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+) 12.00 Вокруг света на «Неве» и «Надежде». Получилось! (12+) 12.30 Элемент познания. (12+) 13.45, 17.40 Дважды рожденный. (12+) 14.30 Обыкновенная история: Прическа. (6+) 15.10 Историкограф. (12+) 16.00 Герои подполья. (12+) 16.10 Ступени Победы: Битва за Москву. (12+) 17.00 Сквозь времена: Мариинский дворец. (12+) 17.30, 19.00 Семь дней истории. (12+) 19.05 В поисках утраченного искусства. (12+) 20.00 Грустное детство Алины Врусовой. (12+) 21.45 Секреты истории: Рафаэль. Чудо эпохи Возрождения. (16+)	06.00 Испания: подготовка к войне. (16+) 06.40, 07.10 Охрид и окрестности, Северная Македония. (12+) 07.40, 08.35 Корея. 5000 лет выживания. (16+) 09.25, 10.25 Древние конструкции. (12+) 11.25 Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+) 12.20 Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пивка. (12+) 13.15 Путеводитель Путифара. (16+) 14.15 Свободная Куба: Становление героев. (16+) 15.10 Путеводитель Путифара. (16+) 16.10, 17.05 Корея. 5000 лет выживания. (16+) 18.05 Древние конструкции: Самое опасное оружие в истории. (12+) 19.05 Древние конструкции: Изучая земной шар. (12+) 20.05 Очень странные экспонаты: Батарея, кричащая мушья и железная рука. (12+) 21.00 Очень странные экспонаты: Древний компьютер, голубь и нанотехнологии Рима. (12+) 21.55, 22.45 Испания: подготовка к войне. (16+) 23.40, 00.35 Корея. 5000 лет выживания. (16+) 01.25, 02.20 Древние конструкции. (12+) 03.10, 03.55 Очень странные экспонаты. (12+) 04.45 Пура Кехен, Индонезия. (12+)	06.00, 11.15, 19.00, 03.15 О самом главном. Микроэлементы: кальций. (12+) 06.50, 21.00, 04.10 Клинический случай. Спасти Гоголя. (12+) 07.20, 21.25, 04.40 Клинический случай. Спасти Салтыкова-Щедрина. (12+) Ревматический порок сердца, хорей, инсульт. Можно ли было выиграть схватку за жизнь с таким «букетом» в XIX веке? История болезни Салтыкова-Щедрина. 07.50, 15.00, 22.55 Доктор на работе. Лучшее. (12+) 10.45 От первого лица. Антон Родионов. Как прожить без инфаркта и инсульта? (12+) 12.10, 20.30, 01.50 Без халатов. (12+) 12.40 Большой скачок. Лечение светом. (12+) 13.10 Наши пять чувств. Дар слуха. (12+) 14.05 О самом главном. Магний. Что важно знать? (12+) 17.55 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+) 20.00, 05.30 Скажите, доктор! Психосоматика в практике кардиолога. (12+) 21.55 О самом главном. Аптечные настойки. (12+) 02.15 Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом. (12+) 05.05 Большой скачок. Криобиология. (12+)	

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



РОССИЯ К  
Культура



06.30 «Пешком...»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.50 «Репортажи из будущего»
- 08.35 «Первые в мире»
- 08.50 «СКАЗКИ СТАРОГО ВОЛШЕБНИКА»
- 10.00 12.30 16.30 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Телетеатр. Классика»
- 11.20 Абсолютный слух
- 12.00 19.00 «Дворцы взорвать и уходить...»
- 12.45 «МУЖЕСТВО»
- 13.55 «Забывшее ремесло»
- 14.10 01.15 Звезды оперной сцены
- 15.10 «Рассказы из русской истории»
- 16.00 02.30 «Роман в камне»
- 16.45 К 80-летию со дня рождения Сергея Соловьева
- 17.30 23.50 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 19.45 «Белая студия»
- 20.45 «Стоп! Сшито! Костюм в кино»
- 21.15 Спектакль «Вишневый сад»

ТВЦ



15.00 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 04.15 «Москва резиновая». (16+)
- 08.40 «ПОГОНЯ ЗА ТРЕМЯ ЗАЙЦАМИ». (12+)
- 10.35 04.40 «Александр Домогаров. Неудобный артист». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ЗАБЫТОЕ ЗАВЕЩАНИЕ». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.45 Город новостей
- 15.00 02.45 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 16.55 Хроники московского быта. (12+)
- 18.05 «СССР». (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Страшно красивый». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Следствие ведет КГБ. Агент «Процай». (16+)
- 01.25 Прощание. (16+)

ТВ-3



15.10 «Слепая». (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 07.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 «Слепая». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «Слепая». (16+)
- 18.45 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 23.30 «ДУРНОЙ ГЛАЗ». (16+)
- В самый разгар модного показа дизайнер одежды Кристин узнает плохие вести. Трагические события приводят ее к беспokoйству и ужасным видениям, мешающим нормально существовать.
- 01.15 «ДИКИЙ». (16+)

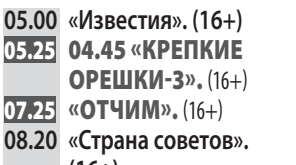
ДОМАШНИЙ



07.40 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.40 Давай разведёмся! (16+)
- 08.40 Тест на отцовство. (16+)
- 10.55 «Понять. Простить». (16+)
- 12.00 00.35 «Порча». (16+)
- 13.10 «Знахарка». (16+)
- 13.45 «Верну любимого». (16+)
- 14.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.55 «НЕ ОТРЕКАЮТСЯ ЛЮБЯ». (16+)
- 19.00 «ЯБЛОКО РАЗДОРА». (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 Тест на отцовство. (16+)
- 04.35 Давай разведёмся! (16+)

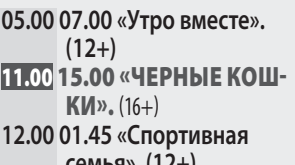
5-й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 04.45 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
- 07.25 «ОТЧИМ». (16+)
- 08.20 «Страна советов». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ОТЧИМ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 21.25 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ФИЛИН-3». (16+)
- 02.50 «СЛЕД». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
- 12.35 13.25 15.05 17.15 03.20 «ПОДКИДЫШ». (16+)
- 18.00 «СССР и Китай». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.50 «НА СЕМИ ВЕТРАХ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 12.00 01.45 «Спортивная семья». (12+)
- 12.15 «Современники». (12+)
- 12.45 «Безопасная дорога». (12+)
- 13.00 16.30 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (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 «Полицейский вестник». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 01.15 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 04.00 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «ГРОМКОЕ ДЕЛО». (16+)
- Вечером 23 сентября 1999 года в собственном доме была убита Жаклин Виттенберг.
- 03.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Наши иностранцы». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 15.30 18.30 21.30 00.30 Все на Матч!
- 10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Вопреки всему». (12+)
- 11.25 01.00 Еврофутбол. Обзор. (6+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 «Век нашего спорта». (12+)
- 16.25 Футбол. «Спартак-Нальчик» - «Динамо Ставрополь». Кубок России
- 19.15 Футбол. «Велес» (Москва) - «Амкал» (Москва). FONBET Кубок России. Прямая трансляция
- 22.25 Футбол. Испания - Франция. Чемпионат Европы-2024. 1/2 финала. (6+)
- 02.05 Новости. (0+)
- 02.10 Регби. «Слава» (Москва) - «Стрела-Ак Барс» (Казань). PARI Чемпионат России. 1/4 финала. (12+)
- 06.00 13.05 20.30 Регби. Чемпионат России. (12+)
- 07.50 10.10 13.00 15.55 Новости
- 07.55 «Громко». (12+)
- 09.10 19.05 «Век нашего спорта». (12+)
- 10.15 Легкая атлетика. Чемпионат России. (6+)
- 14.55 Стрельба из лука. Чемпионат России. (0+)
- 16.00 22.20 01.55 Спецрепортаж. (12+)
- 16.20 «Что за спорт?» (12+)
- 16.50 17.50 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Финал. (6+)
- 18.50 Небесная грация. (12+)
- 20.05 «Парусный спорт». (16+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 23.55 00.55 Пляжный волейбол. Чемпионат России. (6+)
- 02.10 Гольф. Международный кубок. (0+)
- 04.00 «Здоровый образ». (12+)
- 04.30 Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2024. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.40 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (16+)
- 07.50, 08.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 09.55 «ПОМПЕИ». (12+)
- 11.55 «ДЖЕЙН Эйр». (16+)
- 14.20 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)
- 16.50 «ПОКОЛЕНИЕ ВОЯДЖЕР». (16+)
- 19.00 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 21.45 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». США, 2013 г.
- 23.40, 00.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.30 «ДНЕВНИК БРИДЖЕТ ДЖОНС». (16+)
- 03.00 «БРИДЖИТ ДЖОНС: ГРАНИ РАЗУМНОГО». (16+)
- 04.35 «БРИДЖИТ ДЖОНС 3». (16+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 07.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 09.00 «ДАМА ПИК». (16+)
- 11.20 «МАФИЯ: ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)
- 13.05 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (16+)
- 15.20 «ОБРАТИМАЯ РЕАЛЬНОСТЬ». (16+)
- 16.55 «ЛЕГЕНДА О САМБО». (16+)
- 19.00 «БУЛЬТЕРЬЕР». (16+)
- 20.55 «КЕНТАВР». (16+)
- 22.55 «СИОН». (16+)
- 00.35 «БЕНДЕР: НАЧАЛО». (16+)
- 02.05 «БЕНДЕР: ЗОЛОТО ИМПЕРИИ». (16+)
- 03.25 «БЕНДЕР: ПОСЛЕДНЯЯ АФЕРА». (16+)
- 06.10 Мультфильм. (0+)
- 06.15 «Хочу бодаться!» Мультфильм. (0+)
- 06.25 «ДЯДЯ ВАНЯ». (12+)
- 08.20 «СИБИРИАДА». (16+)
- 13.25 «ДВА КАПИТАНА». (12+)
- 17.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.25 «ПОЗОВИ МЕНЯ В ДАЛЬ СВЕТЛУЮ». (12+)
- 21.10 «ВЫ МНЕ ПИСАЛИ». (12+)
- 22.55 «ИСТОРИЯ АСИ КЛЯЧИНОЙ, КОТОРАЯ ЛЮБИЛА, ДА НЕ ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)
- 00.50 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский. (12+)
- 01.30 «СПЛУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА». (12+)
- 03.05 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ». (16+)
- 04.45 «ПРОЩАЛЬНАЯ ГАСТРОЛЬ «АРТИСТА». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (0+)
- 06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Содом. Кара Господня. Вглубь земли Ханаанской. Серия 1. (16+)
- 10.50, 01.15 Русское кладбище под Парижем. (12+)
- 11.45 Митрофан. (0+)
- 12.30 День Патриарха. (0+)
- 12.40, 13.10, 13.35 Монастырская кухня. (0+)
- 14.05 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ». (12+)
- 15.45, 16.40, 17.35 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 1-3 серии. (16+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30, 02.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.25, 02.50 Завещание святителя Митрофана Воронежского. (0+)
- 21.35 И вот был случай на войне... Пехотинец. (12+)
- 22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.20 День Патриарха. (0+)
- 00.30 Содом. Кара Господня. На горе Содом и на дне Мертвого моря. Серия 2. (16+)
- 03.50 Яблочный Спас. (0+)
- ДОМ КИНО
- 06.00 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 07.20 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 09.00 «СТАРУШКИ В БЕГАХ-2». (12+)
- 11.10 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.20 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (16+)
- Россия, 2022 г. В ролях: Милош Бикович, Кристина Асмус, Сергей Гилев, Марина Александрова, Анастасия Уколова
- 02.10 «РАШН ЮГ». (16+)
- 04.00 «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.55 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- 12.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 16.15 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- Вот и сбылась мечта Лёны, он живет один, без родителей, без их постоянной заботы и напоминаний, что «Костя лучше». Он счастлив! Самое время устроить личную жизнь, о чем и намекает ему Настя. Но, оказывается, Лёня битая не только мамы и папы, но и серьезных отношений...
- 22.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 00.45 «МАРГОША». (16+)
- 03.50 «Три кота». (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40, 15.00, 18.00, 21.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Top15 Like FM. (16+)
- 10.00 Top-30. (16+)
- 12.30 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Плейлист по кайфу. (16+)
- 16.25 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.20, 18.55 10 самых! (16+)
- 19.25 Её звали Алла... (16+)
- 20.00 Хит-Сториз. (16+)
- 20.35 Чего хотят женщины? (16+)
- 21.05 Если б я был султан. Страсти по Лагучеву. (16+)
- 22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 23.00 ВК Меломан. (16+)
- 00.10 Сплетни-шейкер. (16+)
- 00.35 Хиты по-русски. (18+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

Православный календарь

20 августа  
Седмица 9-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Попразднство Преображения Господня.  
Обретение мощей свт. Митрофана, еп. Воронежского.

Прмч. Дометия Персиянина и двух учеников его. Прп. Антония Оптинского. Мчч. Марина и Астерия. Прп. Ора Фиваидского. Прмч. Потамии чудотворицы. Прп. Феодосия Нового, врача. Свт. Иерофая Венгерского и св. Стефана I, короля Венгрии. Прп. Пимена Многоболезненного, Печерского. Прп. Меркурия Печерского, еп. Смоленского. Прп. Пимена, постника Печерского. Прп. Феодора Сихловской (Рум.). Сщмчч. Александра, Петра, Михаила, Иоанна, Димитрия и Алексия пресвитеров, Елисея диакона и прмч. Афанасия. Сщмчч. Василия пресвитера.

Успенский пост.

« С одним Евангелием или Новым Заветом можно целый век прожить – и все читать. Сто раз прочитай, а там все равно все будет недочитанное. »  
Прп. Феодан Затворник



**7 ПЕРВЫЙ**



05.00 «Доброе утро»

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

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



18.30 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 13.00 «Наши». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.35 Вести. Местное время
- 15.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «Малахов». (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)  
Пётр приезжает в По-годино. Грэг уверен, что его дочь пропала по вине Олега, он избивает его в камере. Елизавета намекает Ирине, что позволит ей видеться с сыном...
- 01.25 «ОСИНОЕ ГНЕЗДО». (12+)
- 03.25 «ВАСИЛИСА». (12+)

**НТВ**



08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 11.00 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+)  
Семенов не может простить Семенчуку смерть омонцовцев, которых убил Ладыгин...
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+)
- 02.50 «ЧЕЛОВЕК БЕЗ ПРОШЛОГО». (16+)

**СТС**



04.35 «6 кадров». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 07.20 «Трон эльфов». (6+)
- 09.05 «Финник». (6+)
- 10.55 «МОЙ ДРУГ МИСТЕР ПЕРСИВАЛЬ». (6+)
- 12.55 «ЛОХМАТЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 14.40 «ПУШИСТАЯ ФОРТУНА». (12+)
- 16.25 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (12+)
- 18.10 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 21.00 «НЯНЬКИ». (16+)
- 22.55 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». (16+)  
В 26 лет Ларго наследует миллиардное состояние. Он попадает в чёрные списки конкурентов, на него точат зуб компании и даже самые верные друзья готовы предать...
- 01.05 «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ». (16+)
- 02.55 «ОТКРОЙТЕ, ПОЛИЦИЯ!-3». (16+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)

**ТНТ**



08.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 19.00 «ПОКА НЕ РОДИЛА». (16+)  
Семье вновь угрожают выселением. Кира придумывает новую схему как спасти семью. Но сама становится жертвой чужой схемы...
- 21.00 «КАК Я ВСТРЕТИЛ ЕЕ МАМУ». (16+)  
Друзья детства Беляев и Кичин встречаются на дне жизни. Беляев когда-то мечтал стать актером, а Кичин давно пошел по наклонной и промышляет мелким хулиганством.
- 22.50 «БАБКИ». (16+)
- 00.05 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (16+)  
«ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)
- 01.40 «Я тебе не верю». (16+)
- 03.10 «Импровизация. Команды». (16+)
- 04.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**РЕН**



11.00 «Как устроен мир». (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 «Засекреченные спски». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Легенды и мифы». (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ИНДИАНА ДЖОНС И КОРОЛЕВСТВО ХРУСТАЛЬНОГО ЧЕРЕПА». (12+)
- 22.20 «Смотреть всем!» (16+)
- 00.30 «ДЕТЕКТИВ НАЙТ: НЕЗАВИСИМОСТЬ». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <p><b>ПЯТНИЦА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Гастротур. (16+)</li> <li>05.50 Пятница News. (16+)</li> <li>06.20 Секреты на кухне. (16+)</li> <li>07.50 Гость у порога. (16+)</li> <li>09.30 Четыре дачи. (16+)</li> <li>12.50 Молодые ножи. (16+)</li> <li>19.00 Адский шеф. (16+)</li> <li>22.00 Черный список. На кухне. (16+)</li> <li>00.00 «АН». (18+)</li> <li>01.40 Пятница News. (16+)</li> <li>02.10 Инсайдеры. (16+)</li> <li>03.50 Черный список. (16+)</li> <li>04.30 Пятница News. (16+)</li> <li>04.50 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)</li> </ul> <p><b>Ю</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.15 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>09.25 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</li> <li>11.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> <li>13.30 «Супербабушка». (16+)<br/>Хозяйственные и гламурные, дачницы и карьеристки, строгие и балующие - в этом шоу совершенно разные бабушки будут бороться за почетный статус Супербабушки.</li> <li>16.00 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)</li> <li>18.00 «Модель ХЛ». (16+)</li> <li>21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</li> <li>00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</li> <li>02.00 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)</li> <li>03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> </ul> | <p><b>ЧЕ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Дорожные драмы. (16+)</li> <li>06.15 Дорожные войны 2.0. (16+)</li> <li>06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</li> <li>07.15 Дорожные войны. (16+)</li> <li>11.00 Дорожные драмы. (16+)</li> <li>13.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+)</li> <li>18.00 Заступницы. (16+)</li> <li>20.00 Решала. (16+)</li> <li>22.00 Заступницы. (16+)</li> <li>00.00 Опасные связи. (18+)</li> <li>05.00 Дорожные драмы. (16+)</li> </ul> <p><b>МИР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.35, 06.15, 10.10 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+)</li> <li>06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 00.30 Новости</li> <li>13.15 Мировое соглашение. (16+)</li> <li>14.10, 15.05 Дела судебные. (16+)</li> <li>16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)</li> <li>17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</li> <li>18.50 Игра в кино. (16+)</li> <li>22.30 «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ». (16+)</li> <li>00.45 Спецрепортаж. (12+)</li> <li>00.55 Время возможностей. Медицина. (12+)</li> <li>01.10 Пять причин поехать в... (12+)</li> <li>01.25 Я - волонтер. (12+)</li> <li>01.30 Культличности. (12+)</li> <li>01.50 Чемпионы Евразии. (12+)</li> </ul> | <p><b>ОТР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 «Утро вместе». (12+)</li> <li>09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение</li> <li>11.00 23.25 «Игра в классики». (12+)</li> <li>11.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)</li> <li>15.10 «СОУЧАСТНИКИ». (16+)</li> <li>17.00 «Открытая наука». (12+)</li> <li>18.00 «Губернские новости». (12+)</li> <li>20.40 04.20 «СИБИРИАДА». (12+)</li> <li>21.55 «ДОРОГАЯ ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА». (16+)</li> <li>01.50 ОТражение. (12+)</li> </ul> <p><b>ПОБЕДА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.15 «Путь к Победе» (16+)</li> <li>06.10 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)</li> <li>08.10 «ПЛАМЯ ПОД ПЕПЛОМ». (16+)</li> <li>14.30 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (16+)<br/>Леонид и Борис - молодые летчики, только что прибывшие в летную школу, где их распределяют в авиационный полк, а затем отправляют на фронт. Первое задание, которое поручают новобранцам, они с треском проваливают. Виновикиков отправляют в дивизию, чтобы подвести под трибунал и расстрелять...</li> <li>23.59 «Путь к Победе» (16+)</li> <li>01.00 «ВЫСОТА 89». (16+)</li> <li>02.45 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)</li> </ul> |
|---|--|--|

**ДЕТСКИЕ**

- |   |  |
|---|--|
| <p><b>КАРУСЕЛЬ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Ранние пташки. «Тикабо», «Белка и Стрелка. Озорная семейка», «Смешарики», «Барбоскины». (0+)</li> <li>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>07.30 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</li> <li>07.40 «Петроникс». (0+)</li> <li>08.10 «Приключения Мегащенков». (0+)</li> <li>08.25 «Майло». (0+)</li> <li>10.05 «Лео и Тиг». (0+)</li> <li>11.55 «Турбозавры». (0+)</li> <li>13.10 «Хранители Кью». (0+)</li> <li>13.30 «Диностер». (6+)</li> <li>14.00 «Карбот». (6+)</li> <li>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</li> <li>14.40 «Смешарики. Пин-код». (6+)</li> <li>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</li> <li>17.00 «Цветняшки!» (0+)</li> <li>17.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>18.20 «Барбоскины». (0+)</li> <li>19.55 «Геройчики». (0+)</li> <li>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>21.20 «Смешарики. Спорт». (0+)<br/>Физкультпривет мультиспортсменов!</li> <li>22.05 «Дикие скричеры!» (6+)</li> <li>22.35 «Инфинити Надо». (6+)</li> <li>23.00 «Люк - путешественник во времени. Меч Акбара Великого». (6+)<br/>В своём новом приключении путешественник во времени Люк отправляется в Индию!</li> <li>00.00 «Простоквашино». (0+)</li> <li>02.00 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)</li> <li>02.25 «Бумажки». (0+)</li> <li>03.30 «Три кота». (0+)</li> </ul> | <p><b>МУЛЬТ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 «Время малышей» (0+)</li> <li>07.00 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>08.00 «Хранители Кью». (0+)</li> <li>08.30 «Барбоскины». (0+)</li> <li>09.10 «Кошечки-собачки». (0+)<br/>О том, как живут самые разные кошечки и собачки.</li> <li>10.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>11.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>11.30 «Приключения Мегащенков». (0+)</li> <li>12.00 «Время малышей». (0+)</li> <li>12.55 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>13.25 «Кошей. Начало». (6+)</li> <li>15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)</li> <li>15.30 «Барбоскины». (0+)</li> <li>17.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>18.00 «Лунтик». (0+)</li> <li>19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>20.00 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>20.35 Сказка на ночь. «Машины сказки». (0+)</li> <li>20.40 «Цветняшки! Правила гигиены с Цветняшками». (0+)</li> <li>21.10 «Барбоскины». (0+)</li> <li>22.00 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)</li> <li>00.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)</li> <li>00.35 «Буба». (6+)</li> <li>01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>02.15 «Лунтик». (0+)</li> <li>03.00 «Четверо в кубе». (0+)</li> <li>03.30 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)</li> <li>04.20 «Барбоскины». (0+)</li> <li>05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)</li> </ul> |
|---|--|

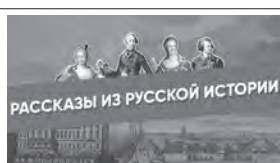
**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <p><b>HISTORY!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>00.00 Освободители. (16+)</li> <li>00.45, 10.30 Обыкновенная история. (6+)</li> <li>00.55, 13.05, 21.00 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)</li> <li>01.40 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+)</li> <li>02.40, 10.40, 14.35, 22.40 Музейный феникс. (12+)</li> <li>03.10 Афганистан. Незвестная война инженерных войск. (12+)</li> <li>04.00 Профилактика на канале с 04.00 до 10.00</li> <li>10.00 Вокруг света на «Неве» и «Надежде». Получилось! (12+)</li> <li>11.10, 23.10 Историограф. (12+)</li> <li>12.00 В поисках Византии. (12+)</li> <li>12.45 Пешком по Москве: Проспект Мира. (6+)</li> <li>13.50 Дважды рожденный. (12+)</li> <li>15.05 В поисках утраченного искусства: Охотники за сокровищами. (12+)</li> <li>16.00 Герои подполья: Игра со смертью. (12+)</li> <li>16.10 Ступени Победы (12+)</li> <li>17.00 Сквозь времена: Тверской императорский дворец. (12+)</li> <li>17.30, 19.50 Семь дней истории. (12+)</li> <li>17.40 Секреты истории: Рафаэль. Чудо эпохи Возрождения. (16+)</li> <li>20.00 Георгий Победоносец. (16+)</li> <li>20.50 Обыкновенная история: Почтовая карточка. (6+)</li> <li>21.45 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)</li> </ul> | <p><b>HISTORY</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Испания: подготовка к войне. (16+)</li> <li>06.45, 07.35 Корея. 5000 лет выживания. (16+)</li> <li>08.30 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)</li> <li>09.30 Древние конструкторы: Изучая земной шар. (12+)</li> <li>10.30, 11.20 Очень странные экспонаты. (12+)</li> <li>12.15 Пугеводитель Путифара. (16+)</li> <li>13.15 Чаплин против ФБР. (16+)</li> <li>14.20 Свободная Куба: Рубль и ракеты. (16+)</li> <li>15.15 Пугеводитель Путифара. (16+)</li> <li>16.15, 17.10 Корея. 5000 лет выживания. (16+)</li> <li>18.00 Древние конструкторы: Инструменты и технологии. (12+)</li> <li>19.05 Древние конструкторы: Анатомия дома. (12+)</li> <li>20.05 Очень странные экспонаты: Немецкие коды, египетские вертолеты и машина будущего. (12+)</li> <li>21.00 Очень странные экспонаты: Монета викингов, древний диск и мертвая девочка, которая спасла миллионы. (12+)</li> <li>21.55, 22.50 Испания: подготовка к войне. (16+)</li> <li>23.40, 00.30 Корея. 5000 лет выживания. (16+)</li> <li>01.25, 02.20 Древние конструкторы. (12+)</li> <li>03.10, 03.55 Очень странные экспонаты. (12+)</li> <li>04.45 Монастырь Норавак, Армения. (12+)</li> </ul> | <p><b>ДОКТОР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 11.15, 19.00, 03.15 О самом главном. Глаукома. Что важно знать? (12+)</li> <li>06.55 Большой скачок. Горечь сахара. (12+)<br/>Что такое сахар? Друг или враг? И может ли человек обойтись без сладкого - и пойдет ли это ему на пользу?</li> <li>07.20, 21.25, 04.10 Под контролем. Что такое мигрень. (12+)</li> <li>07.50, 15.00, 22.55 Доктор на работе. Лучшее. (12+)</li> <li>10.45 Скажите, доктор! Психосоматика в практике кардиолога. (12+)</li> <li>12.10, 20.30, 01.50 Без халатов. (12+)</li> <li>12.40 Под контролем. Аллергия: правда и мифы. (12+)</li> <li>13.10 Наши пять чувств. Сила осязания. (12+)</li> <li>14.05 О самом главном. Аптечные настойки. (12+)</li> <li>17.55 Мозг на прокачку. Сделайте меня творцом. (12+)</li> <li>20.00, 05.30 Метод исследования. Эндоскопия. (12+)</li> <li>21.00, 04.40 Большой скачок. Правда о молоке. (12+)</li> <li>21.55 О самом главном. Микроэлементы: йод. (12+)</li> <li>02.15 Мозг на прокачку. Усилим воли. (12+)</li> <li>05.05 От первого лица. Максим Скулачев. Как победить старость? (12+)</li> </ul> |
|---|---|---|

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



15.20 «Рассказы из русской истории»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.50 «Репортажи из будущего»
- 08.50 «ТУФЛИ С ЗОЛОТЫМИ ПРЯЖКАМИ»
- 10.00 12.30 16.30 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Телеагент. Классика»
- 11.20 Абсолютный слух
- 12.00 19.00 «Дворцы взорвать и уходить...»
- 12.45 «ЛУЧШАЯ ДОРОГА НАШЕЙ ЖИЗНИ»
- 14.15 01.15 Звезды оперной сцены
- 15.20 «Рассказы из русской истории»
- 16.45 «САС. Михаил Ромм»
- 17.15 «Забывшее ремесло»
- 17.30 23.40 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 19.45 02.15 «Сестра». 90 лет со дня рождения Геннадия Айги
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Стоп! Сшито! Костюм в кино»
- 21.15 Спектакль «Бенефис»

ТВЦ



15.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Москва резиновая». (16+)
- 08.40 «ТРИ ЛАНИ НА АЛМАЗНОЙ ТРОПЕ». (12+)
- 10.35 04.45 «Сергей Шакуров. Плохой хороший человек». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ИНДИЙСКАЯ НЕВЕСТА». (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 16.55 Хроники московского быта. (12+)
- 18.05 «СССР». (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «НКВД против Абвера». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)

ТВ-3



08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 07.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 «Слепая». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «Слепая». (16+)
- 18.45 22.25 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 22.15 23.30 «ОНИ». (18+)
- Группа студентов отправляется на поиски новых ощущений - они едут за город на аттракцион «Комнаты страха», где собраны герои из разных фильмов ужасов. Вскоре друзья понимают, что попали вовсе не в место для игр - здесь все настоящее.
- 01.15 «ДИКИЙ». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



10.25 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.10 Давай разведёмся! (16+)
- 08.10 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Понять. Простить». (16+)
- 11.30 «Порча». (16+)
- 12.45 «Знахарка». (16+)
- 13.20 «Верну любимого». (16+)
- 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.30 «МАМА ВСЕГДА ПРАВА». (16+)
- 19.00 «ЗАБЫТЫЙ РЕЦЕПТ ЛЮБВИ». (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 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
- 08.00 «ОТЧИМ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ОТЧИМ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ФИЛИН-3». (16+)
- 02.50 «СЛЕД». (16+)
- 04.40 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «В НАЧАЛЕ СЛАВНЫХ ДЕЛ». (12+)
- 12.35 13.25 15.05 17.15 03.20 «ПОДКИДЫШ». (16+)
- 18.00 «СССР и Китай». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Наталей Метлиной. (12+)
- 00.50 «ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 12.00 00.30 «От 7 до 17». (12+)
- 12.30 22.30 04.00 «Футбол губернии». (12+)
- 13.00 16.30 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 «Спортивная семья». (12+)
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 01.00 «Такие разные». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.30 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 «Территория успеха». (12+)
- 23.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПРАВИЛ». (16+)
- В ролях: Виктор Васильев, Анна Горшкова, Олег Васильков
- 03.00 «Заметные люди». (12+)

СПОРТ

- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Головая неделя. РФ». (6+)
- 07.00 10.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 15.30 19.00 21.30 00.30 Все на Матч!
- 10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Вопреки всему». (12+)
- 11.25 Бокс. (16+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 «Век нашего спорта». (12+)
- 16.55 Баскетбол. Россия - Венесуэла. Международный турнир «Fonbet Кубок Дружбы». Мужчины
- 19.15 Футбол. «Спартак» (Кострома) - «2Drots» (Москва). FONBET Кубок России. Прямая трансляция
- 22.25 Футбол. Нидерланды - Англия. Чемпионат Европы-2024. 1/2 финала. (6+)
- 01.00 Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2024. (6+)
- 02.05 Новости. (0+)
- 06.00 Регби. Чемпионат России. (12+)
- 07.50 10.10 13.00 15.55 Новости
- 07.55 04.30 Диск-гольф. Протур. (0+)
- 08.55 Небесная грация. (12+)
- 09.10 19.05 «Век нашего спорта». (12+)
- 10.15 Смешанные единоборства. (16+)
- 12.00 Стрельба из лука. Чемпионат России. (0+)
- 13.05 18.50 Лица страны. (12+)
- 13.25 «Парусный спорт». (16+)
- 13.55 20.30 02.10 Баскетбол. Международный турнир. (6+)
- 16.00 16.20 16.35 22.20 01.55 Спецрепортаж. (12+)
- 16.50 Бильярд. Кубок чемпионов. Финал. (0+)
- 20.05 Что по спорту? (12+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 23.55 00.55 пляжный волейбол. Чемпионат России. Финал. (6+)
- 04.00 География спорта. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.30, 07.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 08.25 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)
- 10.20 «ПОКОЛЕНИЕ ВОЯДЖЕР». (16+)
- 12.25 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 15.10 «Я СРАЖАЮСЬ С ВЕЛИКАНАМИ». (12+)
- 17.10, 04.35 «ПРИНЦЕССА СПЕШИ!» (16+)
- 19.10 «ПОВАР НА КОЛЕСАХ». (16+)
- Комедия, США, 2014 г.
- 21.30 «ШЕФ». (16+)
- 23.15, 00.15 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.10 «ДЕТКА». (16+)
- 02.50 «Приключения Пильи». Мультфильм. (6+)
- 04.15 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- 05.30 «Пин-код», «Три кота», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 08.00 «КЕНТАВР». (16+)
- 10.00 «СПОН». (16+)
- 11.45 «БЕНДЕР: НАЧАЛО». (16+)
- 13.40 «БЕНДЕР: ЗОЛОТО ИМПЕРИИ». (16+)
- 15.20 «БЕНДЕР: ПОСЛЕДНЯЯ АФЕРА». (16+)
- 17.20 «ДЕВОЧКА НИНА И ПОХИТИТЕЛИ ПИАНИНО». (6+)
- 19.00 «БРЕМЕНСКИЕ МУЗЫКАНТЫ». (6+)
- 21.10 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
- 23.00 «ЧИЖИК-ПЫЖИК ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)
- 00.35 «АРТЕК: БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
- 02.20 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!» (16+)
- 05.40 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 06.50 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «СТАРУШКИ В БЕГАХ-2». (12+)
- 10.30 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.30 «РОЗНЫЙ ПАПА». (12+)
- Россия, 2022 г. В ролях: Евгений Гришковец, Кирилл Кяро, Ульяна Пилипенко, Эрик Панич, Ирина Воронова
- 02.10 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (16+)
- 04.10 «ЗАЩИТНИКИ». (16+)
- 06.00 Мультфильмы. (0+)
- 06.30 «Что такое хорошо и что такое плохо». (0+)
- 06.40 «КАНИКУЛЫ КРОША». (18+)
- 12.00 «ВОСКРЕСЕНЬЕ, ПОЛОВИНА СЕДЬМОГО». (16+)
- 17.30 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.30 «МУЖИКИ!». (12+)
- 21.20 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (12+)
- 00.20 Он сражался за Родину. Василий Шукшин. (12+)
- 01.05 «ЛЕТЯТ ЖУРАВЛИ». (12+)
- 02.40 «СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА». (12+)
- 04.15 «ШКОЛА МУЖЕСТВА». (12+)
- 05.50 «Новогодняя сказка». Мультфильм. (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 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «КОНТРАКТ НА СЧАСТЬЕ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- 15.00, 23.00 «ПЛАН «Б». (18+)
- 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2017 г. В ролях: Полина Сыркина, Александр Мохов, Евгения Дмитриева, Артем Быстров, Ела Санько, Виктория Цыганкова
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- В квартире Шаталина испортился водопровод, и Вика приглашает своего пожилого родственника-сантехника починить его. А тем временем Максим устраивает просмотр танцовщиц кордебалета для своего очередного мюзикла.
- 12.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Узнав о беременности своей девушки, Федя решает стать образцовым отцом...
- 16.20 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.05 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 00.45 «МАРГОША». (16+)
- 03.50 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
  - 05.10 «РУССКИЙ ВОПРОС». (0+)
  - 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
  - 08.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
  - 10.00 Содом. Кара Господня. Серия 2. (16+)
  - 10.50 Русское кладбище под Парижем. (12+)
  - 11.45 И вот был случай на войне... Бой с драконом. (12+)
  - 12.25 День Патриарха. (0+)
  - 12.35, 13.05, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
  - 14.00 «ПУТЕШЕСТВИЕ В МОЛОДОСТЬ». (12+)
  - 15.45, 16.40, 17.35 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 2-4 серии. (16+)
  - 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
  - 19.30, 01.15 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
  - 20.25 Лики Богородицы: Толгская икона Божией Матери. (0+)
  - 21.00 Сердце воина. (0+)
  - 22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)
  - 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
  - 00.20 День Патриарха. (0+)
  - 00.30 Содом. Кара Господня. Окрестность Иорданская. Серия 3. (16+)
  - 02.10 Великий Русский Северный путь. (0+)
  - 03.10 Сердце воина. (0+)
- 21 августа  
Седмица 9-я по Пятидесятнице. Глас 7. Попрасидне Преображения Господня. Перенесение мощей прпп. Зосимы и Савватия Соловецких, второе перенесение мощей прпп. Зосимы, Савватия и Германа Соловецких.
- Свт. Емилиана исп., еп. Кизического. Свт. Мирона Чудотворца, еп. Критского. Прп. Григория, иконописца Печерского. Прп. Григория Синаита. Мчч. Елевферия и Леонида. Прмч. Иосифа. Сщмчч. Николая и Сергия пресвитеров. Сщмч. Николая пресвитера. Сщмч. Никодима, архиеп. Костромского. Толгской иконы Божией Матери.
- Успенский пост.
- « Мысль о Промысле Божиим в человеческой жизни – величайшая мысль, достойная человека. Забота о спасении души – величайшая забота, достойная человека. Ожидание смерти – величайшее ожидание, достойное человека. »  
Свт. Николай Сербский

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.05 Тееп чарт. (16+)
- 09.00 Новое Радио чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20, 18.55 10 самых! (16+)
- 19.25 Вещи Олега. (16+)
- 20.00 Хит-Стариз. (16+)
- 20.35 Шальные императрицы шоу-биза. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Натальная карта. (16+)
- 23.00 ВК Контакты. (16+)
- 00.00 Сплетни-шейкер. (16+)
- 00.35 Лайкер. (16+)
- 01.30 Топ-30. (16+)



## ПЕРВЫЙ



11.00 Информационный канал. (16+)

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

## РОССИЯ



17.30 «Малахов». (16+)

- 05.00 Утро России  
09.00 Вести. Местное время  
09.30 Утро России  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
13.00 «Наши». (12+)  
14.00 Вести  
14.35 Вести. Местное время  
15.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
17.00 Вести  
17.30 «Малахов». (16+)  
18.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.05 Вести. Местное время  
21.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)  
Роман застаёт Ирину и Петра в ресторане. Они похожи на обычную семейную пару. Но Ирине удаётся оставить Роману записку. Роман следит за машиной Петра и приезжает к дому матери Камиллы Лидии.  
01.25 «ОСИНОЕ ГНЕЗДО». (12+)  
03.25 «ВАСИЛИСА». (12+)

## НТВ



08.00 «Сегодня»

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)  
11.00 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+)  
Семенов узнает, что Ежову нужна дорогостоящая операция в Германии.  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+)  
02.55 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)  
03.25 «ЧЕЛОВЕК БЕЗ ПРОШЛОГО». (16+)

## СТС



06.30 «Маша и Медведь». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
06.30 «Маша и Медведь». (0+)  
08.00 На стиле с Глюк'оЗой. (16+)  
08.30 Впервые на СТС. «Литл Гром». (0+)  
10.05 «Порко Россо». (16+)  
12.05 «Ариэтти из страны лилипутов». (6+)  
14.00 «КОРОЧЕ ГОВОРЯ». (16+)  
16.00 «ВСЁ МОГУ». (16+)  
17.40 Шоу Уральские пельмени. (16+)  
18.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
21.00 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (16+)  
22.55 «ЛАРГО ВИНЧ-2: ЗАГОВОР В БИРМЕ». (16+)  
01.20 «КТО-НИБУДЬ ВИДЕЛ МОЮ ДЕВЧОНКУ?» (18+)  
02.55 «ГОРБУН». (12+)  
04.35 «6 кадров». (16+)  
04.40 «Мультфильмы». (16+)  
05.50 Ералаш. (0+)

## ТНТ



02.30 «Импровизация. Команды». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
19.00 «ПОКА НЕ РОДИЛА». (16+)  
Оксана записала Киру на курсы для будущих мам. Они займут почти всё Кирино время! А Кира просто обожает, когда в её жизни всё решают за неё (нет).  
21.00 «ПРАЗДНИКИ». (16+)  
23.00 «МИЛЛИАРД». (12+)  
Банкир делает всё возможное, чтобы не делиться имуществом со своими сыновьями. Но когда его лишают всех денег, выясняется, что помочь Матвею могут только они...  
01.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ В МОСКВЕ». (16+)  
01.45 «Я тебе не верю». (16+)  
02.30 «Импровизация. Команды». (16+)  
04.05 «Импровизация». (16+)  
04.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (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 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 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «БЫСТРЫЙ И МЕРТВЫЙ». (16+)  
22.00 Наука и техника. (16+)  
00.30 «ТЕХАССКАЯ РЕЗНЯ БЕНЗОПИЛОЙ ЗД». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

## ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)  
05.40 Пятница News. (16+)  
06.20 Секреты на кухне. (16+)  
07.20 Гость у порога. (16+)  
09.00 12.20 19.00 Четыре свадьбы. (16+)  
11.10 Богиня сыска. (16+)  
16.10 21.10 Четыре свадьбы. Международный сезон. (16+)  
00.00 «ОФИТАРМОНИЯ». (18+)  
01.50 Пятница News. (16+)  
02.20 Инсайдеры. (16+)  
04.10 Пятница News. (16+)  
04.30 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)

## ЧЕ

- 06.00 Дорожные драмы. (16+)  
06.20 Дорожные войны 2.0. (16+)  
06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.10 Дорожные войны. (16+)  
11.00 Дорожные драмы. (16+)  
13.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+)  
18.00 Заступницы. (16+)  
20.00 Решала. (16+)  
22.00 Заступницы. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.45 Решала. (16+)  
05.00 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 23.25 «Игра в классику». (12+)  
15.10 «ДОРОГАЯ ЕЛЕНА СЕРГЕЕВНА». (16+)  
16.45 «Крот на море». (12+)  
16.50 «Две принцессы». (12+)  
17.00 «Формула здоровья». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.40 04.20 «СИБИРИАДА». (12+)  
21.40 «ДЕЛО». (16+)  
01.50 ОТражение. (12+)

## Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)  
09.25 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)  
11.25 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
13.30 «Супербабушка». (16+)  
16.00 02.05 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)  
18.00 «Чад из ада». (12+)  
«Чад из ада» - реалисти, в котором родители избалованных мажоров-подросков обращаются за помощью, а их капризные и неуправляемые чад отправляют на 4 дня в обычные, часто многодетные семьи.  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)  
03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

## МИР

- 05.35, 06.15, 10.10 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 00.30 Новости  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10, 15.05 Дела судебные. (16+)  
16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
18.50 Игра в кино. (16+)  
22.30 «КУРЬЕР». (16+)  
00.45 Специальный репортаж. (12+)  
00.55 Время возможностей. Сельское хозяйство. (12+)  
01.20 Евразия. (12+)  
01.30 Сделано в Содружестве. (12+)  
01.40 Легенды Центральной Азии. (12+)  
01.55 Евразия. (12+)

## ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе» (16+)  
05.30 «ЛЕНИНГРАД». (16+)  
09.20 «ИСЧЕЗНУВШИЕ». (16+)  
12.50 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)  
Продолжение грандиозной военной драмы «Истребители» о подвиге летчиков военной авиации времен Великой Отечественной войны. Летчик Илья Бестужев вызывают в главный штаб, где повышают в звании до подполковника и приказывают формировать собственный полк на базе новейших истребителей Як-3.  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «РЖЕВ». (16+)  
02.50 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)  
03.30 «Три кота». (0+)

## ДЕТСКИЕ

## КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Тикабо», «Белка и Стрелка. Озорная семейка», «Смешарики», «Барбоскины». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.30 «Три кота». (0+)  
09.55 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)  
11.50 «Мини-Мишки». (0+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям!  
14.40 «Смешарики. Пин-код». (6+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.05 «Цветняшки!» (0+)  
17.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
18.20 «Барбоскины». (0+)  
19.55 «Геройчики». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Турбозавры». (0+)  
22.05 «Дикие скричеры!» (6+)  
Мультсериал о зрелищных сражениях скричеров - боевых роботов, способных превращаться в свирепых механических зверей.  
22.35 «Инфинити Над». (6+)  
23.00 «Люк - путешественник во времени. Хранители истории». (6+)  
Последняя глава приключений Люка! Путешественник во времени отправляется в Грецию, чтобы найти ответы на все вопросы!  
00.20 «Простоквашино». (0+)  
02.00 «Все, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)  
02.25 «Бумажки». (0+)  
03.30 «Три кота». (0+)

## МУЛЬТ

- 06.00 «Время малышей» (0+)  
07.00 «Маша и Медведь». (0+)  
08.00 «Хранители Кыю». (0+)  
08.30 «Барбоскины». (0+)  
09.15 «Кошечки-собачки». (0+)  
10.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
11.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
11.30 «Приключения Мегащечков». (0+)  
12.00 «Время малышей». (0+)  
13.00 «Сказочный патруль». (0+)  
13.35 «Маша и Медведь». (0+)  
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)  
15.30 «Кошечки. Начало». (6+)  
17.05 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
18.00 «Лунтик». (0+)  
19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
20.00 «Маша и Медведь». (0+)  
20.35 Сказка на ночь. «Машины сказки». (0+)  
20.40 «Цветняшки! Учимся решать конфликты». (0+)  
21.10 «Барбоскины». (0+)  
22.00 «Сказочный патруль». (0+)  
23.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
00.00 «Просто о важном. Про Мир и Гошу». (0+)  
00.35 «Буба». (6+)  
01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
02.15 «Лунтик». (0+)  
03.00 «Четверо в кубе». (0+)  
Четверо инопланетян исследуют Землю.  
03.30 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)  
04.20 «Барбоскины». (0+)  
05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

## 365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)  
00.55, 05.00, 09.05, 13.00 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)  
01.40 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+)  
02.40, 06.45, 10.35, 18.35 Музейный феникс. (12+)  
03.10 Афганистан. Незвестная война инженерных войск. (12+)  
04.00 Вокруг света на «Неве» и «Надежде». (12+)  
04.30 Элемент познания. (12+)  
05.45, 09.50 Дважды рожденный. (12+)  
06.35 Обыкновенная история. (6+)  
07.15, 19.10, 23.10 Историкограф. (12+)  
08.00 В поисках Византии. (12+)  
08.45 Пешком по Москве. (6+)  
11.05 В поисках утраченного искусства. (12+)  
12.00 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)  
13.45 Секреты истории. (16+)  
16.00 Герои подполья. (12+)  
16.15 Ступени Победы (12+)  
17.00 Сквозь времена (12+)  
17.30, 19.05, 23.05 Семь дней истории. (12+)  
17.40 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)  
20.00 Историада. (12+)  
20.55 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)  
21.40 Книжные аллеи. (12+)  
22.15 Россия глазами иностранцев: Пока Москва была столицей. (12+)

## HISTORY

- 06.00 Испания: подготовка к войне. (16+)  
06.40, 07.25 Корея. 5000 лет выживания. (16+)  
08.20 Древние конструкторы: Инструменты и технологии. (12+)  
09.15 Древние конструкторы: Анатомия дома. (12+)  
10.15, 11.10 Очень странные экспонаты. (12+)  
12.05 Пугеводитель Путифара. (16+)  
13.05 Как выиграть президентскую гонку. (16+)  
14.05 Свободная Куба. (16+)  
15.05 Две сестры. (16+)  
15.55 100 чудес света. (16+)  
17.00 Римские мегастроения: Лион. (12+)  
18.00 Древние конструкторы: Экстремальные проекты. (12+)  
19.05 Древние конструкторы: Тайны чудеса природы. (12+)  
20.05 Очень странные экспонаты: Золотой диск, книга тайн и зеркало, ведущее на другую сторону. (12+)  
21.00 Очень странные экспонаты: Золотая шляпа, куб нацистов и часы на миллиард фунтов. (12+)  
21.55 Чёрные пантеры Второй мировой. (12+)  
22.50 Геноцид уйгуров. (16+)  
23.50, 00.45 Корея. 5000 лет выживания. (16+)  
01.35, 02.25 Древние конструкторы. (12+)  
03.20, 04.05 Очень странные экспонаты. (12+)

## ДОКТОР

- 06.00, 11.10, 19.00, 03.00 О самом главном. Гастрокопия и колоноскопия. (12+)  
06.55, 20.55, 03.55 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+)  
За последние десятилетия многие страшные диагнозы ушли в прошлое, и те, кто считался неизлечимо больным, получили надежду на полное выздоровление. Как лечат людей в третьем тысячелетии, и какова она - медицина будущего?  
07.45, 15.00, 22.45 Доктор на работе. Лучшее. (12+)  
10.40 Метод исследования. Эндоскопия. (12+)  
12.05, 20.25, 01.40 Без халатов. (12+)  
12.35 Большой скачок. Правда о молоке. (12+)  
13.05 Наши пять чувств. Тайны обоняния. (12+)  
14.00 О самом главном. Микроменты: йод. (12+)  
17.55 Мозг на прокачку. Усилием воли. (12+)  
20.00, 05.35 На приёме у Михаила Лабковского. Про секс, либидо и любовь. (12+)  
21.45 О самом главном. Как избавиться от целлюлита? (12+)  
02.05 Хитрая память. (12+)  
04.40 Скажите, доктор! (12+)  
05.05 Большой скачок. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



20.30 «Спокойной ночи, малыши!»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.50 «Репортажи из будущего»
- 08.35 «Первые в мире»
- 08.50 «ТУФЛИ С ЗОЛОТЫМИ ПРЯЖКАМИ»
- 10.15 «Телетеатр. Классика»
- 11.20 Абсолютный слух
- 12.00 19.00 «Дворцы взорвать и уходить...»
- 12.45 «ЛУЧШАЯ ДОРОГА НАШЕЙ ЖИЗНИ»
- 14.20 01.40 Звезды оперной сцены
- 15.10 «Рассказы из русской истории»
- 16.45 «САС. Динара Асанова»
- 17.15 «Забывтое ремесло»
- 17.30 00.05 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 19.45 «Николай Боголюбов»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Стоп! Сшито! Костюм в кино»
- 21.15 Спектакль «Двенадцатая ночь, или Называйте как угодно»

ТВЦ



15.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Москва резиновая». (16+)
- 08.40 «ТРИ ЛАНИ НА АЛМАЗНОЙ ТРОПЕ». (12+)
- 10.35 04.45 «Маргарита Терехова. Осколки зеркала». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ИНДИЙСКАЯ НЕВЕСТА». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 16.55 Хроники московского быта. (12+)
- 18.10 «ДИЛЕТАНТ». (12+)
- 22.35 04.15 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Легенды эстрады». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «90-е». (16+)
- 02.05 «Русские тайны». (16+)

ТВ-3



08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)
- 06.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 07.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 «Слепая». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «Слепая». (16+)
- 18.45 22.25 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 23.30 Последний герой. Русский сезон. (16+)
- 01.00 «НЕ ДЫШИ: НАЧАЛО». (18+)
- Таинственный старик-отшельник живет в лесной глуши. Однажды к нему забредает любитель пеших походов, который уверяет деда, что заблудился.
- 02.30 «ДИКИЙ». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

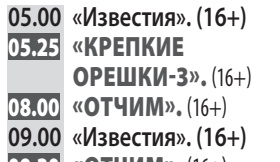
ДОМАШНИЙ



12.50 «Знахарка». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.20 Давай разведёмся! (16+)
- 08.20 Тест на отцовство. (16+)
- 10.35 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.50 «Знахарка». (16+)
- 13.25 «Верну любимого». (16+)
- 14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.35 «СУББОТНЯЯ ЖЕНА». (16+)
- 19.00 «НОВЫЙ МУЖ НАШЕЙ МАМЫ». (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 00.35 «Порча». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 Тест на отцовство. (16+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)

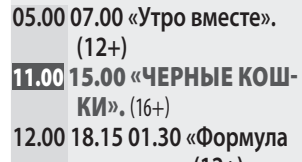
5 5-Й КАНАЛ



05.00 «Известия». (16+)

- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
- 08.00 «ОТЧИМ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ОТЧИМ». (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ФИЛИН-3». (16+)
- 02.50 «СЛЕД». (16+)
- 04.05 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «В НАЧАЛЕ СЛАВНЫХ ДЕЛ». (12+)
- 12.30 13.25 15.05 17.15 «КОМАНДА 8». (16+)
- 18.00 «СССР и Китай». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.50 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)
- 02.15 «ОТРЫВ». (16+)
- 03.40 «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...» (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 12.00 18.15 01.30 «Формула здоровья». (12+)
- 12.30 «От 7 до 17». (12+)
- 13.00 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 16.30 «МАТЬ И МАЧЕХА». (16+)
- 17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Великий, могучий». (12+)
- 18.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 22.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 23.00 «ТАНЦЫ НАСМЕРТЬ». (12+)
- 00.45 «Футбол губернии». (12+)
- 01.15 «Открываем Воронеж». (12+)
- 04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Третий тайм». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 16.20 Новости
- 07.05 18.30 21.30 00.30 Все на Матч!
- 10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Вопреки всему». (12+)
- 11.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.00 «Есть тема!»
- 14.25 Гольф. Кубок Лиги Ставок. Прямая трансляция из Ленинградской области
- 16.25 Футбол. «Динамо» (Волгоград) - «Текстильщик» (Иваново). FONBET Кубок России. Прямая трансляция
- 19.15 Футбол. «Химик» (Дзержинск) - «Вроке Воус» (Москва). FONBET Кубок России. Прямая трансляция
- 22.25 Футбол. Испания - Англия. Чемпионат Европы-2024. Финал. (6+)
- 01.00 «В поисках самой сложной трассы». (12+)
- 02.05 Новости. (0+)
- 06.00 13.55 16.55 02.10 Баскетбол. Международный турнир. (6+)
- 07.50 10.10 13.00 15.55 Новости
- 07.55 21.20 04.30 Стрельба из лука. Чемпионат России. (0+)
- 08.55 13.05 16.00 16.20 21.05 22.20 01.35 Спецрепортаж. (12+)
- 09.10 «Век нашего спорта». (12+)
- 10.15 Профессиональный бокс. (16+)
- 12.00 Диск-гольф. Пролетур. (0+)
- 13.25 «Что за спорт?» (12+)
- 16.35 Небесная грация. (12+)
- 18.55 «Магия большого спорта». (12+)
- 19.25 Гандбол. Суперкубок России. (6+)
- 22.40 «Есть тема!» (16+)
- 23.55 Гольф. Кубок Лиги Ставок. (0+)
- 01.55 Лица страны. (12+)
- 04.00 Что по спорту? (12+)
- 05.30 «Здоровый образ». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.10 «Я СРАЖАЮСЬ С ВЕЛИКАНАМИ». (12+)
- 08.05, 09.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 10.10 «ДНЕВНИК БРИДЖЕТ ДЖОНС». (16+)
- 12.05 «БРИДЖИТ ДЖОНС: ГРАНИ РАЗУМНОГО». (16+)
- 14.15 «БРИДЖИТ ДЖОНС 3». (16+)
- 16.40 «ПОВАР НА КОЛЕСАХ». (16+)
- 19.00 «ПОСЛЕ». (16+)
- 20.55 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 2». (16+)
- 22.45, 23.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 00.45 «ЛЮБОВЬ НА КОНЧИКАХ ПАЛЬЦЕВ». (16+)
- 02.30 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
- 04.05 «КОЛЬЦО ДРАКОНА». (12+)
- 05.30 «СУПЕРНЯНЬ». (18+)
- 03.15 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 04.55 «ДЕТКИ В ПОРЯДКЕ». (6+)
- 06.30 «ЛЕНА И СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (12+)
- 08.05 «ФОРМУЛА 51». (18+)
- 09.45 «РЭД». (16+)
- 11.50 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
- 13.45 «ВЕЧЕРИНКА НА ВЫЛЕТ». (18+)
- 15.40 «БЛИЗНЕЦЫ-ДРАКОНЫ». (12+)
- 17.40 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК». (18+)
- 19.30 «СВИДАНИЕ ВСЛЕПУЮ». (16+)
- 21.15 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
- 23.05 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «БУЛЬТЕРЬЕР». (16+)
- 09.55 «ЛЕГЕНДА О САМБО». (16+)
- 11.55 «ДЕВОЧКА НИНА И ПОХИТИТЕЛИ ПИАНИНО». (6+)
- 13.40 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
- 15.20 «ЧИЖИК-ПЫЖИК ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)
- 17.05 «АРТЕК: БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
- 19.00 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 21.10 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 23.10 «КАЛЕНДАРЬ МА(И)Я». (6+)
- 00.55 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (16+)
- 02.40 «ДАМА ПИК». (16+)
- 06.00 Мультфильмы. (0+, 6+)
- 07.45 «СЕРЕЖА». (12+)
- 09.10 «ОБЫКНОВЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)
- 11.05 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)
- 12.45 «ЛЮБОВЬ ЗЕМНАЯ». (12+)
- 14.30 «САДЬБА». (16+)
- 17.35 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.30 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 21.20 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
- 23.05 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (12+)
- 00.40 Андрей Миронов. Держась за облака. (16+)
- 01.20 «СВИДЕТЕЛИ МОИМ МУЖЕМ». (12+)
- 02.45 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
- 04.10 «ПОСЛЕСЛОВИЕ». (12+)
- 05.45 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.00 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 07.20 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «СТАРУШКИ В БЕГАХ-2». (12+)
- 11.00 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 16.00 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.30 «ПРИЗРАК». (16+)
- 02.20 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (12+)
- Россия, 2016 г. В ролях: Егор Бероев, Фёдор Бондарчук, Ян Цапник
- 04.20 «ТОЛЬКО НЕ ОНИ». (16+)
- 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+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг.
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «КОНТРАКТ НА СЧАСТЬЕ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- Сериал. Остроумная мелодрама, семейная сага. Россия, 2017 г. В ролях: Карина Андоленко, Виктор Добронравов, Павел Баршак, Дарья Мороз
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПИРОГОВ». (0+)
- 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Содом. Кара Господня. Серия 3. (16+)
- 10.50 Лики Богородицы: Толгская икона Божией Матери. (0+)
- 11.25 Сердце воина. (0+)
- 12.25 День Патриарха. (0+)
- 12.35, 13.05, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
- 14.00 «ЗВЕЗДЫ НА КРЫЛЬЯХ». (0+)
- 15.40, 16.35, 17.35 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 4-6 серии. (16+)
- 05.00, 07.30, 17.00, 03.30 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 07.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 16.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «ЭЛЕН И РЕБЯТА». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня сыска. (16+)
- 23.10, 23.40 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.05 Суббота News 2024. (16+)
- 00.20, 01.20 «ПРАКТИКА». (16+)
- 02.10, 02.50 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- Маша не может сдать зачет по физкультуре. Вика решает помочь ей обмануть учительницу.
- 12.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- На что только не пойдут Сеня и Федя в погоне за большими деньгами!
- 16.20 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.05 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- Сергей оказывается в 1982 году в пустой квартире и в полном одиночестве. Вскоре он понимает, что попал во временную петлю...
- 00.45 «МАРГОША». (16+)
- 03.50 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

- 22 августа
- Седмица 9-я по Пятидесятнице. Глас 7. Попрасидно Преображения Господня. Апостола Матфия.
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30, 01.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.25, 01.55 Александр Третий. Сильный, державный... (0+)
- 21.30 Путь раскола. Операция «Украина». (16+)
- 22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.10 День Патриарха. (0+)
- 00.20 Содом. Кара Господня. Мадаба - шаг до разгадки. Серия 4. (16+)
- 02.55 Путь раскола. Операция «Украина». (16+)
- 03.25 Митрофан. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 11.00 «ЯНАМУЗТВ». (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Консервы. (16+)
- 14.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Love чат. (16+)
- 17.00 Моя волна. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20, 18.55 10 самых! (16+)
- 19.25 Анна Седокова: Виа Гра не понадобится. (16+)
- 20.00 Хит-Сториз. (16+)
- 20.35 Спасите наши уши! Песни-вирусы. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 23.00 ВК Контакты. (16+)
- 00.00 10 Sexy. (18+)
- 01.00 Лайкер. (16+)

МУЗЫКА

- 06.00 Мультфильмы. (0+, 6+)
- 07.45 «СЕРЕЖА». (12+)
- 09.10 «ОБЫКНОВЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)
- 11.05 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)
- 12.45 «ЛЮБОВЬ ЗЕМНАЯ». (12+)
- 14.30 «САДЬБА». (16+)
- 17.35 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
- 19.30 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
- 21.20 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
- 23.05 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!» (12+)
- 00.40 Андрей Миронов. Держась за облака. (16+)
- 01.20 «СВИДЕТЕЛИ МОИМ МУЖЕМ». (12+)
- 02.45 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
- 04.10 «ПОСЛЕСЛОВИЕ». (12+)
- 05.45 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)

МУЗЫКА

- 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+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг.
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «КОНТРАКТ НА СЧАСТЬЕ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- Сериал. Остроумная мелодрама, семейная сага. Россия, 2017 г. В ролях: Карина Андоленко, Виктор Добронравов, Павел Баршак, Дарья Мороз
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)

МУЗЫКА

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- Маша не может сдать зачет по физкультуре. Вика решает помочь ей обмануть учительницу.
- 12.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- На что только не пойдут Сеня и Федя в погоне за большими деньгами!
- 16.20 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.05 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- Сергей оказывается в 1982 году в пустой квартире и в полном одиночестве. Вскоре он понимает, что попал во временную петлю...
- 00.45 «МАРГОША». (16+)
- 03.50 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ

22 августа  
Седмица 9-я по Пятидесятнице. Глас 7. Попрасидно Преображения Господня. Апостола Матфия.

Собор Соловецких святых. Прп. Псой Египетского. Мчч. Иулиана, Маркиана, Иоанна, Иакова, Алексия, Димитрия, Фотия, Петра, Леонтия, Марии патрикии, протоспафария Григория и двух юношей, за икону Христа пострадавших. Мчч. Антония Александрийского. Свт. Филарета, архиеп. Черниговского. Прмц. Маргариты.

Успенский пост.

«Господь милостиво вразумляет человека, что надо с благодарностью терпеть скорби. Я за всю жизнь ни разу никогда не роптал за скорби, но все принимал от руки Божией, как лекарство, и всегда благодарил Бога, и потому дал мне Господь легко нести все скорби.»

Прп. Силуан Афонский



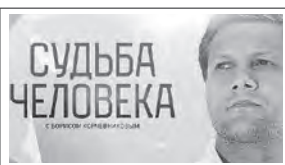
**7 ПЕРВЫЙ**



19.45 «Поле чудес». (16+)

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

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 14.00 Вести
- 14.35 Вести. Местное время
- 15.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
У себя дома убит математик Теплицкий. Недавно он попал в аварию...
- 17.00 Вести
- 17.30 Прямой эфир. (16+)
- 18.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 20.45 Вести. Местное время
- 21.00 Торжественное открытие Международного конкурса молодых исполнителей «Новая волна-2024»
- 23.25 «ОДНО ЛЕТО И ВСЯ ЖИЗНЬ». (12+)
- 02.55 «КРАСАВЕЦ И ЧУДОВИЩЕ». (12+)

**НТВ**



14.00 «Место встречи»

- 04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+)
- 11.00 «ПЁС». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «ДНК». (16+)
- 17.55 «Жди меня». (12+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «НЕВСКИЙ: ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». (16+)  
Музыкант похищает сына Семенова и требует, чтобы тот убил Семенчука, иначе сын умрет.
- 00.20 «Своя правда» с Романом Бабаюном. (16+)
- 02.10 «ЧЕЛОВЕК БЕЗ ПРОШЛОГО». (16+)

**СТС**



06.00 Ералаш. (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 Интуристы. (16+)  
Звезда «Кухни» Мария Горбань и комик Алексей Кривенья открывают самые неожиданные и экзотические достопримечательности нашей страны в новом тревел-шоу «Интуристы».
- 08.40 Уральские пельмени. (16+)
- 11.25 Шоу «Русская дорога». (16+)
- 12.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 01.00 Премьера. «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 02.00 Суперниндзя. (16+)  
Экстремальное шоу, в котором участники проверяют свою выносливость, проходя полосу препятствий.
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

**ТНТ**



11.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 11.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 20.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 22.00 «История на миллион». (16+)  
Новое шоу Гарика Мартиросяна. Теперь любой человек, у которого «в запасе» есть очень смешная и забавная история из жизни, может рассказать её на всю страну, послушать комментарии самого Мартиросяна и его звёздных гостей, а заодно выиграть приз в 1 миллион рублей.
- 23.00 «Stand up». (18+)
- 00.00 «Наша Russia. Дайджест». (16+)
- 00.30 «Наша Russia». (16+)
- 01.05 «Я тебе не верю». (16+)
- 01.55 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.30 «Импровизация». (16+)
- 04.15 «Студия «Союз». (16+)
- 05.25 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

**РЕН**



06.00 «С бодрым утром!» (16+)

- 05.00 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 «Главные тайны мира». (16+)
- 20.00 «ИНДИАНА ДЖОНС: В ПОИСКАХ УТРАЧЕННОГО КОВЧЕГА». (12+)
- 22.15 «ИНДИАНА ДЖОНС И ХРАМ СУДЬБЫ». (12+)
- 00.35 «ИНДИАНА ДЖОНС И ПОСЛЕДНИЙ КРЕСТОВЫЙ ПОХОД». (12+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <p><b>ПЯТНИЦА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Гастротур. (16+)<br/>Дмитрий Левицкий отправляется в гастрономический тур по Республике Башкортостан.</li> <li>05.40 Пятница News. (16+)</li> <li>06.10 Секреты на кухне. (16+)</li> <li>06.30 Гость у порога. (16+)</li> <li>08.10 Четыре дачи. (16+)</li> <li>09.40 На ножах. (16+)</li> <li>11.00 Адский шеф. (16+)</li> <li>14.10 На ножах. (16+)</li> <li>23.40 «ДРУГОЙ МИР». (16+)</li> <li>01.40 Пятница News. (16+)</li> <li>02.10 Инсайдеры. (16+)</li> <li>03.50 Черный список. (16+)</li> <li>04.30 Пятница News. (16+)</li> </ul> <p><b>Ю</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.20 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>09.25 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</li> <li>11.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> <li>13.30 «Супербабушка». (16+)</li> <li>16.00 02.00 «ЗАПРЕТНЫЙ ПЛОД». (16+)</li> <li>18.00 Барышня-крестьянка. (16+)<br/>Героинями реалити «Барышня-Крестьянка» становятся девушки из абсолютно разных миров: одна живет в роскоши и сорит деньгами, другая живет на пять тысяч в месяц.</li> <li>21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</li> <li>00.05 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</li> <li>03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> </ul> | <p><b>ЧЕ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Дорожные драмы. (16+)</li> <li>06.15 Дорожные войны 2.0. (16+)</li> <li>06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</li> <li>07.10 Дорожные войны. (16+)</li> <li>11.00 Решала. (16+)</li> <li>16.00 Утилизатор. (16+)<br/>Ржавые банки на колесах захлампают городские дворы, а упрямые автовладельцы заламывают цены на старые авто.</li> <li>17.30 Решала. (16+)</li> <li>21.30 Опасные связи. (16+)</li> <li>23.00 Опасные связи. (18+)</li> <li>02.45 Утилизатор. (16+)</li> </ul> <p><b>МИР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости</li> <li>06.15 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (16+)</li> <li>07.45 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (16+)</li> <li>09.45, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)</li> <li>10.10, 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</li> <li>11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)</li> <li>13.15 Мировое соглашение. (16+)</li> <li>16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)</li> <li>18.50 Миллион за 5 минут. (16+)</li> <li>19.30 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (16+)</li> <li>21.10 «ЗНАХАРЬ». (16+)</li> <li>00.00 «МЭРИ ПОППИНС. ДО СВИДАНИЯ». (16+)</li> </ul> | <p><b>ОТР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 «Утро вместе». (12+)</li> <li>09.05 09.35 10.05 10.35 12.05 13.10 14.05 18.20 ОТражение</li> <li>11.00 «Игра в классики». (12+)</li> <li>15.10 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)</li> <li>17.00 «Служу Отечеству». (12+)</li> <li>18.00 «Губернские новости». (12+)</li> <li>20.40 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)</li> <li>23.00 «ГОСПОДИН НИКО». (18+)</li> <li>01.10 «МОРЕ». (18+)</li> <li>02.30 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)</li> <li>04.25 «ТЁША». (16+)</li> </ul> <p><b>ПОБЕДА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>04.40 «Путь к Победе». (16+)</li> <li>05.40 «СНЕГ И ПЕПЕЛ». (16+)</li> <li>09.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+)<br/>Небольшой поселок на Урале. Там живет ничем непримечательная семья Морозовых, в которой воспитываются четверо детей: два брата и две сестры - Алексей, Степан, Алена и Барвара. Между ними складываются непростые взаимоотношения. Всех их пропустит через мясорубку Великая Отечественная война.</li> <li>23.59 «Путь к Победе». (16+)</li> <li>01.00 «ЧЕРНЫЙ ПЁС». (16+)<br/>По мотивам романов Николая Чергинца о майоре спецназа Андрее Рубцове.</li> <li>02.40 «72 ЧАСА». (16+)</li> </ul> |
|---|--|--|

**ДЕТСКИЕ**

- |  |   |
|--|---|
| <p><b>КАРУСЕЛЬ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Ранние пташки. «Тикабо», «Белка и Стрелка. Озорная семейка», «Смешарики», «Барбоскины». (0+)</li> <li>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>07.30 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</li> <li>07.40 «Петроникс». (0+)</li> <li>08.10 «Приключения Мегащенков». (0+)</li> <li>08.25 «Лунтик». (0+)</li> <li>10.50 «Чик-Чирикино». (0+)</li> <li>13.10 «Хранители Кью». (0+)</li> <li>13.30 «Диностер». (6+)</li> <li>14.00 «Карбот». (6+)</li> <li>14.30 «Навигатор. У нас гости». (0+)<br/>Обладательница золотой медали Всероссийских соревнований по чирлидингу! Победительница Первенства Москвы! Спортсменка и любительница чтения! В гостях у Давида и Маши - Полина Фомичёва!</li> <li>14.40 «Смешарики. Пин-код». (6+)</li> <li>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</li> <li>17.00 «Царевны». (0+)</li> <li>19.25 «Ник-изобретатель». (0+)<br/>Это весёлые истории про мальчика-изобретателя и его удивительных роботов!</li> <li>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>21.20 «Ум и Хрум». (0+)<br/>Сериал о приключениях двух друзей-монстриков.</li> <li>23.00 «Фиксики». (0+)</li> <li>00.35 «Ералаш». (6+)</li> <li>02.00 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)</li> <li>02.25 «Бумажки». (0+)</li> <li>03.30 «Три кота». (0+)</li> </ul> | <p><b>МУЛЬТ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 «Время малышей» (0+)</li> <li>07.00 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>08.00 «Хранители Кью». (0+)</li> <li>08.30 «Барбоскины». (0+)</li> <li>09.15 «Кошечки-собачки». (0+)</li> <li>10.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>11.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>11.30 «Приключения Мегащенков». (0+)</li> <li>12.00 «Время малышей». (0+)</li> <li>13.00 «Сказочный патруль». (0+)<br/>История о четырёх волшебницах, встретившихся в городе Мышкин.</li> <li>13.40 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)</li> <li>15.25 «Геройчики». (0+)</li> <li>17.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>18.00 «Кошечки. Начало». (6+)</li> <li>19.35 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>20.35 Сказка на ночь. «Машины сказки». (0+)</li> <li>20.40 «Цветяшки! Скоро осень». (0+)</li> <li>21.10 «Барбоскины». (0+)</li> <li>22.00 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>23.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>00.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)</li> <li>00.35 «Буба». (6+)</li> <li>01.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>02.20 «Лунтик». (0+)</li> <li>03.00 «Четверо в кубе». (0+)</li> <li>03.30 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)</li> <li>04.20 «Барбоскины». (0+)</li> <li>05.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)</li> </ul> |
|--|---|

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>365 ДНЕЙ ТВ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>00.00 Вокруг света на «Неве» и «Надежде». Получилось! (12+)</li> <li>00.30 Элемент познания. (12+)</li> <li>00.55, 05.10, 09.05, 13.05 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)</li> <li>01.45, 05.55 Дважды рожденный. (12+)</li> <li>01.55, 05.55 Обыкновенная история. (6+)</li> <li>02.40, 06.40, 14.40 Музейный феникс. (12+)</li> <li>03.10, 15.10, 19.10, 23.10 Историограф. (12+)</li> <li>04.05 В поисках Византии. (12+)</li> <li>04.50, 20.40 Пешком по Москве. (6+)</li> <li>07.10 В поисках утраченного искусства. (12+)</li> <li>08.00 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)</li> <li>09.50 Секреты истории. (16+)</li> <li>12.00 Георгий Победоносец. (16+)</li> <li>13.50 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)</li> <li>16.00 Герои подполья. (12+)</li> <li>16.15 Ступени Победы (12+)</li> <li>17.00 Сквозь времена: Лионский зал Екатерининского дворца. (12+)</li> <li>17.35, 19.05 Семь дней истории. (12+)</li> <li>17.45, 21.45 Книжные аллеи. (12+)</li> <li>18.15, 22.15 Россия глазами иностранцев. (12+)</li> <li>20.00 Освободители: Шта-лаг 352. Пленная правда. (16+)</li> <li>21.00 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)</li> </ul> | <p><b>HISTORY</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.05 Чёрные пантеры Второй мировой. (12+)</li> <li>06.50 Чанди Врингинг Лаванг, Индонезия. (12+)</li> <li>07.20 100 чудес света. (16+)</li> <li>08.20 Римские мегастроения: Лион. (12+)</li> <li>09.20, 10.20 Древние конструкции. (12+)</li> <li>11.20 Очень странные экспонаты. (12+)</li> <li>12.15 Меган Маркл: Герцогиня Стиля. (12+)</li> <li>13.10 Роберт Кеннеди - несостоявшийся президент США. (16+)</li> <li>14.00 Свободная Куба: Произвол и надежда. (16+)</li> <li>14.55 Две сестры. (16+)</li> <li>15.50 100 чудес света. (16+)</li> <li>16.50 Римские мегастроения: Арль. (12+)</li> <li>17.55 Древние конструкции: Древние водные пути. (12+)</li> <li>19.00 Древние конструкции: Наведение мостов. (12+)</li> <li>20.00 Очень странные экспонаты: Фальшивки, шпион и паровой мозг. (12+)</li> <li>20.55 Очень странные экспонаты: Шаман Ледникового периода, небо Бронзового века и лампочка в стиле стимпанк. (12+)</li> <li>21.50, 22.45 Перл-Харбор. (16+)</li> <li>23.45 100 чудес света. (16+)</li> <li>00.50 Римские мегастроения: Лион. (12+)</li> <li>01.45, 02.40 Древние конструкции. (12+)</li> <li>03.30, 04.20 Очень странные экспонаты. (12+)</li> <li>05.05 Перл-Харбор. (16+)</li> </ul> | <p><b>ДОКТОР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 11.15, 18.55, 02.55 О самом главном. Популярные мифы о сердце. (12+)</li> <li>06.55, 20.55, 04.15 Это лечится. Боли в спине. (12+)</li> <li>07.20, 21.20, 03.50 Простые истины доктора Мясникова. Выпуск 3. (12+)</li> <li>07.50, 15.00, 22.50 Доктор на работе. Лучшее. (12+)</li> <li>10.45 На приёме у Михаила Лабковского. Про секс, либидо и любовь. (12+)</li> <li>12.10, 20.25, 01.40 Без халатов. (12+)<br/>Подкаст-шоу, в котором популярные врачи страны вместе со своими коллегами обсуждают у микрофона самые важные вопросы, которые волнуют пациентов и медицинское сообщество. Лёгкий и непринуждённый разговор без халатов и сложных терминов.</li> <li>12.40 #Навидевидно. Выпуск 9. (12+)</li> <li>13.10 Наши пять чувств. Господство зрения. (12+)</li> <li>14.05 О самом главном. Как избавиться от целлюлита? (12+)</li> <li>17.55 Хитрая память. (12+)</li> <li>19.55, 05.35 Еда. Крупы. (12+)</li> <li>21.50 О самом главном. Как питаться, чтобы похудеть? (12+)</li> <li>02.05 Перегруженный мозг. (12+)</li> <li>04.40 На приёме у Михаила Лабковского. Психология секса. (12+)</li> <li>05.05 Метод исследования. Компьютерная томография. (12+)</li> </ul> |
|--|--|---|

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



19.00 «Роман в камне»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Эпизоды
- 07.50 «Репортажи из будущего»
- 08.40 «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК»
- 10.00 12.30 16.30 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Телеатр. Классика»
- 11.20 Абсолютный слух
- 12.00 «Дворцы взорвать и уходить...»
- 12.45 «ЛУЧШАЯ ДОРОГА НАШЕЙ ЖИЗНИ»
- 14.05 17.15 «Забываемое ремесло»
- 14.20 01.30 Звезды оперной сцены
- 15.50 «Острова»
- 16.45 К 80-летию со дня рождения Сергея Соловьева
- 17.30 00.05 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ»
- 19.00 23.35 «Роман в камне»
- 19.45 «Искатели»
- 20.30 Линия жизни
- 21.25 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ ИНЖЕНЕРА БАРКАСОВА»

ТВЦ ТВЦ



17.50 События

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «ПЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ» (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ» (16+)
- 12.35 «ВОПРЕКИ ОЧЕВИДНОМУ» (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ВОПРЕКИ ОЧЕВИДНОМУ» (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Больше чем любовь» (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ» (12+)
- 20.10 «ЧЁРНАЯ ГОРА» (16+)
- 22.25 «Хорошие песни» (12+)
- 00.15 «ТРИ ПЛЮС ДВА» (0+)
- 01.55 «Петровка, 38» (16+)
- 02.10 «СЕЛФИ С СУДЬБОЙ» (12+)
- 05.00 «ДЕЛО № 306» (12+)

ТВ-3 ТВ-3



08.40 Гадалка. (16+)

- 06.00 «ЧУДО-ДОКТОР» (16+)
- 06.45 Хорошие новости с Натальей Васиной. (16+)
- 07.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 Гадалка. (16+)
- 16.45 18.10 «СКОРАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
- 22.15 Новости. (16+)
- 22.25 «КОД 8». (16+)
- 18.00 20.30 Когда-то Линкольн сити гостеприимно распахивал свои двери перед людьми со сверхспособностями, чтобы они помогли строить будущее. Но с введением автоматизации, сверхдаренные становятся не нужны и пополняют армию безработных.
- 22.30 «ТРЕЙСЕРЫ». (16+)
- 00.30 «ДАРЫ СМЕРТИ». (18+)
- 02.00 «НЕ ДЫШИ: НАЧАЛО». (18+)
- 03.30 «ДИКИЙ». (16+)

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



14.05 «Голоса ушедших душ». (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+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ПЕРЕЗВОНЮ ПОЗЖЕ». (16+)
- 19.00 «УГНАННАЯ НЕВЕСТА». (16+)
- 23.30 «Понять. Простить». (16+)
- 00.35 «Порча». (16+)
- 01.35 «Знахарка». (16+)
- 02.05 «Верну любимого». (16+)
- 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.55 «б кадров». (16+)
- 03.20 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
- 08.05 «ОТЧИМ». (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ОТЧИМ». (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+)
- 01.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)
- 03.10 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.00 10.10 «Курская битва». (16+)
- 09.20 «Ищу своих». (12+)
- 11.40 13.25 15.05 «В ИЮНЕ 41-ГО». (16+)
- 17.15 «Сталинград». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 20.30 «Война миров». (16+)
- 21.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.55 «ТАЕЖНАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)
- 02.35 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 12.00 18.15 «Мастерская спорта». (12+)
- 12.30 17.45 «Арт-Проспект». (12+)
- 13.00 16.30 «МАТЬ И МАЧЕХА». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Великий, могучий». (12+)
- 15.15 «Заметные люди». (12+)
- 15.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 17.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 23.00 «Адрес истории». (12+)
- 20.30 01.45 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.15 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «ДВОЙНОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
- 02.15 «Футбол губернии». (12+)

СПОРТ

- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 07.00 10.10 16.20 Новости
- 07.05 15.00 16.25 19.00 23.30 Все на Матч!
- 10.15 Небесная грация. (0+)
- 10.35 «Вопреки всему». (12+)
- 11.35 Лица страны. (12+)
- 11.55 Лёгкая атлетика. Серия «Высота». Прямая трансляция из Златоуста
- 15.15 Автоспорт. G-Drive Росийская серия кольцевых гонок. «Игора Драйв». GT4. Прямая трансляция
- 16.55 Баскетбол. Россия - Колумбия. Международный турнир «Fonbet Кубок Дружбы». Мужчины. Прямая трансляция из Перми
- 19.25 Смешанные единоборства. «Наше Дело»
- 21.25 Футбол. «Боруссия» (Мёнхенгладбах) - «Байер». Чемпионат Германии
- 00.30 «Центральный круг». (12+)
- 01.00 «Век Динамо». (16+)
- 02.05 Новости. (0+)
- 06.00 Баскетбол. Международный турнир. (6+)
- 07.50 Новости
- 07.55 Гандбол. Суперкубок России. (6+)
- 09.20 10.15 14.05 14.20 Спец-репортаж. (12+)
- 09.40 «Парусный спорт». (16+)
- 10.10 Новости
- 10.40 11.55 13.10 15.15 16.30 17.45 03.40 04.10 04.35 05.05 Автоспорт. (6+)
- 13.05 Новости
- 14.40 Страна смотрит спорт. (12+)
- 15.10 Новости
- 18.35 Спецрепортаж. (12+)
- 18.55 Страна смотрит спорт. (12+)
- 19.25 ХоккейТурнир имени Н.Г. Пучкова. (6+)
- 21.50 Баскетбол. Международный турнир. (6+)
- 23.40 Лёгкая атлетика. Серия «Высота». (6+)
- 01.50 Баскетбол. Международный турнир. (6+)
- 05.35 Автоспорт. (6+)

МУЗЫКА МУЗ-ТВ

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Муз'энерго. (16+)
- 08.05 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Топ-30. (16+)
- 11.25 10 самых! (16+)
- 12.00 Топ15 Like FM. (16+)
- 13.00 Лига клипов. (16+)
- 13.25 Хиты по-русски. (16+)
- 14.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Новое Радио. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист I Под шашлык. (16+)
- 19.00 Музыкальная ежегодная премия Жара Music Awards-2022. (16+)
- 20.45 Народное диско. (16+)
- 21.45 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.30 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итив! (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

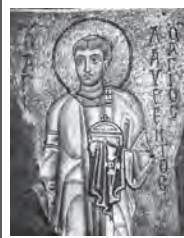
- 05.30 «ПОМПЕИ». (12+)
- 07.05, 08.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 09.05 «ПОСЛЕ». (16+)
- 11.00 «ПОСЛЕ. ГЛАВА 2». (16+)
- 12.55 «КОЛЬЦО ДРАКОНА». (12+)
- 14.45 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
- 16.45 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
- 19.05 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА 2». (16+)
- 21.30 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
- 23.40, 00.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.30 «ПОМПЕИ». (12+)
- 03.05 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (16+)
- 05.00 «Рок Дог». Мультфильм. (6+)
- 05.30 «Пин-код», «Три ката». Мультсериалы. (6+)
- 07.20 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.05 «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (6+)
- 09.55 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 11.55 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 14.05 «БРЕМЕННЫЕ МУЗЫКАНТЫ». (6+)
- 16.25 «МАЙОР ГРОМ: ЧУМНОЙ ДОКТОР». (16+)
- 19.00 «ЗАЩИТНИКИ». (16+)
- 20.40 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
- 22.25 «ТОЛЬКО НЕ ОНИ». (16+)
- 00.15 «КЕНТАВР». (16+)
- 01.55 «СЛОН». (16+)
- 03.20 «БУЛТБЕРБЕР». (16+)
- 04.50 «Царевна-лягушка». Мультфильм. (6+)
- 06.10 «Три богатыря. Ход ко-нём». Мультфильм. (6+)
- 07.30 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 09.00 «СТАРУШКИ В БЕГАХ-2». (12+)
- 11.00 «СВАТЫ». (16+)
- 13.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 00.20 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (12+)
- Россия, Китай, 2019 г. В ролях: Джейсон Флеминг, Рутгер Хауэр, Павел Воля, Анна Чурина
- 02.30 «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (6+)
- 03.50 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
- 05.00 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
- 08.50 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. ОГНЕННАЯ ДУГА». (12+)
- 10.30 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. ПРОРЫВ». (12+)
- 12.15 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. НАПРАВЛЕНИЕ ГЛАВНОГО УДАРА». (12+)
- 14.40 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. БИТВА ЗА БЕРЛИН». (12+)
- 16.10 «ОСВОБОЖДЕНИЕ. ПОСЛЕДНИЙ ШТУРМ». (12+)
- 17.30 «ЗВЕЗДА». (16+)
- Россия, 2002 г.
- 19.25 «В ИЮНЕ 41-ГО». (18+)
- 22.30 «РЕШЕНИЕ О ЛИКВИДАЦИИ». (12+)
- 01.40 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (18+)
- 03.30 «ВОСХОЖДЕНИЕ». (12+)
- 05.15 «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ». (6+)
- 06.00 «Три ката». Мультсериал. (0+)
- 08.50 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (16+)
- Сестра Вики, Нина, поселяется в доме Шаталыных. И она точас же «кладёт глаз» на Максима...
- 12.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Сеня делает всё возможное, чтобы избавить Марину от игровой зависимости...
- 16.15 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 22.05 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 00.45 «МАРГОША». (16+)
- Наталья пытается узнать у Каролины, правда ли то, о чём рассказал Зимовский...
- 03.50 «Три ката». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПРЖЕВАЛЬСКИЙ». (0+)
- 07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00 Содом. Кара Господня. Мадаба - шаг до разгадки. Серия 4. (16+)
- 10.50 Восстание из пепла: Расстрелянный рай. (12+)
- 11.55 Путь раскола. Операция «Украина». (16+)
- 12.25 День Патриарха. (0+)
- 12.35, 13.05, 13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
- 14.30, 15.30 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 5-6 серии. (16+)
- 16.25 «ГЕНЕРАЛ». (0+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.20, 02.20 День Ангела: Преподобный Савва Сторожевский. (0+)
- 20.55 Дороги памяти. Курск. Фильм 3. (12+)
- 22.00 Следы империи. (12+)
- 23.35, 04.20 Русский ковчег с Яном Таксиром. (16+)
- 00.20, 00.50, 01.20, 01.50 Поле битвы. (16+)
- 02.50 Лики Богородицы: Толгская икона Божией Матери. (0+)
- 03.20 Завещание святителя Митрофана Воронежского. (0+)

Православный календарь

23 августа  
Седмица 9-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Попразднство Преображения Господня.  
Мчч. Римских: архидиакона Лаврентия, Сикста папы, Феликссима и Агапита диаконов, Романа.



Блж. Лаврентия, Христа ради юродивого, Калужского. Собор новомучеников и исповедников Соловецких. Второе обретение и перенесение мощей прп. Саввы Сторожевского, Звенигородского. Сщмч. Вячеслава пресвитера. Сщмч. Афанасия пресвитера.

Успенский пост.  
« Бог не желает, чтобы те, кого Он спасает, кто ищет Его милости, были тупыми, малодушными, трусливыми и неопытными. Божественное наследие – для взрослых христиан. Потому Он ставит нас перед искушениями, дабы проявилось наше послушание Его заповедям».  
Старец Ефрем Филофейский



**7 ПЕРВЫЙ**



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

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
- 09.45 «Слово пастыря». (0+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Наше всё». (12+)
- 11.05 Поехали! (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Символы России». Ко Дню Государственного флага России. (12+)
- 13.10 «Поединки. «Незаконная жизнь полковника Рыбкиной». (16+)
- 15.00 «МАГОМАЕВ». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
- 19.15 Премьера. «Лучше всех!» (0+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «Сегодня вечером». (16+)
- 23.15 «ФАВОРИТЫ ЛУНЫ». (16+)
- 01.10 Подкаст.Лаб. (16+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



08.35 «По секрету всему свету»

- 05.00 Утро России. Суббота
- 08.00 Вести. Местное время
- 08.20 Местное время. Суббота
- 08.35 «По секрету всему свету»
- 09.00 «Формула еды». (12+)
- 09.25 «Пятеро на одного»
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.50 «Доктор Мясников». (12+)
- 13.00 Большие перемены
- 14.00 Вести
- 14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
- 17.00 Вести
- 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 «МАМА МОЖЕТ». (12+)
- Яна, узнав об измене мужа, уходит из дома вместе с детьми. Супруг угрожает Яне, что лишит её родительских прав...
- 00.40 «ПОСЛУШНАЯ ЖЕНА». (16+)
- 04.05 «НЕКРАСИВАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

**НТВ**



14.00 «Однажды...» (16+)

- 05.15 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 07.00 «Российская дипломатия». (12+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
- 09.20 «Едим дома». (0+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Главная дорога». (16+)
- 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
- 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
- 13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
- 14.00 «Однажды...» (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 Следствие вели... (16+)
- 19.00 «Центральное телевидение»
- 20.20 «Чудо». (6+)
- 22.15 «Секрет на миллион». (16+)
- 00.20 «Международная пилорама». (18+)
- 01.05 «ЧЕЛОВЕК БЕЗ ПРОШЛОГО». (16+)

**СТС СТС**



12.40 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 Ералаш. (16+)
- 07.00 «Три кота». (0+)
- 07.15 Уральские пельмени. (16+)
- 08.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.00 Премьера. «100 мест, где поесть». (16+)
- 11.00 Премьера. Семейные игры. Битва за Олимп. (16+)
- 12.40 Уральские пельмени. (16+)
- 13.25 «РОБО-ПЁС». (12+)
- 15.15 «ДЕТИ ШПИОНОВ-4: АРМАГЕДДОН». (12+)
- 17.05 «НЯНЬКИ». (16+)
- 19.00 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (16+)
- 21.00 «КРУЧЕ НЕКУДА». (16+)
- 23.05 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (16+)
- 01.00 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». (16+)
- 02.50 «СЫН ДЖО». (16+)
- 04.15 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)
- 04.40 «Мультфильмы». (0+)

**ТНТ ТНТ**



23.00 «Женский стендап». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.30 «Место силы». (16+)
- Проект про чудеса, эзотерику и все то, во что невозможно поверить, а можно почувствовать.
- 13.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
- 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)
- Новый сезон шоу, в котором 10 незнакомцев делают вид, что умеют петь, хотя на самом деле это утверждение правдиво лишь наполовину.
- 23.00 «Женский стендап». (16+)
- Женский юмор может шокировать - если вы думаете, что женщины не ругаются, не жалуются на детей и еще множество всяких «не».
- 00.00 «Игры без границ». (16+)
- 01.40 «Импровизация. Команды». (16+)
- 03.15 «Студия «Союз». (16+)
- 04.50 «Импровизация». (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 16.30 «Новости». (16+)
- 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
- 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 18.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 19.00 «Добровэфире». (16+)
- 19.30 «Новости». (16+)
- 20.00 «УСКОРЕНИЕ». (16+)
- 21.45 «БЕЗБАШЕННЫЕ». (16+)
- 23.45 «ЧИСТОЕ ДОСЬЕ». (18+)
- 01.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

**ПЯТНИЦА**

- 05.00 Гастротур. (16+)
- 05.40 Пятница News. (16+)
- 06.10 «Простоквашино». (0+)
- 07.20 Гость у порога. (16+)
- 09.10 Кондитер. Дети. (12+)
- 10.30 Четыре дачи. (16+)
- 13.40 Четыре свадьбы. (16+)
- 21.50 Свадьба вслепую. (16+)
- 23.40 «ДРУГОЙ МИР 2: ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
- 01.30 «Спецназ животного мира». (16+)
- 02.20 Дикие животные. (16+)
- 03.10 Пятница News. (16+)
- 03.40 Черный список. (16+)

**ЧЕ!**

- 06.00 Большой кэш. (16+)
- 06.45 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
- 07.10 Улётное видео. (16+)
- 08.00 Улетные животные. (16+)
- 10.00 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
- 11.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 17.20 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ-2». (16+)
- 19.30 Решала. (16+)
- 22.30 «+100500». (16+)
- 23.00 «+100500». (18+)
- 01.20 Большой кэш. (16+)
- 02.15 «Топчик-2». (16+)
- 04.20 Утилизатор. (16+)
- 05.10 Утилизатор. (12+)

**ОТР**

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.00 16.05 «Календарь». (6+)
- 09.30 Всё по-взрослому
- 10.25 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)
- 12.45 «ТЁЩА». (16+)
- 17.00 «День вместе». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 18.05 «Вечер вместе». (12+)
- 19.05 «Очень личное». (12+)
- 20.15 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)
- 22.10 «ТАМ, ГДЕ ТЧЕТЬ РЕКА». (16+)
- 00.10 «ДИКАЯ ОХОТА КОРОЛЯ СТАХА». (12+)
- 02.20 «ЧУЖАЯ БЕЛАЯ И РЯБОЙ». (16+)

**Ю**

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)
- 10.00 Барышня-крестьянка. (16+)
- 11.40 «Мама в 16». (16+)
- 13.15 «Жизнь после шоу». (16+)
- 14.15 «Беременная в 45». (16+)
- 17.00 «Модель XL». (16+)
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Шоу Метод Юлии Ивлиевой». (16+)
- Юлия - мастер в области психологии. Её метод помогает человеку осознать, что все события в жизни имеют смысл и связаны между собой, и принять свою судьбу.
- 01.05 «Измены». (16+)
- 03.55 «Моя свекровь - монстр». (16+)

**МИР**

- 05.00, 06.25, 09.05, 03.45 Мультфильмы. (6+)
- 06.00 Всё, как у людей. (6+)
- 06.30 «ЗОЛУШКА». (12+)
- 08.05, 01.55 Наше кино. (16+)
- 08.40 Исторический детектив. (16+)
- 09.30 Фазендалайф. (6+)
- 10.00, 16.00, 18.30 Новости
- 10.10 «УЛИЦА ПОЛНА НЕОЖИДАННОСТЕЙ». (16+)
- 11.45 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)
- 13.25 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (16+)
- 15.00, 16.15 «ЗНАХАРЬ». (16+)
- 18.05, 18.45 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (16+)
- 22.15 «КУРЬЕР». (16+)
- 00.05 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
- 02.20 «ЛЮБИМАЯ ДЕВУШКА». (16+)

**ПОБЕДА**

- 04.20 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (16+)
- 06.10 «ЛЕДОКОП». (16+)
- 08.10 «ПАУК». (12+)
- 15.40 «ПАЛАЧ». (16+)
- Во время празднования Дня Победы убит Петя Яковлев. Подозрение падает на его друга Лешу Пономарева, с которым они соперничали за внимание девушки, но майора Черкасова, расследующего дело, настораживает нетипичная жестокость преступления. ... Вскоре последовало ещё несколько убийств. Майор узнаёт, что Петя говорил статью о героическом прошлом своей тётки, бывшей фронтовички Раисы Ивановны...
- 01.00 «СЕСТРЁНКА». (12+)
- 02.30 «ПАПА». (16+)

**ДЕТСКИЕ**

**КАРУСЕЛЬ**

- 05.00 Ранние пташки. «Машины сказки», «Машины песенки», «Царевны». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.20 «Клуб «Вопросики». (0+)
- Первый анимационный сериал в России, в котором персонажи отвечают на реальные вопросы детей! В каждой серии Астра, Жень, Боня и Ян получают от зрителей видеовопрос. С этого момента начинаются их приключения в поисках ответа. Вопросы выдвигают нелепые гипотезы и проверяют их экспериментальным путем. В конце концов команда юных исследователей всегда добивается до правильного ответа.
- 09.40 «Три кота». (0+)
- 11.00 «Семья на ура!» (0+)
- 11.30 «Простоквашино». (0+)
- 13.00 «Это супер!» (0+)
- 13.20 «Тайна третьей планеты». (0+)
- 14.10 «Ералаш». (6+)
- 15.05 «Буба». (6+)
- 17.15 «Сказочный патруль». (0+)
- 19.25 «Оранжевая корова». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 00.35 «Ералаш». (6+)
- 02.00 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
- 02.25 «Бумажки». (0+)
- 03.30 «Три кота». (0+)

**МУЛЬТ**

- 06.00 «Маша и Медведь, Машины сказки». (0+)
- 11.00 «Луддвилль». (0+)
- На вершине высокой горы притаился небольшой городок - Луддвилль. В нём живёт необычный народец - Лудды. Каждый их день - это целая история! В центре забавных событий - маленькая лудд-Энн и её волшебный альбомчик. Любимый предмет, нарисованный в нём, героиня может использовать в реальности, причем самым неожиданным образом. Так резиновая уточка становится велосипедным звонком, чашка - лодочкой, а кровать - батутом!
- 12.00 «Сказочный патруль. Длинный день». (0+)
- 12.10 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Тяжёлая задача». (0+)
- 12.15 «Мини-Мишки. Путешественница». (0+)
- 12.20 «Кошечки-собачки. В погоне». (0+)
- 12.30, 16.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Анимашки». (0+)
- 19.00 МУЛЬТпремьера! «Сказочный патруль. Длинный день», «Мини-Мишки. Путешественница», «Кошечки-собачки. В погоне», «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Тяжёлая задача». Что сильнее страха? (0+)
- 19.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 01.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+)
- 04.00 «Маша и Медведь». (0+)

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

**365 ДНЕЙ ТВ**

- 00.00 В поисках Византии. (12+)
- 00.45, 16.45 Пешком по Москве. (6+)
- 01.00, 05.15, 09.10 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)
- 01.45 Дважды рожденный. (12+)
- 02.35, 10.50 Музейный феникс. (12+)
- 03.05 В поисках утраченного искусства: Охотники за сокровищами. (12+)
- 03.55, 20.50 Тайное становится явным. (12+)
- 04.10 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)
- 06.00 Секреты истории: Рафаэль. Чудо эпохи Возрождения. (16+)
- 08.10 Георгий Победоносец. (16+)
- 09.00 Обыкновенная история. (6+)
- 10.00 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)
- 11.20, 15.10, 19.10, 23.10 Историограф. (12+)
- 12.05 Историода: Ввод советских войск в Афганистан. Факты против вымысла. (12+)
- 13.05, 17.00, 21.05 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
- 13.50, 17.50, 21.50 Книжные аллеи. (12+)
- 14.20, 18.20, 22.20 Россия глазами иностранцев. (12+)
- 16.00 Освободители: Шта-лаг 352. Пленная правда. (16+)
- 20.00 Звезда и смерть графа Вронского. Сербский гамбит. (12+)

**HISTORY HISTORY**

- 06.00 Перл-Харбор. (16+)
- 06.55 Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+)
- 07.40 Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пивяка. (12+)
- 08.35 Очень странные экспонаты: Батарея, кричащая мумия и железная рука. (12+)
- 09.25, 10.20, 11.10 Корея. 5000 лет выживания. (16+)
- 12.05 Древние конструкторы: Первые арены: Колизей. (12+)
- 13.05 Древние конструкторы: Как золото изменило мир. (12+)
- 14.05 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)
- 15.05 Древние конструкторы: Изучая земной шар. (12+)
- 17.05, 18.10 Путеводитель Путифара. (16+)
- 19.10 Пропавшие миллионы Грейс Келли. (12+)
- 20.10 Митико: сила тростника. (16+)
- 21.10 Две сестры. (16+)
- 23.00, 23.55, 00.45 Испания: подготовка к войне. (16+)
- 01.30, 02.15 Очень странные экспонаты. (12+)
- 03.00 Чёрные пантеры Второй мировой. (12+)
- 03.50 Геноцид уйгуров: Китай перед лицом международного правосудия. (16+)

**ДОКТОР**

- 06.00, 09.40, 15.00, 01.45 Мозг на прокачку. (12+)
- 07.00, 07.30, 17.00, 17.30, 02.40, 03.10 Клинический случай. (12+)
- 07.55, 18.00, 03.35 Большой скачок. Антиоксиданты: правда и мифы. (12+)
- 08.25, 18.30, 04.00 Большой скачок. Хроническая усталость. (12+)
- 08.55, 19.00, 04.30 #Навидео. Выпуск 10. (12+)
- 09.25, 19.25, 04.55 Просто о здоровье с доктором Никулиной. Как скорректировать рацион питания? (12+)
- 10.45, 20.40 Это лечится. Язва желудка. (12+)
- 11.15, 21.10 Под контролем. Частые ошибки при измерении давления. (12+)
- 11.45 О самом главном. Как питаться, чтобы похудеть? (12+)
- 12.40, 21.40 Научные сенсации. Отредактируй меня. (12+)
- 13.30, 23.25, 05.05 Доктор, мне только спросить. Георгий Сапронов. (12+)
- 14.00, 23.50, 05.35 Большой скачок. Победители бактерий. (12+)
- 14.30, 00.20 Большой скачок. Невидимая угроза. (12+)
- 16.00 Хитрая память. (12+)
- 19.45 О самом главном. Микроэлементы: йод. (12+)
- 22.25 О самом главном. Магний. Что важно знать? (12+)
- 00.50 Перегруженный мозг. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



06.30 «Библейский сюжет»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.50 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ ИНЖЕНЕРА БАРКАСОВА»
- 10.00 «#Культурный код»
- 10.25 «Классная тема!»
- 10.50 Неизвестные маршруты России
- 11.30 «ЕГОР БУЛЫЧОВ И ДРУГИЕ»
- 13.00 «Музеи без границ»
- 13.30 Черные дыры. Белые пятна
- 14.15 01.10 «Лазурная обитель»
- 15.05 Юбилейный концерт Школы-студии при Государственном академическом ансамбле народного танца имени Игоря Моисеева
- 16.30 Больше, чем любовь
- 17.15 «ПОСЛЕДНЯЯ ИНСПЕКЦИЯ»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Спектакль «Ревизор»
- 23.00 «Большой джаз-2022». Финал
- 01.55 «Искатели»

ТВЦ



06.20 «Православная энциклопедия». (6+)

- 06.20 «Православная энциклопедия». (6+)
- 06.45 «ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (12+)
- 08.35 «Выйти замуж за генерала». (16+)
- 10.55 «Просто & вкусно». (6+)
- 11.30 14.30 22.00 События
- 11.50 «Смешите меня семейно». (16+)
- 13.00 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
- 13.35 «Лион Измайлов. Только когда смеюсь...» (16+)
- 14.45 «ДВЕ ЖЕНЫ». (16+)
- 18.25 «ЖДИТЕ НЕОЖИДАННОГО». (12+)
- 22.15 «90-е. Прощай, страна». (16+)
- 23.00 «Следствие ведет КГБ. Операция «Капкан». (16+)
- 23.50 «СМЕРШ. Ялта-45». (16+)
- 00.30 Прощание. (16+)
- 01.10 «Страшно красивый». (16+)
- 01.50 Хроники московского быта. (12+)

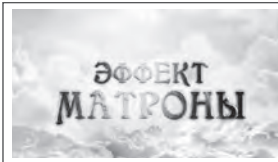
ТВ-3



08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 05.45 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.30 15.00 18.00 22.35 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 12.30 «ТРЕЙСЕРЫ». (16+)
- 14.15 15.10 «КОД 8». (16+)
- 16.30 18.10 «ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК: ДУХ МЩЕНИЯ». (16+)
- 18.45 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (16+)
- Бандиты хотят похитить сына одной из монахинь и совершают нападение на храм тайной секты. Монах Моро обращается за помощью к Джонни Блэйзу.
- 21.00 Последний герой. Русский сезон. (16+)
- 22.45 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)
- 01.30 «ОНИ». (18+)
- 03.00 «ДАРЫ СМЕРТИ». (16+)
- 04.00 «ДИКИЙ». (16+)

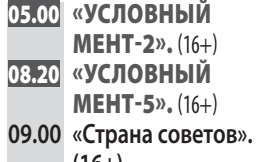
ДОМАШНИЙ



02.35 «Эффект Матроны». (16+)

- 06.30 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ЧИСТИЛЬЩИК». (16+)
- На свалке найдено тело девушки. Похожее дело было у Таниного деда в 1983 году, когда на пустыре нашли тело девушки-хиппи. Чтобы найти убийцу, советскому офицеру Васильеву пришлось внедриться в среду неформалов.
- 08.15 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ЗНАК СОВЫ». (16+)
- В семье Васильевых все вверх дном. Внезапно приезжает мама Тани, Алена, которая много лет живет за границей и собирается замуж за крупного немецкого бизнесмена.
- 10.15 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+)
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 23.05 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: МЫШЕЛОВКА». (16+)
- 02.35 «Эффект Матроны». (16+)
- 03.25 «ЧЁРНО-БЕЛАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

5-й КАНАЛ



05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 08.20 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 09.00 «Страна советов». (16+)
- 09.30 14.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
- 10.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 16.20 «КОНТУЖЕННЫЙ». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 01.05 «Светская хроника». (16+)
- 02.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.10 «ОГОНЬ, ВОДА И... МЕДНЫЕ ТРУБЫ». (6+)
- 07.55 «Морской бой». (6+)
- 09.20 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)
- 11.10 «Легенды музыки». (12+)
- 12.30 «Не факт!» (12+)
- 13.15 «Легенды кино». (12+)
- 14.00 «Главный день». (16+)
- 14.50 19.25 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА». (12+)
- 01.10 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Машинки - помощники». (0+)
- 11.00 «МАТЬ И МАЧЕХА». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 «Точка.ру». (12+)
- 12.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 13.00 «Адрес истории». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ДВОЙНОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
- 15.30 «Великий, могучий». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «ВРЕМЯ ДЛЯ ДВОИХ (ВТОРАЯ ВСТРЕЧА)». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Точка.ру». (12+)
- 20.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.45 «Спортивная семья». (12+)
- 21.00 «ПОСЛЕДНЯЯ РОЛЬ РИТЫ». (16+)
- 23.00 «Крематорий». Симфонический концерт. (16+)
- 00.00 «Такие разные». (12+)
- 01.00 «Адрес истории». (12+)
- 01.30 «Марафон». (12+)

СПОРТ

- 06.00 «Рецептура». (6+)
- 06.30 «Центральный круг». (12+)
- 07.00 Новости
- 07.05 11.55 16.00 22.00 00.30 Все на Матч!
- 09.55 «Борис Беккер. Игрок с большой буквы». (12+)
- 12.55 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Игора Драйв». SMP TCR. Прямая трансляция
- 13.55 Регби. «Стрела-Ак Барс» (Казань) - «Слава» (Москва). PARI Чемпионат России. 1/4 финала. Прямая трансляция
- 16.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Спартак» (Москва). МИР Российская Премьер-Лига
- 19.55 Футбол. «Барселона» - «Атлетик». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 22.25 Футбол. «Эспаньол» - «Реал Сосьедад». Чемпионат Испании
- 01.35 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 02.05 Новости. (0+)

- 06.00 Баскетбол. Международный турнир. (6+)
- 07.50 10.10 12.50 15.10 Новости
- 07.55 23.40 Лёгкая атлетика. Серия «Высота». (6+)
- 10.15 14.55 20.05 03.40 Спецрепортаж. (12+)
- 10.30 География спорта. (12+)
- 11.00 23.25 Небесная грация. (12+)
- 11.20 03.15 Страна смотрит спорт. (12+)
- 11.50 12.55 15.15 16.25 17.30 03.55 04.20 04.45 05.10 05.35 Автоспорт. (6+)
- 13.55 Диск-гольф. Протур. (0+)
- 18.20 Гольф. Кубок Лиги Ставок. (0+)
- 20.25 Регби. «Стрела-Ак Барс» (Казань) - «Слава» (Москва). Чемпионат России. (12+)
- 22.15 Профессиональный бокс. В. Войцеховский - Э. Катомпа. RCC. (16+)
- 01.50 Гандбол. Суперкубок России. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.20 «Рок Дог 2». Мультфильм. (6+)
- 08.05, 09.00, 10.05, 11.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 12.05 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
- 14.20 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
- 16.30 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА 2». (16+)
- 19.00 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
- Фантастический приключенческий фильм, США, 2014 г.
- 21.45 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)
- 00.00 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
- 02.00 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 04.05 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (16+)

- 05.30 «Три кота». «Смешарики». «Лин-код». Мультсериалы. (6+)
- 09.50 «Снежная королева». Мультфильм. (6+)
- 11.20 «Снежная королева: Перезаморозка». Мультфильм. (6+)
- 12.50 «МАЙОР ГРОМ: ЧУМНОЙ ДОКТОР». (16+)
- 15.25 «ЗАЩИТНИКИ». (16+)
- 17.05 «ОДНА ДОМА». (16+)
- 19.00 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА». (6+)
- 20.35 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА 2». (6+)
- 22.10 «ДОРОГОЙ ПАПА». (12+)
- 23.50 «ЧАЙЖИК-ПЫЖИК ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)
- 01.30 «БАБА ЯГА СПАСАЕТ МИР». (6+)
- 02.55 «ДЕВОЧКА НИНА И ПОХИТИТЕЛИ ПИАНИНО». (6+)

- 05.35 «Царство против разбойников». Мультфильм. (6+)
- 06.40 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 08.10 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 09.30 «Три богатыря и Пуп Земли». Мультфильм. (6+)
- 11.00 «ТАКСИ». (16+)
- 12.40 «ТАКСИ-2». (16+)
- 14.20 «ТАКСИ-3». (16+)
- 15.50 «СВАТЫ». (16+)
- 22.50 «РОДНЫЕ». (16+)
- Россия, 2021 г. В ролях: Сергей Бурунов, Ирина Пегова
- 00.40 «ДЖЕНТЛЬМЭНЫ, УДАЧИ!» (16+)
- 02.10 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (16+)
- 03.50 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)

- 05.00, 08.40, 15.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 08.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 14.40 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 16.30 «Оранжевая корова». Мультсериал. (0+)
- 21.00 Богиня свиданий. (16+)
- 22.20 Богиня сыска. (16+)
- 23.20, 00.00, 00.20, 00.50, 01.20 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 01.35 «Ми-ми-мишки». «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

- 00.30 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 02.50 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 04.30 «НА МОРЕ». (16+)
- 06.25 «НЯНЬКА ПО ВЫЗОВУ». (16+)
- 08.10 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
- 09.50 «ЛИБЕРЯЕ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
- 11.45 «НЯНЬКИ». (12+)
- 13.30 «СТАРПЕРЦЫ». (18+)
- 15.25 «ВЕЧЕРИНКА НА ВЫЛЕТ». (18+)
- 17.20 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- 19.30 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
- 21.25 «БЛИЗНЕЦЫ-ДРАКОНЫ». (12+)
- Боевик, комедия, Гонконг
- 23.25 «РЭД». (16+)

- 06.30 «К ЧЁРНОМУ МОРЮ». (12+)
- 07.50 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)
- 09.25 «СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ». (12+)
- 10.55 «КОРТИК». (12+)
- 15.00 «БРОНЗОВАЯ ПТИЦА». (16+)
- 18.50 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 20.30 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
- 22.20 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+)
- 00.20 «СПОРТЛОТО-82». (12+)
- 01.50 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
- 03.35 «ПЕРВЫЙ ЭШЕЛОН». (12+)
- 05.25 «ОХОТА НА ЛИС». (12+)

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ДОМОХОЗЯИН». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, Украина, 2017 г. В ролях: Анна Миклош, Арам Магакян, Виталий Щербина, Владимир Колганов
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-6». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2010 г. В ролях: Мария Порошина, Ярослав Бойко
- 13.00, 21.00, 05.00 «СКВОЗЬ РОЗОВЫЕ ОЧКИ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИДАНОЕ». (16+)

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.25 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- Макеев пытается помириться с Юлей, но Каштанова снова всё портит. Каштанов находит подход к Каштанову и всё-таки получает его согласие. В «Медведях» появляется новый игрок. Макеев навещает Каштанову в больнице, и она делится с ним своими подозрениями о нападавшем...
- 22.00 Импровизаторы. (16+)
- На сцене встретятся четыре комика, которые на ходу сыграют миниатюры на заданные темы.
- 01.45 Сердца за любовь. (16+)
- 05.45 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Святые воины: От Или Муромца до Паисия Святоторгора: Воины-преподобные. (6+)
- 05.40 «СЧАСТЛИВЫЙ РЕЙС». (0+)
- 07.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Пилигрим. По пути Святого семейства. (6+)
- 10.35 Святые России. (6+)
- 11.40, 12.05, 12.35, 13.00, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
- 13.55 В поисках Бога. (12+)
- 14.30, 15.00 Профессор Осипов. (0+)
- 15.35 «ЗВЕЗДЫ НА КРЫЛЬЯХ». (0+)
- 17.15 «БОГАТЫРЬ» ИДЕТ В МАРТО. (6+)
- 18.55 «ГЕНЕРАЛ». (0+)
- 21.00 Простые чудеса. (12+)
- 22.00 Русский мир. (12+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.20 Валаам. (0+)
- 01.20 В поисках Бога. (12+)
- 01.50 Профессор Осипов. (0+)
- 02.20 Русский мир. (12+)
- 03.20 Простые чудеса. (12+)
- 04.15 Поездка для души. Кто упрям - тому на Валаам. (0+)

Православный календарь

24 августа  
Седмица 9-я по Пятидесятнице. Глас 7.  
Попраздно Преображения Господня.  
Мч. архидиакона Евпла.



Мч. Сосанны девы и с нею мчч. Гаия, папы Римского, Гавиния пресвитера, Клавдия, Максима, Препедигны, Александра и Куфия. Прмчч. Феодора и Василия Печерских. Прп. Феодора, кн. Острожского, Печерского. Прп. Иоанна Святогорского, затворника.

Успенский пост.

«Никогда ни с кем не ругаться, не обижаться – этому надо учиться, само по себе не придет. Любимой специальности, например, рукоделию, нужно учиться – сначала плохо, а потом все будет лучше». Архимандрит Амвросий (Юрасов)

МУЗЫКА

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
- 06.50 Плейлист I Лето. (16+)
- 07.40 Звезды о звёздах. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист I Лето. (16+)
- 11.00 Русский чарт. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Top-30. (16+)

- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. (16+)
- 16.00 До слёз! И после. (16+)
- 17.00 Dance chart. (16+)
- 18.00 Плейлист I Под шашлычок. (16+)
- 19.00 Музыкальная ежегодная премия Жара Music Awards-2024. (16+)
- 20.20 Народное диско. (16+)
- 21.20 Танцпол. (16+)
- 02.00 Караоке хит. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)



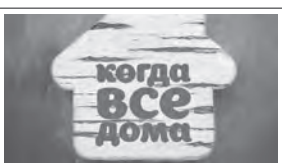
ПЕРВЫЙ



07.40 «Часовой». (12+)

- 06.00 Новости  
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)  
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)  
07.40 «Часовой». (12+)  
08.10 «Здоровье». (16+)  
09.20 «Непутевые заметки». (12+)  
09.40 «Мечталлион». (12+)  
10.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Жизнь других». (12+)  
11.05 «Повара на колесах». (12+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». (12+)  
14.00 «Сергей Соловьев. АССА - пароль для своих». (12+)  
15.00 «АССА». (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.00 «Две звезды. Отцы и дети». (12+)  
21.00 «Время»  
23.00 «ОБОЮДНОЕ СОГЛАСИЕ». (18+)  
23.40 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»

- 06.10 «ЧУЖОЕ ЛИЦО». (12+)  
08.00 Местное время. Воскресенье  
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»  
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым  
10.10 Сто к одному  
11.00 Вести  
11.50 «Доктор Мясников». (12+)  
13.00 Большие перемены  
14.00 Вести  
14.50 «Парад юмора». (16+)  
17.00 Вести  
17.50 «Песни от всей души». (12+)  
20.00 Вести  
22.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым. (12+)  
00.30 «БЛЕСТЯЩЕЙ ЖИЗНИ ЛЕПЕСТОК». (12+)  
Вера работает медсестрой. Артём давно и безответно влюблён в Веру, но никак не может набраться смелости признаться в своих чувствах.  
02.15 «ЧУЖОЕ ЛИЦО». (12+)

НТВ



11.00 «Чудо техники». (12+)

- 04.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
06.35 «Центральное телевидение». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)  
10.00 «Сегодня»  
10.20 «Первая передача». (16+)  
11.00 «Чудо техники». (12+)  
11.50 «Дачный ответ». (0+)  
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)  
14.00 «Однажды...» (16+)  
15.00 «Своя игра». (0+)  
16.00 «Сегодня»  
16.20 Следствие вели... (16+)  
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)  
19.00 «Итоги недели»  
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)  
21.20 «Звезды сошлись». (16+)  
22.50 «Dream fest». (12+)  
01.25 Основано на реальных событиях. (16+)  
02.55 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



07.35 ПроСТО кухня. (12+)

- 06.00 Ералаш. (16+)  
07.00 «Отель «У овечек». (0+)  
07.15 10.40 Уральские пельмени. (16+)  
07.35 ПроСТО кухня. (12+)  
08.30 Премьера. На стиле с Глюк'оЗой. (16+)  
09.00 Премьера. Кто круче всех? (16+)  
10.00 Интуристы. (16+)  
11.05 «ДЕТИ ШПИОНОВ-4: АРМАГЕДДОН». (12+)  
12.55 «ТРАНСФОРМЕРЫ: ПОСЛЕДНИЙ РЫЦАРЬ». (12+)  
16.00 «БАМБЛБИ». (12+)  
18.20 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)  
21.00 «БЛАДШОТ». (16+)  
23.10 «ПОЕЗД В ПУСАН». (18+)  
01.35 «ЛАРГО ВИНЧ-2: ЗАГОВОР В БИРМЕ». (16+)  
03.25 «МЕЖДУ АНГЕЛОМ И БЕСОМ». (16+)  
05.10 «Мультфильмы». (0+)  
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



23.00 «Шоу Воли». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
09.45 «Новая битва экстрасенсов». (16+)  
Главная задача - испытать людей, называющих себя экстрасенсами, проверить их способности. Участники проекта проходят самые разные испытания, чтобы доказать, что обладают необычным даром.  
18.30 «Выжить в Дубае. Возвращение». (16+)  
В новом шоу звездная и народная команда снова сойдутся в схватке за 10 миллионов рублей.  
21.00 «Игры без границ». (16+)  
23.00 «Шоу Воли». (16+)  
00.00 «Музыкальная интуиция». (16+)  
01.50 «Студия «Союз». (16+)  
02.35 «Импровизация. Команды». (16+)  
04.10 «Импровизация». (16+)  
05.10 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



09.00 «Самая народная программа». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
07.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 «Новости». (16+)  
09.00 «Самая народная программа». (16+)  
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)  
10.30 «Наука и техника». (16+)  
11.30 «Легенды и мифы». (16+)  
13.00 «Неизвестная история». (16+)  
14.00 «ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (16+)  
15.45 «ПТИЦА В КЛЕТКЕ: ЗАРАЖЕНИЕ». (16+)  
17.25 «МЕХАНИК». (16+)  
19.10 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)  
21.10 «ЗАЩИТНИК». (16+)  
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)  
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)  
05.40 Пятница News. (16+)  
06.05 «Простоквашино». (0+)  
07.40 Гость у порога. (16+)  
09.00 Погнали! (16+)  
11.00 Как люди живут. (16+)  
14.50 Погнали! (16+)  
20.40 Как люди живут. (16+)  
22.50 «ДРУГОЙ МИР». (16+)  
01.10 «Гонка жизни». (16+)  
02.50 Пятница News. (16+)  
03.20 Черный список. (16+)  
04.20 Пятница News. (16+)  
04.50 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)

Ю

- 05.35 «Маша и Медведь». (0+)  
11.00 «Чудо из ада». (12+)  
14.05 «Модель XL». (16+)  
18.00 «Мама в 16». (16+)  
19.45 «Жизнь после шоу». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «Маленькие». (12+)  
Реалити о жизни людей с аномально низким ростом. Зрители смогут посмотреть на привычный мир глазами человека ниже 150 см и узнают, что самые простые действия - позвонить в дверь, сесть за руль автомобиля, найти работу - могут стать настоящим испытанием.  
01.00 «Измены». (16+)  
03.45 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (12+)  
07.30 Утилизатор. (16+)  
08.00 Утилизатор. (12+)  
08.30 Утилизатор. (16+)  
11.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ-2». (16+)  
19.00 Решала. (16+)  
22.00 «+100500». (16+)  
22.30 «+100500». (16+)  
23.00 «+100500». (18+)  
01.20 Большой кэш. (16+)  
02.15 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)  
03.00 Утилизатор. (16+)  
04.30 Утилизатор. (12+)  
05.00 Утилизатор. (16+)  
05.50 Дорожные войны 2.0. (16+)

МИР

- 05.00, 04.10 Мультфильмы. (6+)  
06.40 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». К 80-летию С. Соловьева. (12+)  
08.35 Наше кино. Неувядающие. (16+)  
09.10 Пять причин поехать в... (12+)  
09.25 Точка на карте. (6+)  
09.30 ФазендаЛайф. (6+)  
10.00, 16.00 Новости  
10.10, 16.15 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)  
Сериал. Военный фильм, детектив, Россия, 2013 г.  
22.40 «УЛИЦА ПОЛНА НЕОЖИДАННОСТЕЙ». (16+)  
00.00 «МЭРИ ПОППИНС, ДО СВИДАНИЯ». (16+)  
02.20 Наше кино. История большой любви. (16+)  
02.45 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОГРАДОВА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.00 16.05 «Календарь». (6+)  
09.30 Всё по-взрослому  
11.20 «Моя история». (12+)  
12.10 Кино на все времена. (12+)  
15.05 Концерт «Возвращение романса». (12+)  
17.00 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)  
17.30 «Неделя». (12+)  
18.00 «Территория успеха». (12+)  
19.05 «ЧУЖАЯ БЕЛАЯ И РЯБОЙ». (16+)  
20.40 «ШОФЕР МИСС ДЭЙЗИ». (12+)  
00.55 «ТАМ, ГДЕ ТЕЧЕТ РЕКА». (16+)

ПОБЕДА

- 04.10 «КОРОЛЁВ». (16+)  
06.10 «МЕТРО». (16+)  
08.10 «ЭКИПАЖ». (16+)  
10.20 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)  
12.00 «ДИВЕРСАНТ». (16+)  
Молодые выпускники разведшколы ехали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёня Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей. Сержант просит отдать ему документы одного из погибших, чтобы «его имя продолжало быть фашистом»...  
01.00 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)  
02.55 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)  
13.00 «Гадкий утёнок». (0+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Машины сказки», «Машины песенки», «Турбозавры». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
Проспайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!  
07.35 «Команда Флоры». (0+)  
Флора и пятеро ее удивительных друзей - смелые защитники зелёного мира, которые каждый день заботятся о природе. Они спасают водоемы, горы и леса, помогают растениям и животным, попавшим в беду.  
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! Давайте вместе разбираться, как приготовить сказочные блюда на современной кухне. Поскредем по сусекам и приготовим колобка, сварим молочный кисель или испечем молодильные яблочки. А уж сколько «каш из топора» можно придумать вместе с детьми!  
09.25 «Три кота». (0+)  
Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестрочки Карамельки.  
11.15 «Простоквашино». (0+)  
13.00 «Гадкий утёнок». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Барбоскины». (0+)  
«Барбоскины» - веселый семейный мультсериал, который рассказывает о жизни современных детей и подростков с их интересами и увлечениями. Семья Барбоскиных - самая обычная, где есть папа, увлекающийся компьютером, мама, мечтающая о сцене и пятеро детей со своими интересами в жизни. У каждого из них свой уникальный характер и им приходится совместно решать все проблемы и вопросы с чем они удачно справляются.  
11.00 «Умка. Кит на мели». (0+)  
12.00, 16.00, 20.00, 00.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)

365 ДНЕЙ ТВ

- 13.25 «Лягушка-путешественница». (0+)  
13.40 «Ералаш». (6+)  
На канале «Карусель» - детский юмористический киножурнал «Ералаш»!  
15.05 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
17.15 «Смешарики». (0+)  
19.30 «Кошечки-собачки». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Смешарики. Новые приключения». (0+)  
23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)  
00.35 «Ералаш». (6+)  
02.00 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)  
02.25 «Кругляши». (0+)  
03.30 «Три кота». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Барбоскины». (0+)  
«Барбоскины» - веселый семейный мультсериал, который рассказывает о жизни современных детей и подростков с их интересами и увлечениями. Семья Барбоскиных - самая обычная, где есть папа, увлекающийся компьютером, мама, мечтающая о сцене и пятеро детей со своими интересами в жизни. У каждого из них свой уникальный характер и им приходится совместно решать все проблемы и вопросы с чем они удачно справляются.  
11.00 «Умка. Кит на мели». (0+)  
12.00, 16.00, 20.00, 00.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Грустное детство Алины Веселовой. (12+)  
01.00 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)  
01.45 Секреты истории. (16+)  
03.55 Семь дней истории. (12+)  
04.15 Георгий Победоносец. (16+)  
05.05 Обыкновенная история. (6+)  
05.15 Трудовой фронт Великой Отечественной. (12+)  
06.00 Неизвестный Турган. Свет и тень. (12+)  
06.55 Музейный феникс. (12+)  
07.25, 11.15, 15.10, 19.10, 23.10 Историограф. (12+)  
08.10 Историограф. (12+)  
09.05, 13.05, 17.05, 21.00 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)  
09.55, 13.50, 17.50, 21.45 Книжные аллеи. (12+)  
10.25, 14.20, 18.20, 22.15 Россия глазами иностранцев. (12+)  
12.00 Освободители: Шта-лаг 352. Пленная правда. (16+)  
12.45 Пешком по Москве. (6+)  
16.00 Звезда и смерть графа Вронского. Сербский гамбит. (12+)  
16.50 Тайное становится явным: Николай Львов - титан эпохи русского Возрождения. (12+)  
20.00 Адмирал Макаров. Письмо к сыну. (12+)  
20.30 Элемент познания. (12+)

HISTORY

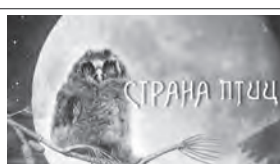
- 06.00 Очень странные экспонаты: Древний компьютер, голубь и нанотехнологии Рима. (12+)  
06.45 Очень странные экспонаты: Немецкие коды, египетские вертолеты и машина будущего. (12+)  
07.35 Очень странные экспонаты: Монета викингов, древний диск и мертвая девочка, которая спасла миллионы. (12+)  
08.25 Очень странные экспонаты: Золотой диск, книга тайн и зеркало, ведущее на другую сторону. (12+)  
09.20, 10.10, 11.05 Корея. 5000 лет выживания. (16+)  
12.00 Древние конструкторы: Анатомия дома. (12+)  
13.00 Древние конструкторы: Экстремальные проекты. (12+)  
14.00 Древние конструкторы: Тайные чудеса природы. (12+)  
15.00, 16.00 Древние конструкторы: Наведение мостов. (12+)  
17.00 Взятие Бастилии: хроника революции. (16+)  
18.00 Тайный Версаль Марии-Антуанетты. (12+)  
19.00 Рождение роскоши. (12+)  
20.05, 21.10, 22.10 Реставрация Нотр-Дама. (12+)  
23.15, 00.10, 01.00 Испания: подготовка к войне. (16+)  
01.40, 02.25 Очень странные экспонаты. (12+)  
03.15, 04.10 Римские мега-сооружения. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 08.45, 21.15, 01.50, 04.30 Мозг на прокатку. (12+)  
07.00, 16.55, 02.50 Это летит. Язва желудка. (12+)  
07.30, 17.25, 03.15 Под контролем. Частые ошибки при измерении давления. (12+)  
07.55, 17.55, 03.45 Научные сенсации. Отредактируй меня. (12+)  
09.50, 19.45 Доктор, мне только спросить. Георгий Сапронов. (12+)  
10.20, 20.15 Большой скачок. Победители бактерий. (12+)  
10.50, 20.45 Большой скачок. Невидимая угроза. (12+)  
11.20 О самом главном. Микроэлементы: йод. (12+)  
12.20 Хитрая память. (12+)  
13.20, 13.45, 23.15, 23.45 Клинический случай. (12+)  
14.15, 00.15, 05.30 Большой скачок. Антиоксиданты: правда и мифы. (12+)  
14.45, 00.45 Большой скачок. Хроническая усталость. (12+)  
15.15, 01.10 #Навидеоидно. (12+)  
15.45, 01.40 Просто о здоровье с доктором Никулиной. Как скорректировать рацион питания? (12+)  
16.00 Перегруженный мозг. (12+)  
18.45 О самом главном. Как избавиться от целлюлита? (12+)  
22.15 О самом главном. Аптечные настойки. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



13.30 «Страна птиц»

- 06.30 Мультфильмы
- 08.00 22.50 «РАССМЕШИТЕ КЛОУНА»
- 10.15 «Классная тема!»
- 10.40 Неизвестные маршруты России
- 11.20 «ДОНЕЦКИЕ ШАХТЕРЫ»
- 13.00 «Музеи без границ»
- 13.30 01.05 «Страна птиц»
- 14.15 «Спартак»
- 16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
- 17.15 «Сказ про Орешекград, музей, тюрьму и посад»
- 17.55 «Путь Чайковского». Гала-концерт
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 «Урок режиссуры, или Метафизика любви». 80 лет со дня рождения Сергея Соловьёва
- 20.25 «ЕГОР БУЛЫЧОВ И ДРУГИЕ»
- 21.55 «Тайна «Моны Лизы»
- 01.45 «Искатели»
- 02.35 Мультфильмы
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



12.20 «ТРИ ПЛЮС ДВА». (0+)

- 06.10 «ЛЮБОВЬ НА ВЫЖИВАНИЕ». (12+)
- 07.45 «СВОДНЫЕ СЁСТРЫ». (12+)
- 09.50 «ДЕЛО № 306». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «Любим на смех». Юмористический концерт. (12+)
- 12.20 «ТРИ ПЛЮС ДВА». (0+)
- 14.30 События
- 14.50 «Дорогие товарищи. Чёрные антиквары». (16+)
- 15.35 «Русские тайны. Места силы». (16+)
- 16.30 «90-е. Гудбай, Америка!». (16+)
- 18.15 «ЧУДНЫ ДЕЛА ТВОИ, ГОСПОДИ!». (12+)
- 21.55 «ЕЁ СЕКРЕТ». (12+)
- 00.25 События
- 00.40 «ЕЁ СЕКРЕТ». (12+)
- 01.30 «Петровка, 38». (16+)
- 01.40 «ВОПРЕКИ ОЧЕВИДНОМУ». (12+)
- 04.35 «Льон Измайлов. Только когда смеюсь...» (16+)

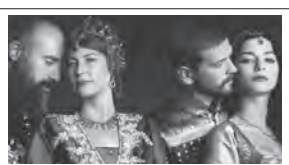
ТВ-3



23.45 «ЗОРРО». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 11.00 «БИМ». (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 «БИМ». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «БИМ». (16+)
- 18.15 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
- Боксер-чемпион Артём Колчин достиг всех мыслимых вершин и стал национальным героем. На ринг он больше не выходит, предпочитая тренерскую работу.
- 21.00 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 22.00 Последний герой. Русский сезон. (16+)
- 23.45 «ЗОРРО». (16+)
- 01.30 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+)

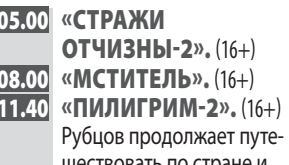
ДОМАШНИЙ



19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)

- 06.30 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: МЫШЕЛОВКА». (16+)
- Таня с Никитой едут на дачу Васильевых и застревают на проселочной дороге. Пытаясь поймать сигнал телефона в лесу, Таня натывается на труп мужчины. Убитый Антон Неволин был любителем экстремальных приключений.
- 10.10 «НОВЫЙ МУЖ НАШЕЙ МАМЫ». (16+)
- 14.40 «УГНАННАЯ НЕВЕСТА». (16+)
- Рита наконец-то получила предложение руки и сердца от бизнесмена Георгия Калинина, однако долгожданные слова звучат совершенно обыденно и больше напоминают сделку двух партнёров, а не романтическую сцену.
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 23.15 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ЧИСТИЛЬЩИК». (16+)
- 01.05 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: ЗНАК СОВЫ». (16+)

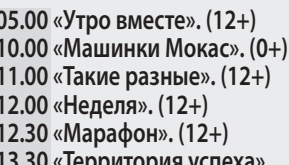
5-й КАНАЛ



05.00 «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ-2». (16+)

- 05.00 «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ-2». (16+)
- 08.00 «МСТИТЕЛЬ». (16+)
- 11.40 «ПИЛИГРИМ-2». (16+)
- Рубцов продолжает путешествовать по стране и влипает в приключения. Но даже Пилигриму иногда хочется покоя. И такой шанс наконец представляется.
- 18.45 «ОТСТАВНИК». (16+)
- 20.40 «ОТСТАВНИК-2: СВОИХ НЕ БРОСАЕМ». (16+)
- 22.40 «ОТСТАВНИК-3». (16+)
- 00.35 «48 ЧАСОВ». (16+)
- 02.05 «МСТИТЕЛЬ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.05 «КОМАНДА 8». (16+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 11.30 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 12.20 «Война миров». (16+)
- 15.40 «Секретные материалы». (16+)
- 17.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.55 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)
- 01.40 «ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Машинки Мокас». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Великий, могучий». (12+)
- 14.15 «ПОСЛЕДНЯЯ РОЛЬ РИТЫ». (16+)
- 16.15 «Адрес истории». (12+)
- 16.45 «Просто жизнь». (12+)
- 17.15 «Точка.ру». (12+)
- 17.45 «ВРЕМЯ ДЛЯ ДВОИХ (ВТОРАЯ ВСТРЕЧА)». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 21.00 «ВАНЬКА». (16+)
- Толстушка Даша работает корректором в одном из глянцевого журналов. Здравый смысл и жизненный опыт подсказывают Даше не питать иллюзий и не рассчитывать на счастливое устройство личной жизни.
- 22.30 «Марафон». (12+)
- 23.30 «Просто жизнь». (12+)
- 00.00 «Точка.ру». (12+)
- 00.30 «Такие разные». (12+)
- 01.30 «Малая сцена». (12+)
- 02.30 «Адрес истории». (12+)
- 03.00 «Формула здоровья». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! ТВ
- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 08.00 Новости
- 08.05 11.55 16.30 00.30 Все на Матч!
- 10.30 «Криштиану Роналду. Единственный и неповторимый». (12+)
- 12.25 Баскетбол. Международный турнир «Fonbet Кубок Дружбы». Мужчины. Финал. Прямая трансляция из Перми
- 14.25 Футзал. Суперкубок России. Финал 4-х. Прямая трансляция из Москвы
- 17.00 Футбол. «Динамо» (Москва) - «Краснодар». МИР Российской Премьер-Лига
- 19.30 Футбол. «Торино» - «Аталанта». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 21.30 «После футбола» с Георгием Черданцевым
- 22.25 Футбол. «Атлетико» - «Жирона». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 01.35 География спорта. (12+)
- 02.05 Новости. (0+)
- СТРАНА
- 06.00 Регби. Чемпионат России. (12+)
- 07.50 Новости
- 07.55 Лёгкая атлетика. Серия «Высота». (6+)
- 10.10 Новости
- 10.15 Смешанные единоборства. «Наше Дело». (16+)
- 11.55 Регби. Чемпионат России. (6+)
- 13.55 Что по спорту? (12+)
- 14.25 Стрельба из лука. Чемпионат России. (0+)
- 15.25 Небесная грация. (12+)
- 15.45 Новости
- 15.50 Автоспорт. G-Energy СМП РСГФ Эндурэнс. Кубок России. (6+)
- 20.20 Спецрепортаж. (12+)
- 20.35 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 21.05 Хоккей. Турнир имени Н.Г. Луцкого. (12+)
- 23.05 Баскетбол. Международный турнир. Финал. (6+)
- 00.55 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 01.25 Регби. Чемпионат России. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 VIJU TV1000
- 05.45, 03.45 «ПОКОЛЕНИЕ ВОЯДЖЕР». (16+)
- 07.35, 08.35, 09.35, 10.30 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 11.35 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)
- 14.20 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 2: ИНСУРГЕНТ». (16+)
- 16.40 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА 3: ЗА СТЕНОЙ». (16+)
- 19.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (16+)
- Фантастический приключенческий фильм, США, 2013 г.
- 21.50 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 1». (16+)
- Фантастический приключенческий фильм, США, 2014 г.
- 00.05 «ГОСТЬЯ». (16+)
- 02.10 «ЭВОЛЮЦИЯ». (16+)
- ДОМ КИНО
- 06.15 «Пин-код». «Три кота». Мультсериалы. (6+)
- 08.40 «Снежная королева 3. Огонь и лёд». Мультфильм. (6+)
- 10.15 «Снежная королева: Зазеркалье». Мультфильм. (6+)
- 11.50 «ДОРОГОЙ ПАПА». (12+)
- 13.30 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА». (6+)
- 15.00 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА 2». (6+)
- 16.40 «ЛЁД». (12+)
- 19.00 «ЛЁД 2». (16+)
- 21.30 «ЛЁД 3». (6+)
- 00.00 «ТЕКСТ». (18+)
- 02.10 «ДЕВОЧКА НИНА И ПОХИТИЛИ ПИАНИНО». (6+)
- 03.30 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
- 05.05 «Серая шейка». Мультфильм. (6+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 01.25 «РЭД 2». (16+)
- 04.05 «ЭТОМУ БЫТЬ!» (16+)
- 05.45 «ДЕТКИ В ПОРЯДКЕ». (6+)
- 07.15 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)
- 08.50 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 10.40 «ПРОСТО ДРУЗЬЯ». (16+)
- 12.25 «ФОРМУЛА 51». (18+)
- 14.05 «КРАСАВЧИК СО СТАЖЕМ». (16+)
- 15.55 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК». (18+)
- 17.40 «СВИДАНИЕ ВСПЕЛУЮ». (16+)
- 19.30 «ПРАВИЛА СЪЕМА: МЕТОД ХИТЧА». (12+)
- Комедия, мелодрама, США
- 21.40 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 23.30 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИДАНОЕ». (16+)
- Сериял. Детектив, Украина, 2006 г. В ролях: Мария Скосырева, Дарья Румянцева, Андрей Астраханцев, Вера Майорова, Людмила Дмитриева, Виталий Егоров
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-6». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «СКВОЗЬ РОЗОВЫЕ ОЧКИ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- Суббота! СУББОТА!
- 05.00, 05.50, 11.55, 16.35 «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 05.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 11.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 16.30, 16.40 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 21.00 Богиня сыска. (16+)
- 22.10 Богиня шопинга. (16+)
- 23.20, 23.40, 00.20, 00.50, 01.10 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 01.30 «Ми-ми-мишки», «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.25 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- Макеев ссорится с Васильем. Клякля получает видеозапись, которую так долго ждал... Макеев берётся помочь Кострову. Куницын чуть было не справляет день рождения в одиночестве... Лена подзревает, что у Куницына появилась другая... Орлова делает Жилину неожиданное предложение... А Горовому предстоит непростой матч...
- 22.05 Прятки. (16+)
- 23.15 Прятки. Секреты сезона. (16+)
- 00.00 Кто круче Рогова? (16+)
- 05.40 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.45 В поисках Бога. (12+)
- 06.15 Профессор Осипов. (0+)
- 06.50 Валаам. (0+)
- 07.55 Святыни России. (6+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.50 Рассказки мне о Боге. (6+)
- 14.20 Поездка для души. Кто упрям - тому на Валаам. (0+)
- 15.10 Русский мир. (12+)
- 16.15 «ОНИ ВСТРЕТИЛИСЬ В ПУТИ». (12+)
- СПАС
- 18.00, 00.20 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Загадка Арарата. 3 серия. (6+)
- 18.50, 01.05 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Восхождение. 4 серия. (6+)
- 19.45 «МОРСКОЙ ОХОТНИК». (12+)
- СССР 1954 г. В ролях: Надежда Румянцева, Павел Волков
- 21.10 Валаам. Преображение. (0+)
- 22.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 23.00 День Патриарха. (0+)
- 23.10, 03.55 «Бесогол». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 01.55, 02.55 Движение вверх. (0+)

Православный календарь

25 августа  
Неделя 9-я по Пятидесятнице. Глас 8.  
Попразднство Преображения Господня.  
Мчч. Фотия и Аникиты и многих с ними.

Сщмч. Александра, еп. Команского. Мчч. Памфила и Капитона. Собор Валаамских святых. Собор Кемеровских святых. Прмчч. Белогорских: Варлаама, Сергия, Илии, Вячеслава, Иоасафа, Иоанна, Антония, Михея, Виссариона, Матфея, Евфимия, Варнавы, Димитрия, Саввы, Гермюгена, Аркадия, Евфимия, Маркелла, Иоанна, Иакова, Петра, Иакова, Александра, Феодора, Петра, Сергия и Алексия. Сщмч. Василия пресвитера. Сщмчч. Леониды, Иоанна и Николая пресвитеров.

Успенский пост.

«Как ни тяжёл крест, который несёт человек, но дерево, из которого он сделан, выросло на почве его сердца».  
Прп. Амвросий Оптинский

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.30 У-Дачный чарт. (16+)
- 08.30 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Плейлист 1 Лето. (16+)
- 09.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.35 Лига клипов. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Плейлист 1 Лето. (16+)
- 13.00 Знаешь ли ты? (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 17.00 Хиты по-русски. (16+)
- 18.00 Плейлист 1 Под шашлычок. (16+)
- 19.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 21.00 Плейлист 1 Лето. (16+)
- 22.00 ВК Меломан. (16+)
- 23.00 ВК Громкий вопрос. (16+)
- 00.00 ВК Контакты. (16+)
- 01.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)



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** августе Петрович традиционно брал отпуск и уезжал с женой на дачу. Они любили загородную жизнь, хлопоты с урожаем, походы за грибами и тихие дачные вечера.

Один из таких вечеров Петрович коротал один – жена уехала на пару дней в город по каким-то срочным делам. А Петрович решил сходить рано утром на рыбалку, поэтому вынес на веранду все свои снасти, чтобы проверить их готовность. Он бы с удовольствием занялся этим в саду, на столе под любимой яблоней, но темнело уже очень рано, а фонари на их улице вышли из строя еще весной, и менять их никто не спешил. Луну и звезды скрыли затянувшие небо низкие облака, и тьма на улице стала и вовсе непроглядной.

Когда Петрович увлеченно разбирал блесны, со стороны дорожки к до-

# Нежданный гость

му послышались робкие шаги. Петрович выглянул в окно:

– Кто здесь?

Шаги зазвучали чуть увереннее, раздался знакомый голос:

– Это я, Петрович. Можете ли, зайти-то?

**П**етрович распахнул дверь. На пороге стоял сосед – местный старожил и запойный пьяница Аркадий. На этот раз он был трезв и как-то показательно серьезен.

Выдержав небольшую паузу для обозначения важности момента, гость деликатно кашлянул в кулак и пробормотал, отводя глаза:

– Здорово, Петрович. Войти-то можно?

**З**етрович широко распахнул дверь. – Что случилось-то, Аркадий? – спросил он, когда гость осторожно опустился в плетеное кресло.

– Тут такое дело, Петрович... – сосед неловко почесал затылок продубленной деревянными заботами пятерней. – Такое, понимаешь, дело произошло...

**Н**уговори уже, не тяни кося за хвост, – взмолился Петрович. – Какое дело? Выпить не с кем?

– Да ну, какое там... – на лице соседа отразилось неподдельное страдание. – Не до того мне.

– Да ладно! – изумился Петрович. – Не до того? Такое бывает?

– Бывает, как видишь, – проворчал Аркадий, неодобрительно цыкнул зубом и нахмурился.

– Ну ладно, не обижайся, – Петрович похлопал его по острой колленке. – Давай рассказывай, какое дело-то?

– Уголовное! – гость выпря-

мился в кресле и бросил на собеседника победный взгляд, наслаждаясь произведенным эффектом.

– Уголовное?! – Петрович сделал вид, что удивлен до крайности, едва сдерживаясь, чтоб не рассмеяться: все Аркашины «дела» весь поселок знал наизусть.

– Да! – снисходительно кивнул тот. – Уголовное. Ограбили меня. Вот только что. Самовар стащили. Он хоть и не ценный, электрический, но супруга расстроится.

**А** где ж Алевтина-то? Не дома разве?

– К сестре поехала, в райцентр. Завтра вернется, а самовара нет. Расстроится... – Аркадий горестно покачал головой. – Ладно, ты давай мне в подробностях расскажи, как и что, – изобразив максимально серьезный вид, попросил Петрович.

**Почему Петрович не поверил соседу?**  
Ответ читайте в следующем номере.

Ответ на загадку в № 32: Петрович не увидел в квартире Галины Федоровны мокрого зонтика, который она должна была сушить, если бы действительно выходила в магазин – ведь на улице шел дождь.



Рис. Ирины Световой

## СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

<b>19 августа</b>	Восход: 5 ч. 13 м. Заход: 19 ч. 39 м. Долгота дня: 14 ч. 26 мин.	Полнолуние, Луна в знаке Водолея
<b>20 августа</b>	Восход: 5 ч. 15 м. Заход: 19 ч. 37 м. Долгота дня: 14 ч. 22 мин.	Убывающая Луна в знаке Рыб
<b>21 августа</b>	Восход: 5 ч. 17 м. Заход: 19 ч. 35 м. Долгота дня: 14 ч. 18 мин.	Убывающая Луна в знаке Рыб
<b>22 августа</b>	Восход: 5 ч. 18 м. Заход: 19 ч. 33 м. Долгота дня: 14 ч. 15 мин.	Убывающая Луна в знаке Овна
<b>23 августа</b>	Восход: 5 ч. 20 м. Заход: 19 ч. 31 м. Долгота дня: 14 ч. 11 мин.	Убывающая Луна в знаке Овна
<b>24 августа</b>	Восход: 5 ч. 21 м. Заход: 19 ч. 29 м. Долгота дня: 14 ч. 08 мин.	Убывающая Луна в знаке Тельца
<b>25 августа</b>	Восход: 5 ч. 23 м. Заход: 19 ч. 27 м. Долгота дня: 14 ч. 04 мин.	Убывающая Луна в знаке Тельца

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 19 ПО 25 АВГУСТА

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

#### 19 АВГУСТА

В 1960 году советский космический корабль с собаками Белкой и Стрелкой на борту совершил суточный полет с возвращением на Землю.

#### 20 АВГУСТА

В 1721 году были построены знаменитые фонтаны и каскады Петергофа. В 1741 году Витус Беринг открыл Аляску. В 1945 году в СССР создан Специальный сверхсекретный комитет для руководства работами по использованию атомной энергии урана.

#### 21 АВГУСТА

В 1957 году был осуществлен запуск первой советской межконтинентальной баллистической ракеты Р-7.

В 1981 году ученые впервые сообщили об угрозе

глобального потепления на Земле.

#### 22 АВГУСТА

В 1864 году была подписана первая Женевская конвенция.

#### 23 АВГУСТА

В 1799 году в Петербурге наложен запрет на ношение бакенбард.

В 1913 году завершил свой кругосветный велопробег русский спортсмен Панкратов.

#### 24 АВГУСТА

В 79 году извержение вулкана Везувия уничтожило город Помпеи.

#### 25 АВГУСТА

В 1609 году Галилей продемонстрировал первый в мире телескоп. В 1930 году экспедиция полярников на ледокольном пароходе «Георгий Седов» открыла западные берега Северной Земли.

### ИМЕНИННИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

19 АВГУСТА. Николай.  
20 АВГУСТА. Алексей, Димитрий, Михаил, Пётр.  
21 АВГУСТА. Григорий, Леонид, Сергей.  
22 АВГУСТА. Антоний, Матфей, Маргарита, Мария.  
23 АВГУСТА. Афанасий, Вячеслав, Роман.  
24 АВГУСТА. Александр, Иоанн, Максим, Феофор.  
25 АВГУСТА. Аркадий, Василий, Илия, Михей.

### ПРАЗДНИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

19 АВГУСТА ■ Всемирный день фотографии  
■ День рождения русской тельняшки ■ День фронтовой собаки  
20 АВГУСТА ■ Международный день медицинского транспорта ■ Всемирный день лени  
21 АВГУСТА ■ День офицера России  
22 АВГУСТА ■ День Государственного флага Российской Федерации  
23 АВГУСТА ■ День воинской славы России – День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве (1943 г.)  
24 АВГУСТА ■ День чипсов  
25 АВГУСТА ■ День шахтера ■ День оперативно-поисковых подразделений МВД РФ ■ День примирительного поцелуя

## НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

### На Спас тепло и ясно, зима – холодная и снежная

19 августа отмечается Преображение Господа Бога и Спаса Иисуса Христа, называемое в народе Яблочным Спасом. По погоде в этот день судили о январской погоде: если тепло и ясно, то зима будет холодная и снежная. На Марины-Пимены, 20 августа, наблюдали за аистами: если птицы готовились к скорому отлету на юг, то ждали холодную раннюю осень.

21 августа, в день Мирона Ветрогона, по ветру судили о сентябрьской погоде: спокойные ветра говорили о солнечном начале осени, а если ветра были сильные, жди ненастье весь сентябрь. Про Матфеев день, 22 августа, говорили: «Матфей ненастье под-

пускает, летний дождь осенним перебивает». 23 августа, в Лаврентьев день, было принято выходить к водоёмам и смотреть на воду. Тихая и спокойная вода сулила спокойную осень. 24 августа считалось днем Евпатия Коловрата. Если в этот день на рассвете звезды сияют, то скоро начнутся дожди. В день Фоти Поветненного, 25 августа, примечали: если с утра выпал иней, следует ждать хорошего урожая озимых на следующий год.

**Сосед – соседу по участку. – Дай мне совет, как поступить с урожаем? – Огурцы съешь сам, кабачки раздай друзьям, а бакаланы дружить в рагу...**

## 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: 11675, 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.  
Редакционный 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

№ 33 (458).  
Дата подписания в печать: 01.00 час. 13.08.2024 г. Дата производства: 13.08.2024 г. Дата выхода в свет: 14.08.2024 г. Тираж 46 410 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48А. Тел.: +7(473) 246-52-70  
Заказ 5086 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.  
Тираж этого номера 860 860 экз.  
Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. Еженедельная семейная газета для читателей 12+  
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»  
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media  
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru  
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.  
Копирование без указания источника запрещено.

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





Вышний Волочек  
104,5 FM

Губкин  
104,0 FM

Задонск  
103,9 FM

Липецк  
97,9 FM

Москва  
и область  
100,9 FM

Мосолово  
101,0 FM

Орёл  
95,6 FM

Осташков  
99,4 FM

Ржев  
102,4 FM

Рязань  
102,5 FM

Смоленск  
88,4 FM

Старый Оскол  
104,0 FM

Тверь  
89,4 FM

ДОСТУПНО  
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

## «...маловерный! зачем ты усомнился?»



И тотчас понудил Иисус учеников Своих войти в лодку и отправиться прежде Его на другую сторону, пока Он отпустит народ. И, отпустив народ, Он взшел на гору помолиться наедине; и вечером оставался там один. А лодка была уже на середине моря, и ее било волнами, потому что ветер был противный. В четвертую же стражу ночи пошел к ним Иисус, идя по морю. И ученики, увидев Его идущего по морю, встревожились и говорили: это призрак; и от страха вскричали. Но Иисус тотчас заговорил с ними и сказал: ободритесь; это Я, не бойтесь. Пётр сказал Ему в ответ: Господи! если это Ты, повели мне прийти к Тебе по воде. Он же сказал: иди. И, выйдя из лодки, Пётр пошел по воде, чтобы подойти к Иисусу, но, видя сильный ветер, испугался и, начав утонать, закричал: Господи! спаси меня. Иисус тотчас простер руку, поддержал его и говорит ему: маловерный! зачем ты усомнился? И, когда вошли они в лодку, ветер утих. Бывшие же в лодке подошли, поклонились Ему и сказали: истинно Ты Сын Божий. И, переправившись, прибыли в землю Геннисаретскую. (Мф: 14,22-34)

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 25 августа, в воскресенье.

Отрывок начинается с того, что после чуда умножения хлебов Спаситель буквально заставляет учеников отправиться на другой берег Геннисаретского озера. Только что от них требовался невероятный подвиг веры, ведь им надо было, отламывая по кусочку, раздать пять хлебов более чем пяти тысячам человек. Раздать не потому, что они считали это возможным, но потому что им поручил это Христос. В этом для них был урок доверия. Им было необходимо понять, что вокруг не просто происходят чудеса, их совершает Спаситель. Именно в Его Лице и через Него Бог присутствует в их жизни.

И вот вслед за одним испытанием возникает другое. Христос поручает апостолам переплыть на противоположную сторону озера. Почему Он торопится, ведь уже вечер и они устали? Самим ученикам это не очевидно, и Сам Господь ничего им не объясняет. Так школьникам может быть непонятно, почему учитель устраивает контрольную в

то или иное время, но у него есть методический план, в котором учитываются неизвестные классу важные вещи.

Итак, отпустив народ, Спаситель в одиночестве молится на горе, а под утро идет по воде к ученикам. Что проще, раздать пять хлебов пяти тысячам человек или встать на поверхность озера как на твердую землю? Апостолы прекрасно знали и что такое хлеб, и тем более что такое вода, ведь они были рыбаками. И в том и в другом случае речь идет об обращении с материалами, свойства которых им прекрасно известны, и тем поразительнее то, что апостолы делают. Причем, если, раздавая хлеб, они рисковали только своей репутацией – стоило ли начинать раздавать хлеб, если бы вдруг на воду Геннисаретского озера, как на твердую почву, Пётр рискует собственной жизнью. Мы бываем готовы довериться Христу в обществе. Поспорить с неверующими, попытаться отстаивать свои взгляды и где-то даже немного постра-



Комментирует священник Стефан Домусчи

дать за них... Но что бывает в смертельной опасности? – Господи, если это Ты, – говорит Пётр, – повели мне подойти к Тебе по воде.

Иди, – отвечает Христос. Но кругом буря. Может быть, перед ним действительно его Учитель. В обычной ситуации Пётр верит ему. Но поверит ли здесь? Пётр сомневается. Он верит, что перед ним Спаситель, но еще не способен довериться Ему полностью, отдать себя в Его руки, как ребенок отдает себя в руки матери, а ведь именно этому в итоге мы и должны научиться. Не просто верить, что Бог есть, но вверять себя Ему во всем.

Фото предоставлено радио «Вера»

# ПОДПИСКА на 2024 год

## ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2912**

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость подписки на 2-е полугодие 2024 года\*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца
212,27 ₺	424,54 ₺	636,81 ₺	849,08 ₺

\* 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»



**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)



В августе садоводы проводят самую приятную операцию на винограднике: сбор первого урожая.

**Н**о кроме этого предстоит еще много важных работ! Что нужно успеть сделать, пока на календаре лето?

# Августовские хлопоты вокруг виноградной лозы

## Чеканка

Обрезку верхушек виноградных побегов называют чеканкой. В августе кусты прекращают свой рост, направляя силы на вызревание урожая и лозы. Однако на верхушках кустов остаются недоразвитые листья, которые забирают у винограда много питательных веществ. Именно их и нужно удалять, чтобы сохранить питательные вещества для других целей. При правильной чеканке верхушки побегов нужно обрезать на 35-40 см (если срезать больше, начнут интенсивно обрастать пасынками и забирать у куста питательные вещества).

## Подвязка

Чтобы не допустить обламывания побегов под тяжестью урожая, нужно подвязать их в нескольких местах так, чтобы кисти не касались земли.

После чеканки на каждом побеге должно остаться 14-15 листьев. Ранняя чеканка не менее вредна, чем поздняя. Ориентир для начала чеканки: побеги поменяли цвет с зеленого на коричневый и их верхушки выпрямились. Это примерно конец июля – начало августа. Чеканку не проводят только на молодых кустах винограда.



**На базаре покупатель выбирает дыню и, чтобы сбить цену, ехидничает: – А у вас есть яблоки побольше? Продавец парирует: – Не трогайте виноград руками!**

## Подкормка

В августе виноград нуждается в подкормках для того, чтобы накопить силы для вызревания лозы и урожая. Можно подкормить кусты раз в неделю травяным настоем с добавлением суперфосфата и сульфата калия (по 5 г на 10 л воды). Для ускорения вызревания лозы в конце августа обязательно подкормите виноград калием. Можно использовать золу – 1 л золы на ведро воды настоять сутки и полить растения (полведра на куст). Можно использовать минеральные калийно-фосфорные удобрения – по 10 г на ведро воды.

## Катаровка

Катаровка – это удаление поверхностных корней винограда, расположенных в верхнем слое почвы (на глубине до 20 см). После этой операции корни винограда начинают расти вглубь почвы и не вымерзают зимой. От ствола винограда нужно отгрести землю на глубину 20 см и аккуратно срезать острым ножом все корешки. Срезы нужно продезинфицировать раствором марганцовки. После окончания работы ямку засыпают плодородной землей, уплотняют и проливают водой, чтобы почва осела.

## Срезка листьев

Чтобы обеспечить все созревающие грозди солнечным светом (без этого виноград не наберет нужного количества сахаров), необходимо вовремя срезать некоторые листья.

Удалять нужно все листья, расположенные под первой кистью, а также листья, расположенные с восточной стороны куста.

Листья, расположенные в одной развилке с кистью, удалять не нужно – они являются источником питательных веществ для созревающего винограда.

## СОВЕТ

### Собирайте виноград правильно!

Виноградные кисти срезайте в сухую погоду. После срезки дайте кистям полежать еще три-четыре дня: за это время они дозреют и станут еще вкуснее.



## Борьба с болезнями и вредителями

Для профилактики и борьбы с милдью и оидиумом (опасными болезнями винограда) после полива посыпайте поверхность земли около куста золой. Использовать химические препараты во время созревания урожая нельзя, поэтому даже если болезни разбушевались, боремся с ними биофунгицидами: «Бактофитом», «Фитоспорином», «Фитоплора-С» и др. Созревающие ягоды привлекают птиц, а их яркий аромат – ос и других насекомых. Чтобы уберечь от них урожай, используйте мешочки из нетканого материала, которые надеваются прямо на грозди, ловушки и отвлекающие приманки. Осы любят сладкое, поэтому в качестве приманки на плоские блюдца кладут варенье или мед, присыпав сверху борной кислотой, и расставляют ловушки в винограднике. Попробовав такое угощение, насекомые погибнут.

## НА ЗАМЕТКУ

И личинки, и взрослые особи белокрылки тянут соки из растения, часть из которых откладывают на листья в виде сладкой росы. Эта роса – просто рассадник для патогенных грибов и микроорганизмов. Как победить белокрылку?

## Защищаем урожай от белокрылки



**Ручной сбор** проводят так: с помощью смоченного водой ватного диска снимают с поверхности листьев мошек, яйца, личинки. Проводить та-

кую процедуру рекомендуют каждые 3-4 дня. **Развешивание липких приманок.** Яркие желтые клеевые стики или просто липкие ленты от мух также



«прореживают» популяцию. **Обработка мыльным раствором.** Дегтярное или хозяйственное мыло натирают на терке, растворяют в воде (1 часть стружки на 6 частей воды). Полученной смесью раз в неделю опрыскивают листья растений (особенно интенсивно с ниж-

ней стороны листа), а также почву на грядке. **Обработка при помощи био-препаратов.** В конце лета, когда созревает урожай, для борьбы используют только инсектициды биологического происхождения: «Фитоверм», «Битоксибациллин», «Лепидоцид» и «Актоверм». Обработку проводят утром или вечером в защитных перчатках и маске.



Гречка – прекрасный вариант для поста.

**В**едь это не только очень вкусная, но и очень полезная крупа. Постные блюда из гречки обязательно понравятся даже тем, кто не соблюдает пост, но любит и ценит правильное питание, а также следит за своей фигурой. Гречка хороша тем, что прекрасно сочетается с овощами, грибами и разнообразными приправами. Специи и соусы способны сделать необычайно яркими даже самые «скудные» блюда. И конечно, ни в одном блюде не будет лишней свежая летняя зелень.

**Г**речка содержит в 3-5 раз больше важнейших микроэлементов, чем любая другая крупа. К тому же, в гречневой крупе внушительное количество редких для круп витаминов группы В (В1, В2, РР). Кстати, в Гималаях, на родине гречки, ее до сих пор, не одну тысячу лет, считают лекарственным растением.

### Каша северная

Русская кухня. На 4 персоны.  
Калорийность (на 100 г): 63 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 100 г гречки ■ 100 г риса
- горсть сушеных белых грибов ■ 1 свекла
- 1 морковь ■ соль ■ 2-3 зубчика чеснока ■ 1 ч. л. уксуса (или лимонного сока)
- растительное масло



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Гречку подсушить на сухой сковороде, рис тщательно промыть и обсушить.
- 2 Овощи натереть на крупной терке, свеклу сбрызнуть уксусом; чеснок измельчить.
- 3 Дно чугунного казана (или кастрюли с толстым дном) сбрызнуть растительным маслом и выложить слоями: гречку, половину грибов, половину чеснока, свеклу, рис, оставшиеся грибы, чеснок, морковь.
- 4 Посолить и налить столько воды, чтобы она покрывала содержимое казана на два пальца.
- 5 Накрывать казан крышкой и поставить в разогретую до 180 градусов духовку на 1 час.
- 6 В готовую кашу влить 2-3 ст. л. растительного масла, перемешать и немедленно подавать.

# Гречка хороша и вкусна и в праздник, и в дни поста

### Домашний хлеб из зелёной гречки

Русская кухня. На 4 персоны.  
Калорийность (на 100 г): 183 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г зеленой гречки
- 4 ст. л. семян льна
- 1 ст. л. кориандра ■ 1 ст. л. меда ■ 2 ч. л. тмина ■ 2 ч. л. соды ■ 2 ч. л. яблочного уксуса ■ растительное масло
- 1 ч. л. соли



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Гречку замочить на 8 часов, воду слить.
- 2 В чашу блендера сложить гречку, мед, соду (погашенную уксусом), 8 ст. л. растительного масла и 150 мл воды, взбить до однородности.
- 3 Добавить семена льна, кориандр и тмин, хорошо перемешать.
- 4 Форму для выпечки сбрызнуть маслом, выложить тесто.
- 5 Выпекать в разогретой до 160 градусов духовке 1 час.

### Янчмиш из гречки

Таджикская кухня.  
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 361 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г орехов ■ 300 г изюма ■ 200 г отварной гречки ■ 150 г кураги ■ 150 г чернослива ■ 100 г кокосовой стружки



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Все ингредиенты, кроме кокосовой стружки, пропустить через мясорубку, тщательно перемешать.
- 2 Из полученной массы скатать небольшие шарики, обвалять в кокосовой стружке.

### Суп с гречкой и лесными грибами

Русская кухня. На 4 персоны.  
Калорийность (на 100 г): 64 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г свежих лесных грибов ■ 100 г гречки
- 2 картофелины
- 1 луковица ■ 1 морковь
- соль ■ 1 крупный помидор ■ 1-2 зубчика чеснока ■ пучок зелени ■ растительное масло ■ молотый черный перец



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Картофель и грибы нарезать кубиками, лук – мелкими кубиками, морковь и помидор натереть на терке (шкурку от помидора выбросить), чеснок измельчить, зелень некрупно нарубить.
- 2 В кастрюле с толстым дном обжарить на растительном масле до прозрачности лук, добавить чеснок, жарить еще 30 секунд, добавить морковь и грибы, жарить еще 3-4 минуты, добавить помидор, тушить 3-4 минуты.
- 3 Влить в кастрюлю 1,5 л горячей воды, всыпать гречку, варить 5 минут, посолить, добавить картофель, варить до готовности (10 минут).
- 4 Готовый суп разлить по тарелкам, поперчить, посыпать рубленой зеленью.

– Дорогой, я тебе на ужин такие суши прекрасные сделала! Правда, у меня не было рыбы, поэтому я туда колбасы напихала. И вместо водорослей использовала листья салата. А вместо васаби – тёртый хрен.

– Ну хотя бы рис ты нашла? Или заменила гречкой?



### Постные блинчики с начинкой из гречки

Русская кухня. На 6 персон.  
Калорийность (на 100 г): 163 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 250 мл минеральной газированной воды ■ 150 г свежих грибов ■ 130 г муки
- 130 г гречки ■ 1 зубчик чеснока ■ 1 небольшая луковица ■ 2 ст. л. сахара
- растительное масло
- соль



#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 В просеянную муку добавить соль и сахар, перемешать, понемногу влить минеральную воду, замесить однородное тесто консистенции жидкой сметаны; накрыть емкость с тестом полотенцем, оставить в теплом месте на 30 минут.
- 2 Гречку сварить до готовности, дать немного остыть.
- 3 Грибы нарезать тонкими пластинками, лук – мелкими кубиками, чеснок измельчить.
- 4 Обжарить на растительном масле лук до прозрачности, добавить грибы и чеснок, жарить еще 5-7 минут, смешать с гречкой.
- 5 Пожарить блины обычным способом.
- 6 На каждый блин выложить 1,5 ст. л. начинки, свернуть конвертиком, обжарить с обеих сторон на растительном масле.

#### ПОСЛОВИЦЫ

Не верь гречихе в цвету, верь в закрому.

Гречневая каша – матушка наша, а хлебец ржаной – отец наш родной.







Среди полисциасов встречаются экземпляры с пёстрой и зелёной листвой, с круглыми, продолговатыми, гладкими и с зазубринами листьями.

**В**стречаются даже напоминающие листья петрушки или папоротника. По сути, полисциас – это такое мини-деревце с толстым стволом и приметными листьями. Хорошо подходит для создания бонсаи.

### Освещение

Зеленолиственный полисциас к освещению менее требовательный. Если же листья у цветка пестрые, для него обязательно нужен хороший свет. В идеале нужно разместить растение на окне восточного или западного направления. Но следует помнить, что южное окно в летний полдень нужно обязательно притенять, чтобы жгучие солнечные лучи не попали на листья.



# Полисциас – порадует вас

### Температура

Полисциас – цветок с характером и предпочитает умеренные температуры. С весны до осени для растения желательны температуры в диапазоне от 20 до 25 градусов. В осенне-зимнее время допускается небольшое понижение – до 17 градусов. А еще полисциас плохо переносит сквозняки, температурные перепады и холодные подоконники. При проветривании следим, чтобы холодный воздух не попадал на растение. Во время зимовки желательно проложить между подоконником и горшком с растением пенопласт или другой утеплитель.

### Влажность

Полисциас будет очень благодарен вам за повышенную влажность воздуха в помещении, где вы его прописали. Можно систематически опрыскивать растение из пульверизатора. Другой способ – разместить горшок с растением на поддоне с влажным керамзитом или галькой. Или же можно воспользоваться специальным увлажнителем воздуха. И еще время от времени полезно протирать листочки мягкой влажной тряпочкой.

### Полив

Весной и летом полив для цветка требуется регулярный. Но поливать растение надо после того, как на пару сантиметров просохнет верхний слой почвы. Зимой, при более прохладном содержании цветка, его достаточно поливать один раз в неделю. И еще одно общее правило: поливать следует отстоянной водой комнатной температуры.

### Удобрения

С приходом весны и до наступления осени каждые две недели вносят подкормку. Лучше всего использовать минеральные удобрения для декоративно-лиственных растений. Это поможет и листву нарастить, и ствол увеличить. Осенью и зимой лучше обойтись вообще без подкормок.

**Соседка уговаривала своего кота слезть с дерева. Порадовала последняя её фраза: – Что ж, тогда не ори! Вей гнездо и ложись спать!**

### Пересадка

Молодое растение пересаживают ежегодно по весне. Более взрослые растения лучше пересаживать только в том случае, если корни заполнили весь горшок и начинают выглядывать из дренажных отверстий. В остальных случаях достаточно просто обновить верхний земляной слой. При пересадке цветка выбирайте горшок на 2-3 сантиметра больше в диаметре, чем предыдущий. На дно горшка примерно на 1/5 высоты насыпается слой дренажа (керамзита). Растение вместе с комом земли осторожно, чтобы не повредить корни, вынимается из старого горшка, ставится по центру нового, и пустоты между горшком и земляным комом заполняются свежим субстратом. Пересаженное растение обильно поливают и возвращают на старое место.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

## СТРАНА СОВЕТОВ

Чистый исправный велосипед – это не просто красиво. Регулярный уход поможет продлить срок службы вашего железного коня, а также сделает езду на нём безопасной и удобной.

### Чистота на первом месте

Во время использования велосипед подвергается загрязнению, что пагубно влияет на его состояние: сначала появляются грязные разводы, а затем ржавчина и прочие твердые отложения. Если погода сухая и грязи относительно немного, достаточно протирать раму и остальные внешние детали влажной салфеткой.

Если же на улице прошел дождь, то загрязненный механизм может дать сбой системы переключения скоростей. Кроме того, нельзя исключить появления коррозии на раме. Поэтому после особенно внедорожной поездки воспользуйтесь щеткой и водой: смахните налипшую грязь и смойте ее.

# Как ухаживать за двухколёсным другом

### Гигиена цепи

Отдельного внимания требует очистка цепи. Ее нужно снять, опустить в емкость с растворителем, взболтать, а затем промыть под проточной водой, высушить и установить обратно. После мытья обязательно дождитесь полного высыхания всех других деталей и механизмов, прежде чем переходить к следующим этапам ухода за велосипедом. Для предупреждения налипания грязи к деталям агрегата удобно использовать специальные силиконовые спреи.



**НА ЗАМЕТКУ**  
Для мытья велосипеда не рекомендуется использовать моющие средства с агрессивными частицами, которые повреждают резиновые уплотнители во втулках колес и смывают смазку.

### Секреты смазки

Важную роль в уходе играет смазка. Они бывают разного формата: аэрозольные, жидкие, силиконовые, тефлоновые, кальциевые. У каждого вида есть свои особенности, но основная их задача – уменьшение трения между звеньями цепи и деталями. Кроме того, смазка помогает механизму работать более мягко и эффективно, что в целом улучшает управляемость велосипеда.

Смажьте хорошо натянутую цепь, прокрутите ее, чтобы состав равномерно распределился по всей длине. Затем смажьте переключатели, подшипники, тросики, рулевую колонку, вилку, педали.

### Техосмотры обязательны!

При активном использовании в сезон не реже одного раза в неделю нужно проводить осмотр состояния стальных тросов на предмет растяжения, проверять давление воздуха в покрышках, контролировать процесс растяжения цепи. Цепь следует менять через каждые 800-1000 км, а звезды кассеты меняются через каждые 2-3 замены цепи.

**Дети! Тщательно обдумывайте слова, которые вы произносите вслух. Например, фраза «Папа, ты хороший!» тянет максимум на шоколадку или мороженое. А вот фраза «Папа, я хочу быть таким же умным, как и ты!» – это уже серьезная заявка на велосипед.**

### Под занавес сезона

Если в зимнее время вы не планируете пользоваться двухколесной машиной, то выберите подходящее помещение для ее хранения: без резких температурных перепадов и высокой влажности. Например, это может быть утепленный балкон. Перед уборкой на длительное хранение тщательно вымойте велосипед, смажьте и установите на специальные стойки и крепления на стене.

Берегите и любите своих «помощников», и они ответят вам взаимностью!

Светлана СИДОРЧУК







СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 19 ПО 25 АВГУСТА

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
Благоприятное расположение звезд поможет Овнам в профессиональной сфере. Отличное время, чтобы приступить к проектам, которые казались трудными и даже невыполнимыми. Смелее исследуйте «неизведанные земли», пока их не покорил другой.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Для Львов все обстоятельства будут складываться удачно. Везение будет вашим спутником с начала недели, и этим следует воспользоваться. Не гонитесь за быстрой выгодой, вы рискуете потерять больше. В момент удачи не забывайте о благодарности тем, кто вам помог.

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
Стрельцам следует больше времени посвятить семье. Ваши близкие скучают по вам и открыты к общению. Они любят и уважают вас. Дорожите этим. Внимательно относитесь к просьбам и пожеланиям любимого человека. Будьте сдержанны и искренни.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
Водолеям следует полагаться только на себя, прислушиваясь к интуиции и опыту. Советы других людей лучше оставить без внимания. Не дайте себя запутать или втянуть в конфликт. Аккуратно идите к цели. Будьте добрее, окажите помощь тому, кто в ней нуждается.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Для многих Тельцов откроется удачная возможность реализации своих идей и планов. Звезды помогут вам в начинаниях и предостерегут в сложных моментах. Но не стоит торопиться с необдуманными решениями. Не забывайте просить совета у близких родственников и коллег.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
Пустые разговоры и бессмысленные поручения со стороны руководства могут сильно раздражать Дев. Все это будет происходить на фоне большого объема работы. В такие моменты важно сохранить самообладание. Старайтесь выполнять только то, что действительно важно.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
Звезды обещают Близнецам интересные встречи и приятные знакомства. На работе вы легко справитесь с решением многих вопросов. Вы сможете стать лидером, к вам будут прислушиваться коллеги. Старайтесь в любой ситуации сохранять оптимизм.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
Звезды не рекомендуют Весам приступать к сложным делам, не завершив старые. Все может застопориться. Выберите правильную тактику. В личной жизни не будет чего-то неожиданного. Помните, близкие люди готовы поддержать вас в любой ситуации.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Хорошее время у Раков для веселья и отдыха. Не откладывайте реализацию своих позитивных идей на потом. Вероятны новые знакомства, которые обещают интересные включения. Постарайтесь завершить начатое и будьте открыты новому. Больше внимания уделяйте близким.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Скорпионам следует избегать людей, которые им откровенно завидуют. Не поддавайтесь унынию и не пытайтесь отомстить насолившему вам человеку. Удача придет к вам. Терпение и благородство возвысят вас в глазах окружающих и пойдут на пользу вашему имиджу.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
Козерогам нужно во что бы то ни стало завершить все дела. В скором времени у вас появится много новых обязанностей. Если вы станете свидетелем распространения слухов о коллегах, не обращайтесь на это внимания. Лучше всегда думайте о собственной репутации и берегите ее.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
У Рыб неделя будет наполнена противоречиями в отношении с самими собой. Чтобы понять себя и близких, уходите от конфликтных ситуаций и больше проявляйте позитива в отношениях с близкими и коллегами. Обязательно найдите время для интересного отдыха.

**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

Слова в этом кроссворде вписываются по часовой стрелке, начиная с клетки, на которую показывает серый треугольник.

1. Там перемены и уроки. 2. ... Кэрролл, автор «Алисы в Стране чудес». 3. Взрослая стадия жизненного цикла насекомого. 4. Званные на день рождения. 5. Имя утописта Мора. 6. Эти птицы даже спят, стоя на одной ноге, причем ноги они меняют, не просыпаясь. 7. В Вене выпускается старейшая в мире газета, первый ... которой вышел в свет в 1703 году. 8. Самые популярные материалы, применяемые при изготовлении ковров, это шерсть и ... 9. Именно ... Ньютон выбрал семь основных цветов видимого спектра. Причем сначала он ограничился пятью, но потом добавил еще два. 10. Печатные «звонки» у входа в театр.

Ответы на кроссворд: 1. Школа; 2. Лыжоня; 3. Имago; 4. Гости; 5. Тираж; 6. Аисты; 7. Тираж; 8. Аисты; 9. Тираж; 10. Аисты.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 19 ПО 25 АВГУСТА

**ЧИСЛОВОЙ КРОССВОРД**

В числовом кроссворде все буквы заменены на числа. Одинаковым буквам соответствуют одинаковые числа, различными – разные. Одно слово уже вписано в сетку.

По горизонтали: Штамм. Однолюб. Кислинка. Длина. Рьяность. Тщета. Аверс. Демпинг. Огарок. Скандал. Заправка. Гофре. Органза. По вертикали: Удилище. Полнота. Люк. Тюлень. Мениск. Бильярд. Тальк. Автобаза. Сетка. Спонсор. Ондатра. Поезд. Шампур. Сказ.

20	12	8	21	5	4	14	14		
1	3	2	1	8	19	17	19	9	5
11		8	7	11	10	8	11	2	7
3	8	11	2	4	8	9	11	8	
11		1	6	15	23	2	1	10	5
5	22	9	5	4	23	15	7	7	
9		4	18	9	6	10	10		1
12		21	5	3	9	14	12	11	2
1	16	4	6	1	7	5	1		3
9		14	17	10	7	4	2	3	4
13	4	12	6	4	18	7	4	10	5
3		20	13	4	16	1	24	6	9
1	6	16	4	2	13	4	6	4	А

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		

**ВСЁ ОБО ВСЁМ**

Все объявления на правах рекламы

**РАБОТА**

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.

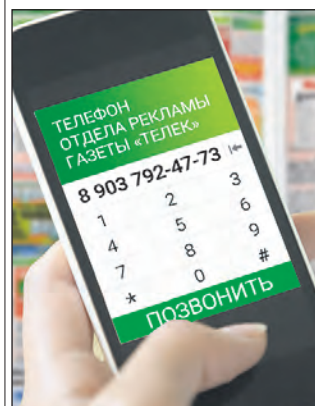
Наличие моб. приложения «WhatsApp» – ОБЯЗАТЕЛЬНО.

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



**СООБЩЕНИЯ**

Утерян диплом о высшем образовании от 05.07.2023 Бардокиной Юлии Сергеевны по специальности «Менеджмент организации» высшего учебного заведения РАНХиГС г. Орел. В связи с этим прошу считать документ недействительным.



**КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ**

ПО ТЕЛЕФОНУ

ПО ПОЧТЕ

**8 (903) 792-47-73 reklama@kardos.ru**

**ЦЕНА**

Стоимость срочного объявления от

**300** рублей за 1 выход

**КАК ОПЛАТИТЬ**

- Через «Робокасса»: 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 3010181040000000225, р/с 40702810038000020635. В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.



## КАК ПРИШЛО СПАСЕНИЕ

Всё изменилось как по волшебству, когда я принёс домой этот медицинский аппарат. Он был размером с сотовый телефон. Но совершил «великое дело»! Он вернул жене радость жизни. Спокойный сон. Она как бы помолодела и расцвела! В семье наступила тишь и благодать! Даже не верится, что всё это можно сделать домашний аппарат!

Но это так! Вы представляете, после трёх дней мучений жене хватило 15 минут для снятия боли! Она сама не верила, что это так просто и быстро. Но четверть часа с аппаратом у бедренного сустава — и всё стало просто чудесно! Она наконец-то спокойно заснула. И спала до утра.

Теперь этот аппарат — её лучший друг и всегда под рукой. Ведь он компактный, работает от батареек и его можно носить в сумочке или просто в кармане, и на работе, и на прогулке. Только представьте, как это удобно! Этот аппарат просто не даёт боли шансов испортить Вашу жизнь. Мало того, он не только спасает от боли без неприятных последствий. Он ещё и оказывает лечебное действие! Вы хотите узнать, что же это за фантастический аппарат?

## ЖИЗНЬ БЕЗ БОЛИ И ТАБЛЕТОК? ЭТО «МУВЕР»!

Это инновационный медицинский супераппарат «Мувер»! Наши замечательные медики создали его специально для борьбы с болью. Аппарат работает на основе феноменальной ЧЭНС-терапии. Что это за ЧЭНС-терапия такая? Это лечение чрезкожной электростимуляцией. То есть специальными импульсами через кожу от встроенных в аппарат электродов. Что это за импульсы и как они действуют? «Мувер» выдаёт электроимпульсы, подобные сигналам мозга. Но усиленные!

Эти импульсы действуют на подкожные нервные окончания и блокируют передачу болевых импульсов. А через рефлекторные нервные каналы биологически активных зон (БАЗ) идёт воздействие на мозг.

Мозг выдаёт ответные сигналы на включение систем гормонального обезболивания и самовосстановления больных тканей. И это действует очень надёжно! Не зря «Мувер» снимает боли любого происхождения!



## «МУВЕР» ЭТО МОЖЕТ!

Вы только посмотрите на официальные показания к применению «Мувер»:

- Острые и хронические боли, связанные с патологией внутренних органов;
- Острые и хронические боли, связанные с заболеваниями и травмами опорно-двигательного аппарата.

Вот, например, у Вас часто болит голова. Просто жить от боли нет. Но нельзя же каждый час пить обезболивающие. Да и часто таблетки просто не помогают. Особенно при мигренях. А вот «Мувер» вполне возможно поможет Вам даже при мигрени! Кто с мигренью сталкивался, очень даже это оценит! И «Мувер» не только обезболивает. Снимаются спазмы мышц и сосудов. Улучшается состояние центральной нервной системы. Нервы успокоились. Нет панических атак. Мысли не путаются. Значит и память отличная! Вы спокойны и уверены в себе. Боли нет, и Вы наконец-то прекрасно высыпаетесь! А что это значит? Это значит бодрость и отличное настроение весь день! И болезни от Вас отступят. Или будут слабее. Почему? Так ведь хороший сон усиливает иммунитет и нормализует гормональный баланс. Жизнь налаживается! Ну и конечно, «Мувер» выручит Вас при острой и хронической боли: при ушибах, повреждениях, коликах ЖКТ и других внутренних болях. А для практически всех нас — людей зрелого возраста — «Мувер» просто спасение! Почему спасение? Он незаменим при болях в суставах и позвоночнике!! А значит, с ним Вы получите значительное облегчение при артрозах и артритах, остеохондрозе. Это просто другая жизнь начнётся! Просто счастье какое-то! И всё сказанное не фантазия, а реальность! Эффективность действия ЧЭНС подтверждена клинически!

## ПРОВЕРЕНО МЕДИКАМИ!

Терапия электростимуляции разрешена и зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере здравоохранения № ФС-2005/004 от 4 марта 2005 г. Клинические исследования проведены в пяти авторитетных специализированных клиниках России, Москвы и Минска. И Вы только посмотрите на результаты!

Вот некоторые результаты клинических испытаний ЧЭНС-терапии:

**Позвоночник:** Уже после первой процедуры интенсивность боли уменьшалась. К концу лечения ремиссия в 91,9–95,8 % случаев.

**Суставы:** Значительное улучшение достигнуто в 71,9–86,9 % случаев.

**ЖКТ:** Значительное улучшение у 72,1–89,4 % пациентов.

**Мочеполовая система:** Значительное улучшение получено в 70,3–82,2 % случаев. Особенно высокая эффективность при лечении пиелонефрита — 78,8 %.

**Простатит:** Эффективно купируются боли. Снижается частота мочеиспускания. Улучшается эрекция. УЗИ предстательной железы показало, что её размеры уменьшились после лечения у 80% больных, а в контрольной группе без ЭНС — только у 57 %.

«Мувер» — это прекрасное дополнение к комплексной терапии. А для снятия болей он просто великолепен!

## «МУВЕР» — ВАШ НАВСЕГДА

И теперь жена с ним не расстанётся. Она просто «влюбилась» в этот «Мувер»! Почти перестала пить обезболивающие. И «Мувер» всегда с нами — дома, на даче, в поездке. Он и для Вас будет страховкой от боли в любой момент и в любом месте. Лёгкий, компактный, современный, эффективный. Да! Попробовав его действие однажды, Вы не расстанетесь с ним никогда! «Мувер» — это Ваш настоящий «персональный специалист» по снятию боли! Доступный по цене и действенный. Несколько минут — и боли нет! Да ещё и лечение пошло! Это же просто мечта!

# Как спокойно уснуть при боли в суставах

## Как от неё избавиться и не навредить здоровью?

Третью ночь жена не могла уснуть. Выматывающие боли от бедра до пятки доводили до нервного срыва. А состояние после трёх бессонных ночей это вообще что-то с чем-то... Таблетки не помогали. Да и сколько можно их пить?! Так ведь и отравиться недолго!

Дома все стали дёргаными и нервными. Всем было очень, очень её жаль, а помочь мы никак не могли. И ладно бы это был единичный случай, но такие приступы боли у неё случались регулярно. Всё изменил случай.

Я на работе поделился с товарищем нашей проблемой. А он заявил, что это не такая уж и проблема, если знать как с ней бороться. Спрашиваю: «А как?» «Всё просто, отвечает. Вот возьми этот аппарат он поможет. Я ведь не зря его всегда ношу с собой».

## «МУВЕР» ПРОТИВ БОЛИ. КАК ОН РАБОТАЕТ?

Как Вы думаете, чем ещё особенно хорош «Мувер»? Он часто снимает боль с первого раза! И быстрее, чем таблетками! Сами посудите, ведь таблетки должны раствориться в ЖКТ и всосаться в кровь. Затем с кровью попасть в нужное место и начать работать. Ну а заодно эта «химия» разъедает желудок и разносится ко всем органам. И плохо на них действует. Уж печень и почки точно будут не в восторге! А особенно опасны для организма как раз побочные действия анальгетиков. Вы можете заполучить от них зависимость, астму, аллергию или судороги. Передозировка может стать даже причиной летального исхода. В отличие от таблеток, электроимпульсы мгновенно по нервам передаются в гипофиз мозга. Что при этом происходит? Происходит выброс в кровь эндорфинов — безвредных обезболивающих, вырабатываемых самим организмом. Вспомните, что происходит, когда Вы, например, поцарапаете руку? Сначала очень больно, но быстро проходит — это сработали эндорфины. А ещё у «Мувера» есть второй механизм обезболивания. Какой? Это подавление импульсации болевых зон. Каким образом? Они блокируют болевой центр мозга. Вот если Вы уколете палец и нажмёте на мочку уха, то боль в пальце ослабнет. Ушибли ногу — потрите место ушиба, и боль станет меньше. Знакомо? Это Вы заблокировали центр боли в мозге, подавая другие нервные сигналы. «Мувер» действует так же, но намного сильнее. И очень важно для Вас, что импульсные токи «Мувера» подобраны учёными-медиками так, что подходят всем! А значит, пользоваться аппаратом просто — никакой калировки и настройки! Всё для Вашего удобства!

## КОМПАКТНЫЙ, АВТОМАТИЧЕСКИЙ И ЭФФЕКТИВНЫЙ!

Вот такой он — «Мувер»! Воплощение новейших достижений медицины в области обезболивания и лечения без медикаментов. Современный, сверхкомпактный (величиной с сотовый телефон)! Полная автоматизация! Потрясающе!

Всего три кнопки. Включите аппарат, выберите режим — «Боль» или «Сильная боль». Прижмите к больному месту и отрегулируйте комфортную силу действия. Всё! Процесс пошёл. Выключение автоматическое — не надо засекают время. Передозировки нет — можно провести сеанс несколько раз подряд! И никаких неприятных последствий! С «Мувер» Вы можете всегда держать боль под контролем! Вот поэтому уже на второй день после применения «Мувера» мы его заказали.

## «МУВЕР» — ВАША СТРАХОВКА ОТ БОЛИ

У Вас что-то заболело? Не вопрос! Просто достаньте Ваш «Мувер» и приложите к больному месту! И это совершенно надёжный способ справиться с болью. Никаких неприятных последствий и отравления организма! Никаких проблем для печени и почек! Никакой передозировки! Никаких проблем с ЖКТ и кровью! Меньше отравления лекарствами — дольше жизнь! Меньше боли — целее нервные клетки — дольше и приятнее жизнь! Меньше боли — спокойнее сон — активнее жизнь и эффективнее лечение! Такой аппарат должен быть у каждого! И получить его сейчас стало проще, чем Вы думаете. Стоит позвонить — и спаситель от боли «Мувер» у Вас. И он даст Вам возможность продлить на долгие годы здоровую жизнь без боли! Годы активной жизни, а не существования! Не сдавайтесь боли! Действуйте! Заказывайте «Мувер»! Ваше здоровье в Ваших руках!

## ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (800) 511-55-86 БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ЦЕНА СНИЖЕНА! ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ НАПРЯМУЮ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!

WWW.PRODEX.RU

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. Бесплатная доставка. \*Акция действует с 14.08.2024 г. по 14.09.2024 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. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.