

СУПЕРНОМЕР – ВСТРЕЧАЕМ МАСЛЕНИЦУ!
8 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ СТРАНИЦ С РЕЦЕПТАМИ БЛИНОВ ВНУТРИ

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№07
(380)**

ТВ-программа с 20 по 26 февраля 2023 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36
КАНАЛОВ
ТВ

**ЛЮБИМАЯ ДАЧА.
ГОТОВИМ ПОЧВУ
ПОД УРОЖАЙ**

стр. 30

**ЕШЬТЕ СЛАДОСТИ
С РАДОСТЬЮ**

стр. 26

**АЛЕКСЕЙ
ГЛЫЗИН**
**НАСТОЯЩИЙ МУЗЫКАНТ
ВСЁ ВРЕМЯ В ПОИСКЕ**

**КАК УБЕРЕЧЬ
ГЛАЗА ОТ УСТАЛОСТИ**

стр. 8

**БЛИННИЦА:
ВЫБИРАЕМ
ПО ПАРАМЕТРАМ**

стр. 31

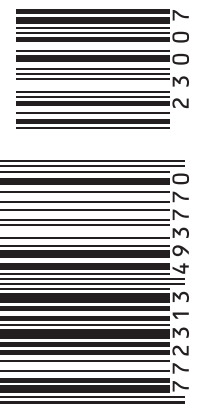
**ДЕТИ
ВЫРОСЛИ?
НОВАЯ ЖИЗНЬ
НАЧИНАЕТСЯ!**

стр. 4

12+

Фото предоставлено Алексеем Глызиным
(из личного архива)

ISSN 2313-4933



9177231314937701 23007



Золото высшей пробы
167 кристаллов Swarovski®
Открытый механизм
в стиле «скелетон»

infinito
ЮВЕЛИРНЫЕ ЧАСЫ

На правах рекламы.

Часы для успешной современной женщины

- Открытый механизм высочайшей точности.
- Высокопрочная сталь с покрытием золотом высшей пробы по технологии IPG.
- 167 кристаллов Swarovski®: на безеле, заводной головке, кнопках и креплении браслета.
- 3 дополнительные циферблата: число месяца, день недели и 24-часовой режим.
- Высокопрочное минеральное стекло, надежно защищающее циферблат от повреждений.
- Надежная и удобная ювелирная застежка с фирменной гравировкой Infinito.
- Диаметр корпуса: 40 мм.
- Водонепроницаемость 5 ATM (50 метров).

ВСЕГО 990 РУБ./МЕС.
(без переплат)



«Императорский бутик» гарантирует, что Вы останетесь довольны!

**ГАРАНТИЯ
ЭКСКЛЮЗИВНОСТИ**

Часы поставляются с Сертификатом подлинности и Международной гарантией на 2 года.

**БЕСПЛАТНАЯ
ДОСТАВКА**

Расходы на сервисный сбор и доставку мы берем на себя.

**БЕСПЛАТНЫЙ ОБМЕН
И ВОЗВРАТ**

Вы сможете обменять или вернуть покупку в течение 14 дней со дня получения посылки.

**ОПЛАТА ЧАСТЯМИ
БЕЗ ПЕРЕПЛАТ**

Удобные ежемесячные платежи без переплат – воспользуйтесь всеми преимуществами такой оплаты.

ЗАКАЖИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

Бесплатная линия

8 (800) 600-29-56

понедельник – воскресенье
8:00–20:00 по московскому времени

Код специального предложения **12746603**

Любовный треугольник, когда «Всем по 50»

В Москве завершились съёмки многосерийной мелодрамы «Всем по 50» режиссёра Станислава Назирова для телеканала «Россия».

Создатели проекта собрали на одной съёмочной площадке многих популярных артистов. В кадре появятся Мария Порошина, Сергей Жигунов, Ярослав Бойко, Анна Якунина, Максим Аверин, Марина Доможирова, Галина Безрук и многие другие.

Съёмки сериала проходили в Москве и Подмосковье. История разворачивается в большой семье. Юлия (ее играет Мария Порошина) и Арсений (эта роль досталась Сергею Жигу-



нову), казалось бы, счастливы в браке уже четверть века. Но после стольких лет совместной жизни муж уходит к молодой возлюбленной. Поставив крест на личной жизни, Юлия с головой ушла в заботу о детях и внуке. Но однажды в результате неприятного инцидента главная героиня знакомится с бывшим летчиком Романом (в исполнении Ярослава Бойко). Он, как и Юлия, тоже разочаровался в любви. Общение между ними с самого начала не ладится, но судьба будто нарочно толкает их друг к другу.

Премьера запланирована в эфире телеканала «Россия».

Фото телеканала «Россия»



Никита Панфилов стал акушером в сериале НТВ

На НТВ стартовал медицинский детектив «Акушер» с Никитой Панфиловым в главной роли. Он играет военного хирурга Глеба Каверина, который, вернувшись в родной Нижний Новгород, сразу влипает в неприятную историю. В результате он оказывается перед выбором, от которого зависит вся его дальнейшая жизнь. Также в проекте задействованы Лена Лотова, Артём Осипов, Виктория Романенко, Иван Агапов и Юлия Такшина.

– Такого персонажа я сыграл впервые, – рассказал Никита Панфилов. – Ни один мой герой из тех, что я играл ранее, не похож на Глеба Каверина. Поэтому придется посмотреть сериал, самому очень интересно, что получилось. У нас на площадке было достаточно много консультантов и все время, что мы снимали в больнице, присутствовали специалисты, и самой большой похвалой для меня было, когда один из консультантов сказал: «Вот сейчас я поверил, что это действительно операция». Мне было очень приятно.

Фото PR НТВ

Александр Метёлкин притворился роботом

Телеканал СТС завершил съёмки и готовит к показу многосерийную комедию «Кибер Иван».

В главной роли снялся Александр Метёлкин – звезда сериала «Тетьа Марта». Его герой Иван попадает в смешное положение: ломает робота, который должен был отправиться в дом чиновника. Иван решает на авантюру, и, притворившись роботом, попадает в дом к заказчику. А там его ждут удивительные испытания, самое сложное из которых – скрыть чувства к дочке хозяев. Метёлкин тщательно готовился к съемкам: смотрел фильмы про роботов и занимался с хореографом.

Чтобы усилить визуальный эффект, ему подобрали необычный костюм, белый парик и светло-серые линзы.

Михаил Галустян снова в Африке

В ЮАР стартовали съёмки нового экстремально-приключенческого шоу телеканала ТНТ «Новые звёзды в Африке». Создатели проекта обещают ярких участников, а также неожиданные правила игры. В эфире новое шоу появится уже весной.

У участников вообще не будет никакой еды! Зарабатывать придется кухонную утварь, еду и предметы первой необходимости во время прохождения испытаний. Участникам будут начисляться монеты, а потом они смогут принять решение, на что их потратить. Имена участников пока не разглашаются. А вот ведущими будут Ольга Бузова и Михаил Галустян.

Фото телеканала ТНТ



Реклама

БОГАТЫРЬ

+ БАКТОФИТ в составе

БИОГРУНТ В КОТОРОМ РАССАДА НЕ БОЛЕЕТ



office@lamatorf.ru

www.lamatorf.ru

ЛСМС
ТОРФ

ООО «Лам Торф», ОГРН 1105004000562

СЕКРЕТ УСПЕХА

Зарплата, расти!

Говорить о повышении зарплаты всегда непросто. Секрет успеха – в правильно подобранной аргументации.



Правильные доводы

- Просьба о повышении зарплаты прозвучит своевременно после удачно заключенной сделки, завершения важной работы: «Мой проект принес неплохой доход фирме, как вы считаете, эта работа достойна прибавки зарплаты?»
- Если значительно увеличилось количество работы, уместно сказать: «Я готов взять на себя дополнительные обязанности. Но считаю, что и зарплату необходимо пересмотреть, так как нагрузка увеличится».
- Можно продемонстрировать готовность работать больше и лучше: «Что я должен сделать, чтобы моя зарплата увеличилась?»

Плохие доводы

- Шантаж – не самый удачный вариант вести переговоры. Если скажете: «Или вы увеличиваете мою зарплату, или я ухожу!», скорее всего, услышите в ответ: «Уходите! Незаменимых нет». И вместо прибавки получите увольнение.
- Зарплату платят не за количество проработанных лет, а за эффективность. Поэтому неудачной будет фраза: «Я работаю здесь уже 5 лет, а мне ни разу не повышали зарплату!»
- Как говорилось в известном фильме, «кто сколько получает, только бухгалтерия знает». Поэтому аргумент «А почему Сидорову подняли зарплату, а мне нет?», неудачный. Скорее всего, вам скажут, что у вас разный объем работы, поэтому и зарплата разная.

Синдром пустого гнезда:

крах или перерождение?

Когда мои дети были маленькими, жена старалась строго соблюдать режим дня. Поэтому детство у них было строгого режима.



Синдромом пустого гнезда психологи называют семейный кризис, толчком к которому становится окончательное взросление детей.

Они окончили школу и уехали учиться в другой город, стали зарабатывать и начали жить отдельно – вариантов много. Родители остались как бы не у дел. Раньше вся жизнь крутилась вокруг подрастающего чада: надо приготовить еду, постирать, найти репетитора, отвезти к репетитору, проконтролировать подготовку к экзаменам и так далее. А что теперь? Пустота? Давайте разбираться.



Кто страдает в первую очередь?

С синдромом пустого гнезда так или иначе сталкиваются все родители подростков. Окончательная сепарация очень редко проходит безболезненно, и это нормально. Но две категории родителей страдают от ощущения пустого гнезда особенно:

✓ **Очень ответственные родители.** У них вся жизнь завязана только на потребности детей, а своей собственной практически нет. Хобби, общение с друзьями, личностный рост отодвинуты на второй и третий план. Все силы брошены на то, чтобы вырастить успешного ребенка.

✓ **Родители-одиночки.** Для таких мам (все-таки их подавляющее большинство, пап-одиночек меньше) расставание с ребенком – настоящая трагедия. Они как будто снова переживают разрыв с близким человеком.

Как пережить расставание?

Психологи рекомендуют несколько выходов из этой жизненной ситуации.

1 Подготовиться заранее. За 2-3 года до вылета ребенка из семейного гнездышка нужно задавать себе вопрос: «Что я буду делать, когда это случится? На что потрачу освободившееся время?» И продумать варианты: обзавестись новым хобби, обрасти новыми знакомствами, запланировать обучение чему-то новому (новой специальности, иностранному языку, танцам и так далее).

2 Прислушиваться к своим желаниям. Сосредоточившись на потребностях ребенка, родители частично перестают слышать свой внутренний голос. Важно научиться прислушиваться к своим истинным желаниям.

3 Понять, что наступило прекрасное время. Можно отправиться в путешествие, сделать ремонт, сменить гардероб – что угодно, чтобы провести психоло-

гическую черту под завершенным этапом жизни.

4 Поменять семейные ритуалы. Допустим, раньше в выходные вам всем семейством приходилось отсыпаться после трудной недели. Теперь же вечера освободились, можно наладить режим сна, а в выходные вставать как обычно и отправляться на какое-то интересное мероприятие – в музей, поездку выходного дня, завтрак с друзьями в любимом кафе.

Последствия разделения

Что чувствуют родители, чьи дети упорхнули из-под отчего крова? Бескрайнее одиночество, безысходность (как будто будущего нет и уже не будет), панические атаки, беспричинное беспокойство. В голову сами собой лезут дурные мысли, хочется по 100 раз на дню звонить своему ребенку, чтобы убедиться, что с ним все в порядке.

Особенно остро это ощущают женщины. Период расставания с выросшим ребенком у них часто накладывает на физиологические и гормональные изменения в организме, подступающий климакс. Перепады настроения только усиливаются, растет неуверенность в себе, порой даже наступает кризис среднего возраста.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Прадедушка кита и бегемота

Оказывается, у китообразных (к ним относятся киты, морские свиньи и дельфины) и бегемотов около 55 млн лет назад был общий предок *Cetancodonta*, обитавший... на суше. Да-да, в ходе эволюции разные ветви этого животного перешли к жизни в воде, причем совершенно независимо друг от друга. И хотя образ жизни у этих животных очень разный, и те, и другие прекрасно приспособлены к передвижению в жидкой среде. Только китообразные делают это всю жизнь, а бегемоты – время от времени.



Янтарная кунсткамера

Янтарь – постоянный источник вдохновения для ювелиров и поэтов. Первые делают из окаменевшей смолы прекрасные солнечные украшения, а вторые воспевают золотистые прозрачные слитки в стихах. Но есть и другие специалисты, для которых янтарь является объектом изучения, – энтомологи и археологи. Благодаря тому, что насекомые много миллионов лет назад утонули в смоле, ученые смогли детально изучить около 500 видов жуков, 60 видов муравьев, 450 видов двукрылых и огромное количество пауков.



Пуговка за пуговкой

Пока человечество не придумало пуговицы (а случилось это в 3 тысячелетия до н.э.), в качестве застёжек на одежде применялись шнуровки, булавки, многочисленные завязки и так далее. Но даже после изобретения пуговицы не сразу получили широкое распространение. Прежде их вручную, выпиливали из костей или отливали из металла, так что не каждому такая роскошь была по карману. Позже придумали делать пуговицы из стекла. В России это производство одобрила Екатерина II и поручила Михаилу Васильевичу Ломоносову организовать такую работу на стекольной фабрике.



Подводные красоты

Главная мечта спелеодайверов – самая длинная подводная пещера в мире – находится в России, в Пермском крае. Она называется Ординская и находится по левому берегу реки Кунгур. Вода в ней кристально чистая, из-за этого видимость составляет более сорока пяти метров. Ординская славится своими извилистыми и почти непроходимыми коридорами на протяжении более 5 км, поэтому насладиться красотами и изучить ее могут только самые опытные дайверы.

Светлана СИДОРЧУК

ПЛОХОЕ ЗРЕНИЕ НЕ ПРИГОВОР ИЛИ МОЖНО ВЕРНУТЬ СЕБЕ ЗРЕНИЕ, НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА?

Не вижу на расстоянии вытянутой руки. Почти всю жизнь так живу. На улицу страшно выйти. Чувствую себя беспомощной. Горько осознавать, что превратилась в обузу для детей. А что я могу с этим поделать? Так и оказалась в домашнем рабстве на старости лет. Ничего не оставалось, кроме как смириться.

Так было пару месяцев назад. Но ситуация изменилась. И я не могу с Вами не поделиться произошедшим. Ведь для кого-то это станет настоящим спасением.

МОЯ ИСТОРИЯ НЕ ПРИГОВОР

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

Моим спутником по жизни были очки, стационары и операции на глаза. А в 1996 году мне поставили диагноз — глаукома. А она, как правило, не лечится. Мне даже группу дали по инвалидности. Ну инвалид так инвалид, что уж теперь. Я-то думала, моего зрения мне хватит до смерти, но как же я ошибалась... На моей глаукоме стала нарастать катаракта. С каждым днём глаз покрывался пеленой. Видела я ровно то, куда смотрела, про таких ещё говорят: «Не видит дальше своего носа».

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

Так и мучилась, пока не увидела статью в одном медицинском журнале. Там рассказывали про аппарат ГЛАЗНИК. Современный, запатентованный аппарат для лечения глаз. Отзывы хорошие.

К тому же там писали об акции — результат или возврат денег. А такие предложения встречаются нечасто. Недолго думая, я поняла, что я, в общем-то, ничем не рискую. Тогда чего я жду? И я позвонила. С того дня моя жизнь круто изменилась!

ДОЖДАЛАСЬ

Я, как инвалид по зрению со стажем, сильных результатов не ждала. Но, как оказалось, напрасно! ГЛАЗНИК действует на глаза лазером. Вы ведь знаете, что сегодня 95 операций из 100 делают именно лазером?

Сейчас это настолько популярно и востребовано, что в эффективности не остаётся сомнений.

За таким лечением люди в очередях стоят. И, что самое главное, ГЛАЗНИК — это наш, российский аппарат, отечественного производства и сборки. Честно говоря, китайский аппарат я бы не рискнула попробовать, а здесь своё, родное!

Производитель аппарата ГЛАЗНИК — ООО «Медприбор СПб», г. Санкт-Петербург. А в Петербурге, как известно, работают лучшие учёные России. К тому же ГЛАЗНИК прошёл все клинические испытания на базе Санкт-Петербургского государственного медицинского университета им. академика Павлова, где была доказана его высокая эффективность, целых 89%! И это чистая правда. Ведь над созданием этого аппарата трудились ведущие учёные и медики страны.

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

САМОЕ ЛУЧШЕЕ ЛЕЧЕНИЕ ЗА ВСЮ МОЮ ЖИЗНЬ

Неважно, на какой стадии Ваше заболевание. Любой из нас сможет подправить свой режим лечения. Ведь у ГЛАЗНИКА их целых 10! Здорово, согласитесь?

Каждый режим полезен сам по себе и при этом усиливает действие других. Именно это сочетание помогает справиться с десятками воспалительных и дистрофических заболеваний глаз. С глазами как с цветками: нет питания — нет жизни.

И именно поэтому ГЛАЗНИК дарует нашим глазам новую жизнь. А дело вот в чём. Именно красное лазерное излучение аппарата расширяет сосуды. Кровь начинает циркулировать быстрее. И это замечательно!

Ведь ГЛАЗНИК действует не поверхностно, в отличие от капель, а глубоко, по всей структуре глаза. Благодаря чему питание обильно поступает в глаза вместе с полезными веществами.

Глазные мышцы начинают работать. Пробуждаются те рабочие процессы в глазах, которые практически атрофировались.

Стоит только надеть аппарат ГЛАЗНИК, как сразу чувствуются надёжность и уверенность. Аппарат будто сделан именно под мою голову. Крепления настолько плотные и удобные, сразу видно — качество! И лечиться им приятно и несложно, даже я разобралась. Теперь лечу глаза, сидя в кресле. Одно удовольствие! Будучи в этом аппарате, ощущаешь, как излучение направлено на глаза со всех сторон. Каждая клеточка подвергается лечению. А главное, что лечение ГЛАЗНИКОМ — это мягкая, восстанавливающая терапия, которая позволяет справиться с болезнями глаз без операции. Ведь операция решает проблему местно, а ГЛАЗНИК полностью обновляет Ваши глаза. Благодаря ему не только восстанавливается питание, но и очищаются слёзные каналы и уходит лишняя жидкость.

А значит, глазное давление падает (нормализуется) и развитие глаукомы останавливается. Вы можете сами убедиться в этом.

Пользуясь аппаратом ГЛАЗНИК, Вы это не только почувствуете, но и увидите изменения в зеркале. Ваш взгляд станет ясным, пройдут отёки и спадут мешки под глазами.

ГЛАЗНИК оказывает прямое действие на самые чувствительные клетки радужной оболочки и сетчатки глаза. Что отлично сказывается не только на лечении заболеваний глаз, но и на работе нервной системы.

**НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ
СВОЙ ЗАКАЗ!***
Всего **200** аппаратов «ГЛАЗНИК»
по **сниженной цене!**



Красное лазерное излучение восстанавливает её работу, а это благоприятно сказывается не только на настроении, но и на работе организма в целом! Укрепляется иммунитет!

ГЛАЗНИК — ВАШ ШАНС

Сейчас аппаратом ГЛАЗНИК лечусь и я, и мои близкие. И, честно сказать, результат превзошёл ожидания.

Я смогла разглядеть рисунок на обоях, представляете? Нет, Вы не представляете, это можно только почувствовать на себе! Это как запотевшее стекло протёрли сухой тряпкой (тканью). Всё видно! Для меня это прорыв, это моя личная победа!

А вот официальные показания к применению аппарата ГЛАЗНИК:

- ▶ глаукома;
- ▶ катаракта;
- ▶ близорукость (миопия);
- ▶ частичная атрофия и неврит зрительного нерва;
- ▶ дистрофические заболевания роговицы;
- ▶ конъюнктивит;
- ▶ ретинопатия диабетическая.

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

Чем раньше Вы станете обладателем ГЛАЗНИКА, тем больше у Вас шансов сохранить свои глаза! Предотвратить, остановить и победить заболевания глаз! Именно так работает ГЛАЗНИК.

У него есть подход к каждому заболеванию, как и метод лечения. Это не просто находка, это гордость современной медицины. ГЛАЗНИК — это прорыв, за которым будущее!

Торопитесь вернуть себе зрение, ведь возможности глаз не безграничны. Главное, будьте внимательны, дабы не нарваться на подделку.

Только у аппарата ГЛАЗНИК есть специальная защитная голограмма. Её невозможно подделать, она уникальна.

Ну и, конечно, заказывать нужно в проверенном месте. Я заказывала здесь: 8-800-333-17-38. Это бесплатная федеральная линия поставщика, всё расскажут, оформят, помогут и вовремя привезут. Я пользуюсь и довольна, чего и Вам желаю!

ВЕРНИТЕСЬ К ЖИЗНИ

Кто бы мне сказал лет 15 назад, что я, «слепая», смогу лечиться дома... Не поверила б! Ведь во времена моей молодости такого не было.

А сейчас медицина вышла на новый уровень в лице аппарата ГЛАЗНИК. Это моя жизнь, и она настоящая. Я вижу, сколько воды наливаю в бокал. Я выхожу на улицу! Я вижу! И Вы тоже можете видеть! Начните сейчас, не теряйте времени.

Чем раньше Вы это сделаете, тем больше шансов остаться зрячими! Ведь именно бездействие и страх — наши главные враги на пути к выздоровлению.

И если Вы сможете восстановить зрение, то эта статья не напрасна! Берегите себя! Смотрите на мир «новыми» глазами, свежим взглядом. Здоровья Вам и Вашим близким!

ОДОБРЕНО И ЗАРЕГИСТРИРОВАНО
Федеральной службой по надзору
в сфере здравоохранения

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

**Заказывайте аппарат
«ГЛАЗНИК»**
8-800-333-17-38
433507, г. Димитровград, а/я 476.
В письме укажите свой номер телефона.
Также Вы можете сделать заказ
на www.prodex.ru

Также Вы можете заказать аппарат
ГЛАЗНИК на www.apteka.ru.

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Стоимость доставки уточняйте у оператора. * Акция действует с 15.02.2023 г. по 15.03.2023 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. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. ООО «Тоток» ОГРН 121160004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК «КАТREN» ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская Область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11.

РЕКЛАМА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Популярное вокальное шоу «Ну-ка, все вместе!» Битва сезонов» на телеканале «Россия» в самом разгаре.

Сотня экспертов во главе с Сергеем Лазаревым буквально кипит, стараясь оценить лучших из лучших – финалистов предыдущих четырех сезонов. Среди членов масштабного жюри – известный певец и музыкант Алексей Глызин. Его голос всего лишь один из сотни, но зато какой! Алексей – непревзойденный авторитет в музыкальных вопросах...

Мнения противоположны

– Алексей, вы практически постоянный участник этого великолепного проекта. Расскажите о своих впечатлениях...

– О! Там очень весело! (Улыбается). В жюри сто абсолютно разных экспертов: музыканты, исполнители, композиторы, певцы, продюсеры и даже блогеры и спортсмены. Сейчас в нашей сотне, например, олимпийская чемпионка Светлана Мастеркова. То есть собрались совершенно разные люди по своему мировоззрению, отношению к музыке, и поэтому рождаются очень жаркие споры. Часто мнения экспертов по поводу исполнения номеров вообще диаметрально противоположны, но в этом и состоит интерес! Если бы все оценивали конкурсантов одинаково, было бы скучно.

В «Ну-ка, все вместе!» такого нет, каждый высказывает свою точку зрения, и иногда это возмущает лидера сотни Сергея Лазарева. Он очень соперничает участникам и недоумевает, когда кто-то из экспертов имеет отличное от большинства мнение (улыбается). На этот раз в спецпроекте «Битва сезонов» конкурсантам и экспертам будет вдвойне

ПОДРОБНОСТИ

– Ваш внук, который представляет это поколение, о котором сейчас говорят, не пошёл по вашим стопам? Музыкой не «болеет»?

– Нет. Денис еще учится в школе, отличник, дополнительно занимается на специальных курсах программистов. Я думаю, что придет время, и он станет хакером! (Смеется).

Алексей ГЛЫЗИН:

Настоящий музыкант всё время в поиске



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Желаю, чтобы ваши возможности совпадали с вашими желаниями. Особенно это касается женщин. Читайте «Сказку о рыбаке и рыбке», она очень поучительная.



сложнее, так как у одних – сильные соперники, у других – сложнейшая задача выбрать лучшего из лучших.

Нельзя успокаиваться

– Вы не первый раз принимаете участие в качестве члена жюри солидной сотни. Почему соглашаетесь? Что вам нравится в этом проекте?

– В любом случае, это что-то новое для меня, без

этого было бы не так интересно. Участие в шоу меня вдохновляет и поднимает настроение, а послушать молодые таланты – особенное удовольствие. Гастрольная жизнь, концерты в разных городах, встречи со зрителями, поклонниками – это замечательно, но телевизионные проекты таят в себе что-то неизведанное, непредсказуемое, и этим они притягательны.

– Научить творчеству невозможно, а обучиться ремеслу может каждый. На что, на ваш взгляд,

должны в первую очередь обращать внимание начинающие певцы?

– Прежде всего, надо очень любить то, чем ты занимаешься. Творец, художник отличается от ремесленника тем, что он все время в поиске, не довольствуется тем, что есть. Он в постоянном движении, пробует себя в различных стилях, придумывает коллаборации. В нашей профессии, если хочешь чего-то достичь, нельзя успокаиваться.

ся, довольствоваться тем, чему однажды научился. Это, если хотите, жертвенность, про полное погружение в процесс.

Начинал с Высоцкого и «Битлов»

– Интересно, с чего для вас начиналась эстрада, какие песни нравились подросткам? На чьих песнях выросли?

– Все началось с Высоцкого. Помню, посмотрел фильм «Высота», где он исполняет песню «На нейтральной полосе», и был очарован. Семиструнная гитара, голос, слова – все легло на душу. Потом случайно услышал на пленочном магнитофоне музыку, которая сильно «зацепила». Песня была на английском языке, которого я не знал, но музыка звучала такая, что хотелось слушать и слушать. Потом узнал, что есть такая ливерпульская четверка,

Кошка сама по себе

– Знаю, что вы любите братьев меньших, что у вас дома есть собаки и кошка...

– Собаки – невероятно прекрасные существа. Это кошка живет сама по себе, спокойно обходится без хозяина. А собака в твое отсутствие скучает и, когда возвращаешься домой, встречает тебя так радостно, бросается на шею, а потом ходит за тобой по пятам, что диву даешься. Редкая кошка ходит за хозяином, и то лишь тогда, когда выпрашивает поесть.

– Правда, что одну из собак забрали из питомника?

– Было дело. Слава богу, в выборе не ошибся. Песик оказался замечательный, позитивный. Мне вообще кажется, что общение с животными не дает человеку зачерстветь, воспитывает в нем лучшие качества: бережно относиться ко всему живому, быть добрее.

Движение – жизнь

– Вы говорили о музыкантах, которые всё время в работе, в поиске, в движении. И сами – из их числа, вас сложно застать на одном месте, трудно договориться об интервью, поскользнулся график ваш плотный. Но любому человеку, даже само-

му одержимому, требуется отдых. Как отдыхает Алексей Глызин?

– Я за активный отдых. Лежать на диване и смотреть телевизор – не про меня. Если отпуск, то в движении. Каждый день стараюсь пройти или пробежать километров 10-15. Бы-

страя ходьба, велосипеды, теннис, плавание, футбол – это все люблю. Нужно всегда находиться в тонусе, в движении, даже на отдыхе, чтобы однажды, встав к зеркалу, не удивиться – куда же девалась талия и откуда вдруг второй подбородок? (Смеется).

Телевизионные проекты таят в себе что-то неизведанное, непредсказуемое, и этим они притягательны.

Ольга Хохлова снялась более чем в 230 картинах. Несмотря на то, что она всё время занята (снимается в кино, играет в театре, гастролирует), всегда излучает позитив, никогда не жалуется на усталость и готова делиться с другими своей доброй энергией.

Но, как бы ни была занята эта артистка, бытовые заботы имеют место в ее плотном жизненном графике.

Если отдал завтрак, ужин можешь съесть сам

– Жизнь актёрская такова, что много работы приходится на вечер, особенно если ты работаешь в театре. Стало быть, домой возвращается поздно. А после трудового дня хочется перекусить. Что думаете по поводу того, нужно и можно ли есть на ночь? Или лучше ужин отдать врагу?

– Ужин я съем сама. Лучшее отдам свой завтрак, это запросто. Утром есть не хочется, разве что выпить кофе. Поэтому, если ты отдал свой завтрак, ужин мо-

Детали

Кефир на здоровье

– Помните самое первое блюдо, которое научились готовить?

– Наверное, это бутерброд с колбасой и ломтиком помидора, а еще хлеб с маслом и сахаром. Делала себе такие бутерброды и бежала во двор гулять. Было чудесно!

– Расскажите о семейных традициях, связанных в вашей семье с едой...

– Мой папа, например, любил выпивать стакан кефира на ночь, считая, что это полезно, и при этом всегда приговаривал: «Прямо как в доме отдыха».

Ольга ХОХЛОВА:

Домашние застолья – это скрепы, на которых держится семья

жешь съесть сам (улыбается).

– Расскажите, вы любите готовить и есть ли у вас свои фирменные кулинарные секреты?

– Я очень люблю готовить борщ, правда, удается это редко. Мой секрет наваристого вкусного борща заключается в том, что сначала нужно две картошки сварить в бульоне целиком, потом растолочь и положить обратно. Тогда борщ получается сахарный, разваристый. Этот простой секрет мы переняли с мамой от бабушки.

Шашлык заворачивали в сало

– Что-нибудь вкусное привозите из гастролей и путешествий? Какое блюдо привозило на вас незабываемое впечатление?

– С Дальнего Востока привожу гребешки, которые обожает мой муж. Когда бываю на Кубани, обязательно покупаю сало и черный хлеб с перчинкой. А недавно привезла из Амурской области колбасу из мед-

ведя. Зятю очень понравилось.

Если говорить о том, что произвело на меня неизгладимое вкусовое впечатление, в пору вспомнить Бишкек, где в местном ресторане ели печеночный шашлык. Каждый кусочек был завернут в сало, и шашлык прямо таял во рту. А когда мы были со спектаклем «Семейка Фани» в Казахстане, прокатчики угощали нас молодой бараниной, которая тоже таяла на языке.

– Какой стол для вас понастоящему праздничный, что хотелось бы на нём видеть?

Картошка с маслом и селёдка

– В чём себе отказываете, когда надо войти в форму?

– Если для роли нужно похудеть, то ем маленькими порциями, сильно их уменьшаю. Самое главное в похудении – это каждодневные усилия, которые ты для этого прилагаешь. И еще, у меня дома стоит тренажер велосипед, каждый день проезжаю на нем полчаса.

– Что стараетесь приготовить, когда приходят гости? Есть у вас рецепт блюда, которое делается быстро и просто, если друзья свалились как снег на голову?

– Мои гости обычно приносят еду с собой (смеется). А мы варим картошку с маслом и угощаем их слабосоленой селёдкой, которую я обожаю.

– Очень люблю традиционную сибирскую еду: пельмени с мясом, квашеную капусту в исполнении брата Сергея, слабосоленый байкальский омуль.

– А если говорить о сладком?

– Из сладкого предпочитаю безе, мятные конфеты и конфеты со вкусом винограда.

– Что согласились бы есть каждый день?

– Томаты с руколой и, наверное, пельмени.

Наталья АНОХИНА

БЛИЦ-ОПРОС

Романтика – это когда идешь по жизни со своей любимой музыкой.

Любимая книга – это то, в чем всегда нуждаешься, без нее пустота.

Весёлые друзья – это подарок, роскошь.

Отличный отдых – это солнечная погода. Очень люблю солнце.

Фотосессия – это труд, пусть радостный, но труд.

Домашний питомец – это большая ответственность и любовь.



Фото: Татьяна Турмалин

Кстати

Оливье от Елены

– В вашей семье вы практикуете большие семейно-родственные застолья?

– На мой взгляд, домашние застолья – это скрепы, на которых держится семья. И такое застолье – обязательно на Новый год. И вообще, по-моему, домашний Новый год – это подарок свыше, в котором заложен огромный смысл. Как только младшая дочь вышла замуж, наше новогоднее веселье переместилось из квартиры в дом. И вот уже восемь лет каждый Новый год встречаем у сватов. Сватья Елена – уникальная женщина: готовит, шьет, вяжет... Мне кажется, это парадокс – когда женщина готовит роскошный стол, и у нее получается при этом оставаться красивой и стройной. Рульки, пловы, рыба тушеная, салаты необыкновенной вкусноты, даже простое «Оливье от Елены» самое вкусное в России. И главное – вся семья за столом! Это счастье, это уже наша семейная традиция. Один год мы, правда, пропустили (пандемический), и было очень от этого грустно.

Есть еще одна печаль – не хватает моего папы с баяном. Он был педагогом-народником, преподавал баян в музыкальной школе. Этот инструмент – продолжение его самого. Конечно, в детстве за столом мы пели всей родней «Славное море, священный Байкал», «По диким степям Забайкалья», «Что стоишь, качаясь, тонкая рябина»... Вспоминаю сегодня об этом, и хочется плакать.

НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✔ Более 100 рецептов самых популярных национальных блюд в каждом номере.
- ✔ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве персон.
- ✔ Советы по приготовлению.

- ✔ Рассказы о том, как эти блюда появились и какими стали в наши дни.
- ✔ Секреты национальных приправ.
- ✔ Подробности выбора посуды для приготовления и подачи национальных блюд.

12+ РЕКЛАМА

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 10 ФЕВРАЛЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON
ozon.ru¹

WILDBERRIES
wildberries.ru²



На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: Журнал Домашний повар

¹ ООО «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. 1, комн. 6. ОГРН 1027739244741. ² ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр.1. ОГРН 1067746062449

Наши глаза очень чувствительны, они реагируют на малейшее внешнее раздражение, даже если мы этого не замечаем. Поэтому очень часто потеря остроты зрения становится для нас неприятным сюрпризом.

Сегодня мы расскажем о простых правилах, придерживаясь которых, можно сохранить хорошее зрение надолго. В наше время нагрузка на глаза человека чрезвычайно высока. Когда наши родители следили только за тем, правильно ли мы читаем книги, они и представить не могли, что появятся компьютеры и смартфоны, оказывающие на зрение гораздо более мощное влияние. Правила гигиены зрения дописываются теперь с учетом современных реалий.

Заглянем в тарелку

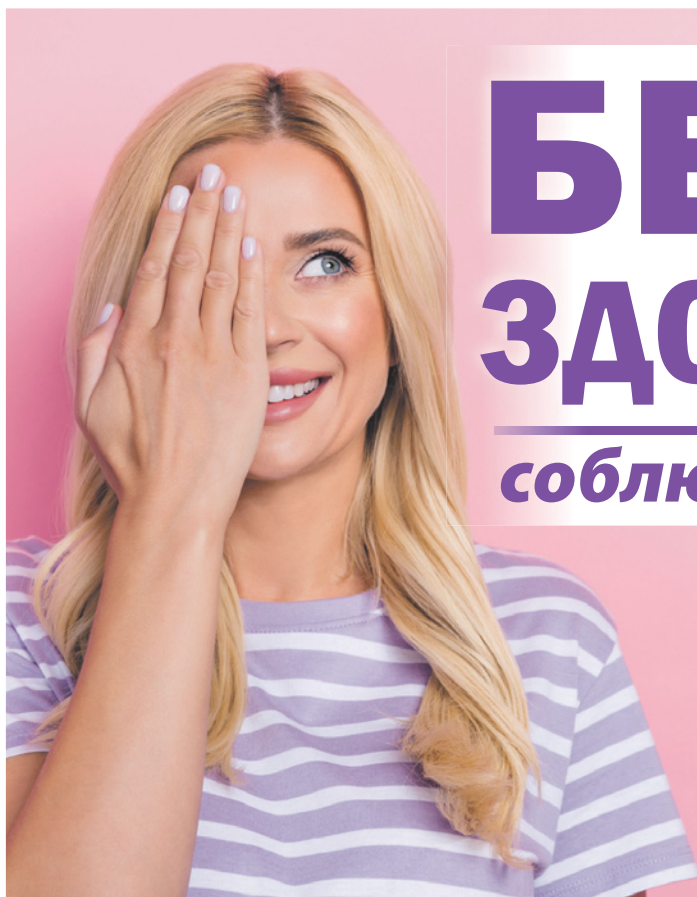
Правильное питание – один из основных элементов гигиены зрения. Ведь для нормальной работы органов зрения необходимы определенные вещества, которые можно получить с пищей. Это витамины А, С и Е, а также каротиноиды лютеин и зеаксатин. Продукты, содержащие эти вещества, необходимо включить в ежедневный рацион.

ВИТАМИН А способствует поддержанию остроты зрения, его дефицит в организме может привести к развитию гемералопии – «ночной слепоты», – при которой глаза теряют спо-



собность адаптироваться к перемене освещения, и в результате человек очень плохо видит в сумерках. Витамин А содержится в печени, твороге, моркови, луке, зеленом горошке, помидорах, листовом салате.

ВИТАМИН С необходим для бесперебойного поступления крови к сосудам глаз и защиты от вред-



БЕРЕЖЁМ здоровье глаз

соблюдаем простые правила

Два приятеля:

– Не верю я, что женщины любят ушами, а мужчины любят глазами.

– Почему?
– Что же это выходит – поморгал в уши, и вся любовь?!



Как читать, смотреть, работать



ЧИТАЕМ КНИГИ И ЖУРНАЛЫ

- не рекомендуется читать лежа и при плохом освещении;
- книга должна быть расположена на расстоянии примерно 30 см от глаз;
- каждый час нужно делать перерыв и переводить взгляд вдаль.



СМОТРИМ ТЕЛЕВИЗОР

- не рекомендуется смотреть телевизор как в темноте, так и при слишком ярком освещении;
- при длительном просмотре передач или фильмов нужно делать перерыв.



РАБОТАЕМ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ

- расстояние от глаз до экрана – не менее 30 см;
- желательно, чтобы верхний край монитора был на 10 см ниже уровня глаз;
- надевайте очки, если вы их носите;
- чаще моргайте или используйте увлажняющие капли для глаз;
- если работаете за компьютером более 4-х часов в день, каждый час делайте перерывы на 10-15 минут, во время которых очень желательно выполнять упражнения для глаз;
- следите за чистотой монитора – чаще вытирайте с него пыль.

Гимнастика от усталости



Упражнения для снятия усталости глаз простейшие, но исключительно эффективные. Делать их нужно, сидя в удобной позе, лучше на стуле с поддерживающей спинкой.

1 Сесть у окна и сфокусировать взгляд на предмете, расположенном как можно дальше, через 20 секунд перевести взгляд на оконную раму; повторить 4-5 раз.

2 Закрыв глаза, вращать глазами 4-5 раз сначала в одну сторону, затем в другую.

3 Не открывая глаз, несколько раз опускать и поднимать глазные яблоки.

4 Открыть глаза и сделать несколько движений сначала вверх-вниз, затем – вправо-влево.

5 Открыть глаза и, глядя прямо перед собой, часто-часто поморгать в течение 30 секунд.

ных лучей. Этот витамин содержится в большом количестве в цитрусовых, капусте (особенно квашеной), шиповнике, клюкве, смородине (особенно черной).

ВИТАМИН Е – природный антиоксидант, поддерживает нормальную работоспособность органов зрения, необходим для профилактики их различных заболеваний и



развития негативных возрастных изменений. Этот витамин содержится в сливочном масле, бобовых, крупах, орехах.

Лютеин и зеаксатин жизненно необходимы для органов зрения, особенно хрусталика и сетчатки. Эти вещества содержатся в большом количестве в ягодах черники, яйцах, а

также в овощах и фруктах зеленого цвета, листовой капусте, шпинате.

Спорт для зрения

Как и любой другой орган нашего тела, глаза нуждаются в движении, своего рода гимнастике. Отличным занятием для профилактики и поддержки здоровья органов зрения являются бадминтон, настольный и большой теннис. Дело в том, что кроме активного движения всего тела при занятии этими видами спорта глаза постоянно работают – следят за перемещением мячика или волана. Это чрезвычайно полезно для зрения, особенно для поддержки в тонусе глазных мышц. Не менее полезно плавание, которое обеспечивает хорошее кровоснабжение в области шейных позвонков – это одно из самых необходимых условий нормальной работы органов зрения.



Говорят, что судьба благосклонна к тем, кто играет с ней дерзко.

Она может щедро одарить, но потом и отнять. Закон сохранения энергии: если где-то прибыло, значит, где-то убыло.

Я с детства мечтала быть врачом. Более нужной и гуманной профессии не представляла. Родители поддерживали мой выбор, тем более что в нашем роду уже были доктора.

Баянист молоденький

В медицинский поступила с первого раза. После отлично сданной сессии за 3-й курс с подружкой поехали на Черноморское побережье, в дом отдыха. По утрам там проводили зарядку «под баяниста». Я и предположить тогда не могла, что те летние канюлы перевернут мою жизнь, и ее сценарий стремительно начнет развиваться по популярной некогда песенке: «Баянист молоденький, звать его Володенька. Через месяц, через два будешь ты его жена».

В то утро мы с Мариной расположились, как обычно, на пляже. К нам подошел голубоглазый баянист и вместо традиционного приветствия выпалил:

– Девчонки, мое сердце покороно! Решил жениться! Как предложение? Можно завтра подать заявление.

Подруга захихикала, повертела пальцем у виска и пошла купаться. А мне захотелось поболтать с этим веселым массивиком-затейником, поупражняйся, так сказать, в остроумии.

– Во-первых, мы не знакомы. Во-вторых, у Маришки есть жених. В-третьих, назови мне хоть одну причину, по которой надо быстренько

Талант быть счастливой



“**Любовь – это полное слияние умов, мыслей, душ, интересов, а не одних только тел. Любовь – громадное, великое чувство, могучее, как мир, а вовсе не валяние в постели».**

Александр Куприн

Мне еще два года учиться. И потом, я тебя совсем не знаю.

«Жених» уже на полном серьезе стал обрисовывать ситуацию.

– Подадим заявление в ЗАГС, по правилам надо будет ждать пару месяцев. За это время ты в меня влюбишься. И институт закончим, не переживай.

Игра в замужество

Мы с Мариной вернулись с моря домой. Володя обещал быть через неделю, приехал через три. Мобильных телефонов тогда не было, и эти дни ожидания меня потрясли. Сначала – злость на обманщика, потом нежность к едва зародившемуся и потерянному чув-

ству. Когда жених наконец приехал, я вполне осознанно была готова идти за него замуж.

Он был удивительный: легкий, веселый, озорной, душа любой компании. С первой минуты покорила его энергия сметала все преграды и не знала границ. Вскоре под марш Мендельсона мы сказали друг другу «да».

Я благополучно окончила институт, стала врачом-неонатологом. Володя поступил в институт культуры. Музыкально одаренный и деятельный, он создал там свой ансамбль, который вскоре стал очень популярным.

Заработанные деньги почти все уходили в дело: музыкальные инструменты, реквизит. Мы жили скромно, но весело и, главное, душа в душу.

Крах всем надеждам

«Случайно» поженившись, о детях не задумывались и не мечтали. Оба хотели сначала состояться в профессии. С годами мысли о малыше стали занимать все больше и больше. Рождение новой жизни – настоящее чудо, в котором я ежедневно принимала участие на работе в клинике. Не передать словами те чувства, когда узнала, что сама вскоре стану мамой. Володя был счастлив!

Мне не повезло. Когда переходила дорогу, машина, подъезжавшая к пешеходному переходу, вместо того, чтобы притормозить, увеличила скорость. Оказалось, водитель был новичком и перепутал педали тормоза и газа. Удар пришелся в область живота...

Я восстанавливалась долго и мучительно. Физическая боль была ничем в сравнении с душевной. Мне никогда уже не суждено было стать матерью. Володя сначала очень меня поддерживал, заботился, старался предугадать и исполнить все мои желания. Потом начал тихонько отдаляться, все больше занимался творчеством.

– Может, разведемся? – как-то вечером предложила я, понимая, что на-

ша семейная жизнь потихонечку заходит в тупик.

Он ответил резко и безапелляционно:

– Забудь об этом раз и навсегда! Мы давно с тобой единое целое, и жизнь у нас одна на двоих.

Ребёнок был жив

В тот вечер я дежурила в клинике. Скорая привезла совсем юную роженицу в тяжелейшем состоянии. Бывшая детдомовская девчушка оказалась один на один со взрослой жизнью. Несмотря на все усилия врачей, спасти ее не удалось, но ребенок был жив!

Я взяла на руки крошку, и что-то там в душе у меня повернулось. За годы работы неонатологом через мои руки прошли сотни детей, но ни один из них до этого момента не вызвал во мне подобных чувств. Малыш занял все мои мысли. Володя поначалу настроенно отнесся к идее усыновления ребенка. Но, видя мои метания, вдруг сказал:

– Если этот малыш занял всю твою душу, если ты мучаешься и страдаешь, давай возьмем в семью.

К нашему удивлению, проблем с оформлением документов не было. Родственников у малыша не оказалось, наша семья подходила по всем параметрам, и соответствующие госорганы не нашли препятствий для усыновления. Когда мы забирали Илюшку, он крепко вцепился в «папу» и не захотел его отпускать.

Где-то я услышала, что быть счастливым – это талант. Двадцать пять лет прошло, но мне ни разу не встретился мужчина умнее, добрее, ласковее моего Володи.

Впрочем, я и не искала...

ОЛЬГА

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



Судоку

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

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

7 ПЕРВЫЙ



21.45 «НАЧАЛЬНИК РАЗВЕДКИ». (16+)

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

РОССИЯ 1



17.30 «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+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «МЕЖДУ НАМИ ГЛУБОКОЕ МОРЕ». (12+) Андрей и Вера Баталовы приезжают в Турцию, чтобы отметить годовщину семейной жизни. Они знакомятся с рыбаком и владельцем небольшого отеля Кемалем Ташимом и его женой Светланой. Их сын Эмиль несколько лет назад перестал говорить...
- 23.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.25 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
- 04.05 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

НТВ



20.00 «АКУШЕР». (16+)

- 04.45 «СТАЖЁРЫ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ДЕЛЬТА». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ДЕЛЬТА». (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 «АКУШЕР». (16+) У одной из пациенток, жены боксера Нины, Каверин находит редкую патологию - блуждающую селезёнку, чреватую смертельным брюшным кровотечением...
- 22.00 «МЕЛЬНИК». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «МЕЛЬНИК». (16+)
- 00.25 «НЕВСКИЙ: ЧУЖОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ». (16+)
- 04.30 «Их нравы». (0+)

СТС



08.45 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.20 Уральские пельмени. (16+)
- 08.45 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА». (16+)
- 10.45 «КУХНЯ». (16+)
- 15.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
- 20.00 Премьера! Суперниндзя. (16+)
- 23.00 «ОСОБНЯК С ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+) Агент по продаже недвижимости Джим Эверс стремится проверить сделку всей своей жизни - он покупает старый заброшенный дом с целью сделать из него шикарный особняк для перепродажи.
- 00.45 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 01.45 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.00 «б кадров». (16+)
- 05.15 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

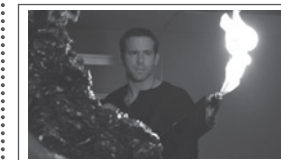
ТНТ



20.00 «ПАТРИОТ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 17.30 «ОЛЬГА». (16+)
- 20.00 «ПАТРИОТ». (16+) Катя рисует себе синяк, чтобы получить айфон от Скворцова. Бабушка приходит к Сане и просит его разобраться со Скворцовым. Валера учит Макса кататься на велосипеде.
- 21.00 «ИСПРАВЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)
- 22.00 «ВАМПИРЫ СРЕДНЕЙ ПОЛОСЫ». (16+) Под Смоленском полиция находит обескровленные тела. Громким делом занимается московский следователь.
- 23.15 «СТРИПТИЗЁРШИ». (18+)
- 01.20 «Импровизация». (16+)
- 03.45 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.15 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.45 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.00 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)

- 05.00 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 03.05 «Тайны Чапмана». (16+)
- 20.00 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
- 22.10 «Водить по-русски». (16+)
- 23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
- 00.30 «ПОЦЕЛУЙ ДРАКОНА». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Тайны Медовой долины». (12+)
- 05.20 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
- 05.40 Пятница News. (16+)
- 06.05 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
- 06.25 «Простоквашино». (0+)
- 07.30 Гастротур. (16+)
- 08.20 На ножах. (16+)
- 14.50 Битва шефов. (16+)
- 19.00 Молодые ножи. (16+)
- 23.00 «КТО Я?» (16+)
- 01.10 Пятница News. (16+)
- 01.40 «СОТНЯ». (16+)
- 03.40 Пятница News. (16+)
- 04.05 «Простоквашино». (12+)

Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.50 «Барышня - Крестьянка». (16+) Героинями реалити «Барышня-Крестьянка» становятся девушки из абсолютно разных миров: одна живет в роскоши и сорит деньгами, другая живет на пять тысяч в месяц.
- 09.55 20.00 «КЛОН». (16+)
- 11.50 «МастерШеф: Профессионалы». (12+)
- 15.55 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
- 02.05 «Измены». (18+)
- 03.45 «Барышня - Крестьянка». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
- 06.20 Улётное видео. Топ-35. (16+)
- Популярный ведущий Артем Хворостухин собрал для тебя самые яркие сюжеты со всего мира.
- 07.10 КВН ярче. (16+)
- 08.00 Утилизатор. (12+)
- 09.30 Утилизатор. (16+)
- 10.00 Улётное видео. (16+)
- 12.00 КВН ярче. (16+)
- 14.00 «+100500». (16+)
- 18.00 Охотники. (16+)
- 20.00 Решала. (16+)
- 23.00 Опасные связи. (18+)
- 03.30 Невероятные истории. (16+)

МИР

- 06.40 «СТАРАЯ ГВАРДИЯ. ПРОЩАЛЬНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (12+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.20 Новости
- 10.10 Белорусский стандарт. (12+)
- 10.20, 18.50 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15, 01.35 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 16.45 Мирное соглашение. (16+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 «БРАТАНЫ-4». (16+)
- 01.10 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 02.35 Вот такая петрушка. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.10 18.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)
- 11.30 «Новости Совета Федерации». (12+)
- 11.45 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (12+)
- 15.10 23.20 «УСКОЛЗЯЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
- 17.00 «Формула здоровья». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 21.00 «ЕЩЁ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (12+)
- 22.35 «Очень личное с Виктором Лошаком». (12+)
- 01.00 ОТражение. Главное. (12+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе» (16+)
- 05.20 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- 09.40 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+) Секретной группе разведывательного управления РККА поручают только самые сложные задания. Уничтожение отряда фашистских провокаторов, переброска секретных документов, поимка вражеских диверсантов и многие другие подвиги группы будут храниться в военных архивах...
- 16.50 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР». (16+)
- 23.59 «Путь к Победе» (16+)
- 01.00 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 02.40 «ЗОЯ КОСМОДЕМЬЯНСКАЯ». (18+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.50 «Морики Дорики». (0+)
- 09.00, 00.30 «Сказочный патруль». (0+)
- 09.35, 00.00 «Ник-изобретатель. Дружба в комплект не входит». (0+)
- 10.00, 14.00, 17.15 «Фиксики». (0+)
- 10.25, 14.25, 22.50 «Просто о важном. Про Мир и Гошу». (0+)
- 10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
- 11.00 «Черепашки. Разноцветные штаны». (0+)
- 11.25, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 15.30 «Простоквашино». (0+)
- 17.00 Друзья на все времена. «Футбольные звезды». (0+)
- 18.00 «Приключения Бубы». (6+)
- 18.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 19.00 «Лео и Тиг». (0+)
- 20.55 «Машины сказки». (0+)
- 21.25 «Спина к спине». (0+)
- 22.00 «Супер 10». (6+)
- 22.25 «Смешарики. Пин-код». (0+)
- 23.00 «Братцы кролики». (6+)
- 23.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 01.00 Друзья на все времена. «Обезьянки». (0+)
- 01.35 «Малышарики идут в детский сад». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Бинг». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
- 07.40 «Монски». (0+)
- 10.15 «Петроникс». (0+)
- 10.45 «Три кота». (0+)
- 12.55 «Супер10». (6+)
- 13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
- 15.20 «Супер МЯУ». (0+)
- 17.55 «Оранжевая корова». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Геройчики». (0+)
- 22.00 «Бен 10». (12+) Однажды Бен Теннисон находит инопланетное устройство Омнитрик, которое способно превращать его в разных супергероев-пришельцев. Теперь Бену предстоит сражаться с монстрами, роботами и злодеями и защищать Землю от угрозы инопланетного вторжения.
- 22.25 «Как Маша поспорилась с подушкой». (0+)
- 22.35 «Маша больше не лентяйка». (0+)
- 22.40 «Маша и волшебное варенье». (0+)
- 22.50 «Снегурка». (0+)
- 23.00 «Просто так!» (0+)
- 23.10 «Герои Гуджигусу». (6+)
- 23.25 «Барбоскины». (0+)
- 02.05 «Что в тарелке?» (0+)
- 02.20 «Дикие приключения Блики Билла». (6+)
- 03.20 «Малышарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00, 05.25 События в истории. (12+)
- 01.30, 05.55 Библиотеки России. (6+)
- 01.55, 04.45 Историограф. (12+)
- 02.40 1937. Год страха (12+)
- 03.10 Тайное становится явным. (12+)
- 03.20, 06.20 Историада. (12+)
- 04.15, 07.15 Меценаты России. (6+)
- 07.45 История образования в России. (12+)
- 08.00, 08.45, 09.40, 10.30 «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (12+)
- 11.15 Судьба одного химика. (12+)
- 12.00 «МАРКО ПОЛО». (18+)
- 13.25 Битва оружейников. (12+)
- 14.05 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)
- 15.00 «ОБОРОНА СЕВАСТОПОЛЯ». (12+)
- 16.00 Хроники общественно-го быта. (12+)
- 16.10 Освободители. (12+)
- 16.55 Народовластие. (12+)
- 17.20 Семь дней истории. (12+)
- 17.35 Музейный феникс. (12+)
- 18.05 Россия. Связь времен. (12+)
- 18.30 Россия. Связь времен. (12+)
- 19.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)
- 20.00 Первая мировая (12+)
- 20.55, 21.25 Карл V. Пути императора. (16+)
- 22.00 Пешком по Москве. (6+)
- 22.15 Без срока давности. (12+)
- 23.05 Собор Парижской Богоматери. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00 Секреты цивилизации. (12+)
- 06.55, 07.45 Военные заводы. (12+)
- 08.35 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Гибралтара. (12+)
- 09.30 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища средиземноморских островов. (12+)
- 10.25, 11.30 Древние небеса. (12+)
- 12.30 Взлом кодов: Код банды. (16+)
- 13.25 Взлом кодов: Код, который выиграл Первую мировую. (16+)
- 14.25 Королевские жены на войне. (12+)
- 15.30 Частная жизнь: Принцесса Маргарет. (16+)
- 16.25 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+)
- 17.20 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Аравии. (12+)
- 18.15, 19.05 5000 лет истории Нила. (12+)
- 20.00 Взлом кодов. (16+)
- 21.00 Загадки чудес в Лурде. (12+)
- 22.00 Военные заводы: Первые великаны. (12+)
- 22.50 Военные заводы: Двигатель, который выиграл войну. (12+)
- 23.40 Королевские жены на войне. (12+)
- 00.45, 01.35 Частная жизнь. (12+)
- 02.20 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)
- 03.05, 04.00 Древние небеса. (12+)
- 04.55 Взлом кодов. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.40, 18.15, 23.45 О самом главном. Лишай. Самое важное. (12+)
- 06.50 На приёме у психолога. Лень. (12+)
- 07.20 Психология. Неврозы. (12+)
- 07.50, 08.15, 11.45, 12.15, 14.30, 15.00, 17.20, 17.50, 21.55, 22.25, 00.40, 01.10 Будь в тонусе! (12+)
- 08.45 О самом главном. Псориаз. Кому он грозит? (12+)
- 09.45 Тайны мозга. (12+)
- 10.30 Медицинский квест. Артроз. (12+)
- 11.15, 04.15 Метод исследования. Лор-заболевания. (12+)
- 13.35 Открытый разговор. (12+)
- 14.05 10 решений доктора Карташевой. (12+)
- 15.30 О самом главном. Лекарства, которые вредят сердцу. (12+)
- 16.25 На приёме у доктора Малявина. Во все лёгкие. (12+)
- 16.55 Это лечится. Непослушный ребёнок. (12+)
- 19.10, 01.40, 05.05 Теледоктор. (12+)
- 20.05, 02.30 Большой скачок. Правда о молоке. (12+)
- 20.30, 02.55 Большой скачок. (12+)
- 21.00 О самом главном. Инфаркт и инсульт. Повторные приступы. (12+)
- 22.55, 23.20, 03.25, 03.50 Большой скачок. (12+)
- 04.40 Метод исследования. (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

ТВЦ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

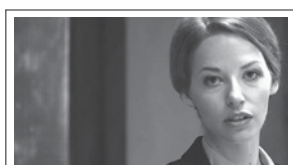
5 5-й КАНАЛ

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



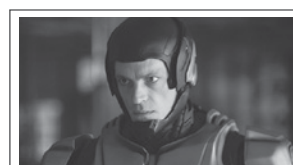
15.00 Новости культуры

07.30 10.00 15.00 19.30 23.40
Новости культуры
07.35 01.05 «Осада Алезии»
09.05 16.30 «АНТОША
РЫБКИН»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.00 XX век
12.20 Дневник XVI Зимнего
международного
фестиваля искусств
в Сочи
12.50 «ТАЙНА «ЧЕРНЫХ
ДРОЗДОВ»
14.30 «Надежда Казанцева»
15.20 «Агора»
16.20 Цвет времени
17.20 20 лет Национальному
филармоническому
оркестру России
18.45 «Сталинград»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.35 «Спокойной ночи,
малыши!»
20.55 «Семена, которые спа-
сут человечество»
21.35 «Сати. Нескучная клас-
сика...»
22.20 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ»



15.10 «СВОИ». (16+)

06.00 «Настроение»
08.15 «Большое кино». (12+)
08.55 «ВЕЧНАЯ СКАЗКА». (12+)
10.55 «Городское собрание». (12+)
11.30 События
11.50 «НАПАРНИЦЫ». (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «Петровка, 38». (16+)
15.10 «СВОИ». (16+)
16.55 «Секс-бомбы со ста-
жем». (16+)
17.50 События
18.05 «Петровка, 38». (16+)
18.20 «ЖИЗНЬ, ПО СЛУ-
ХАМ, ОДНА». (12+)
22.00 События
22.40 Спецрепортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.30 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Тайная комната.
Эммануэль Макрон». (16+)
01.25 «Михаил Любезнов.
Маменькин сынок». (16+)



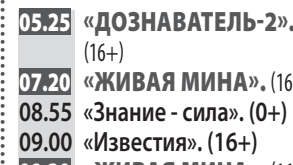
22.30 «РОБОКОП». (16+)

06.00 Утренние гадания. (16+)
06.15 «Мультфильмы». (0+)
08.00 Охотники за при-
видениями. Битва за
Москву. (16+)
09.15 Утренние гадания. (16+)
09.30 «Слепая». (16+)
11.15 Знаки судьбы. (16+)
12.20 Мистические истории. (16+)
13.30 Гадалка. (16+)
16.15 «Старец». (16+)
17.20 «Слепая». (16+)
18.30 Любовная магия. (16+)
19.30 «Слепая». (16+)
20.30 «МАЖОР». (16+)
Проходит полгода после
событий предыдущего
сезона, Игорь дестаби-
лизирован, но находит
в себе силы начать все
заново.
22.30 «РОБОКОП». (16+)
00.45 «ОТЕЦ». (16+)
02.15 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ
ДВЕРЬ». (16+)
04.30 Фактор риска. (16+)



06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)

06.30 По делам несовер-
шеннолетних. (16+)
08.25 Давай разведёмся! (16+)
09.25 Тест на отцовство. (16+)
11.25 «Понять. Простить». (16+)
12.30 «Порча». (16+)
13.00 «Знахарка». (16+)
13.35 «Верну любимого». (16+)
14.10 «Голоса ушедших
душ». (16+)
14.45 «ПАВЛИН, ИЛИ
ТРЕУГОЛЬНИК В
КВАДРАТЕ». (16+)
19.00 «СКВОЗЬ РОЗОВЫЕ
ОЧКИ». (16+)
23.00 «Голоса ушедших
душ». (16+)
23.30 «Порча». (16+)
00.05 «Знахарка». (16+)
00.35 «Верну любимого». (16+)
01.05 «ИДЕАЛЬНАЯ
ЖЕНА». (16+)
04.15 «Понять. Простить». (16+)



05.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)

07.20 «ЖИВАЯ МИНА». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «ЖИВАЯ МИНА». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 18.00 «МОРСКИЕ
ДЬЯВОЛЫ». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
19.40 00.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ
ПЯТЁРКА-5». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ
ПЯТЁРКА-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый
выпуск». (16+)
★ ЗВЕЗДА
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.20 01.20 «ЛЕТЯТ
ЖУРАВЛИ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый
эфир». (16+)
13.20 15.05 03.20 «КОМИС-
САРША». (16+)
18.55 «Оружие Победы». (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
22.55 «Между тем». (12+)
23.20 «В ЗОНЕ ОСОБОГО
ВНИМАНИЯ». (12+)
02.55 «Вторая мировая
война. Город-герой
Севастополь». (12+)

05.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «Марафон». (12+)
12.00 «Неделя». (12+)
12.30 «Здоровый интерес». (12+)
12.45 01.00 «Диалоги с про-
шлым». (12+)
13.15 18.30 «Специальный
репортаж». (12+)
13.30 01.30 03.30 «Просто
жизнь». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)
16.30 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕН-
ЩИНЫ». (16+)
17.30 03.15 «Собрание со-
чинений». (12+)
17.45 22.15 «Актуальное
интервью». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
18.45 22.30 «Полицейский
вестник». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости
дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер
вместе». (12+)
20.00 00.00 04.00 «Такие
разные». (12+)
22.00 03.00 «В тени чемпио-
нов». (12+)
22.45 «СТЕЖКИ-ДОРОЖ-
КИ». (0+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ
06.00 Лыжный спорт. Кубок
России. Фристайл. Биг-
эйр. (0+)
07.00 10.00 12.55 14.20 15.20
22.35 Новости
07.05 18.45 21.45 00.45 Все
на Матч!
10.05 13.00 04.50 Специаль-
ный репортаж. (12+)
10.25 Бокс. (16+)
11.30 «Есть тема!»
13.20 01.25 География спор-
та. (12+)
13.50 Футбол. Журнал Лиги
чемпионов. (0+)
14.25 04.00 Еврофутбол. Об-
зор. (0+)
15.25 «Громко»
16.25 Хоккей. «Авангард»
(Омск) - «Барыс» (Астана).
Фонбет Чемпионат КХЛ
19.15 Хоккей. ЦСКА - «Торпе-
до» (Нижний Новгород).
Фонбет Чемпионат КХЛ
22.40 Футбол. «Торино» -
«Кремонезе». Чемпионат
Италии
01.55 Футбол. «Байер» -
«Майнц». Чемпионат Гер-
мании. (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ
СТРАНА
06.00 Волейбол. Чемпионат
России. Суперлига. (0+)
07.50 10.00 13.00 15.55 Но-
вости
07.55 17.25 Жизнь после
спорта. (12+)
08.20 16.55 Что по спорту?
(12+)
08.50 «12+1». (12+)
09.15 Лица страны. (12+)
09.30 22.10 Спортивная неде-
ля. Итоги. (12+)
10.05 Лыжный спорт. Фри-
стайл. (0+)
12.15 15.20 15.35 21.55 22.40
03.10 Спецрепортаж. (12+)
12.30 «Магия большого спор-
та». (12+)
13.05 Баскетбол. Единая Лига
ВТБ. «Матч звезд». (0+)
16.00 00.15 Неделя КХЛ.
(12+)
17.55 18.40 Биатлон. Кубок
России. Финал. (0+)
19.25 Гандбол. Чемпионат
России. Суперлига
21.00 «Громко». (12+)
23.00 «Есть тема!» (16+)
01.05 Профессиональный
бокс. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 TV1000
05.30 «Роботы-поезда».
Мультсериал. (6+)
06.10 «Говорящий Том: Ге-
роин». Мультсериал. (6+)
06.45 «Приключения Ам Ня-
ма». Мультсериал. (6+)
07.25 «Буба». Мультсериал.
(6+)
08.00 «КАСПЕР». (6+)
09.45 «КОНСТАНТИН: ПОВЕЛИ-
ТЕЛЬ ТЬМЫ». (16+)
11.50 «ДОМ У ОЗЕРА». (12+)
13.40 «ПОСЛЕ». (16+)
15.25 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-2». (16+)
17.20, 18.10 «МЕРЛИН». (12+)
19.00 «ДЮНКЕРК». (16+)
20.55 «ЧЕТЫРЕ ПЕРА». (16+)
23.15 «ВРАГ У ВОРОТ». (16+)
01.20 «СКРЫТЫЕ ФИГУРЫ». (12+)
03.20 «ХИЖИНА». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «Смешарики». «Фикси-
ки». Мультсериалы. (6+)
06.20 «Три кота». (6+)
08.10 «ОСТРОВ ВЕЗЕНИЯ». (12+)
09.35 «ЧИСТОЕ ИСКУССТВО». (16+)
11.15 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
13.00 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (16+)
15.15 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (12+)
17.10, 18.05 «ДЕЛО ГАСТРО-
НОМА № 1». (16+)
19.00 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
22.00 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
23.40 «СВИНГЕРЫ». (16+)
01.20 «СТЕНДАП ПОД ПРИ-
КРЫТИЕМ». (16+)
03.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ РАЗМЕ-
РА». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
06.35 «Три богатыря и Мор-
ской Царь». Мультфильм.
(6+)
08.00 «Три богатыря и прин-
цесса Египта». Мульт-
фильм. (6+)
09.15 «Три богатыря. Ход ко-
нём». Мультфильм. (6+)
10.40 «Три богатыря и конь
на троне». Мультфильм.
(6+)
12.20 «ТАКСИ». (16+)
14.00 «ТАКСИ-2». (16+)
15.35 «СВАТЫ». (16+)
22.00 «БАЛАБОЛ-3». (16+)
01.40 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
Майоры полиции Игорь
Лукин и Алексей Насонов
вышли в отставку, но не со-
бираются сидеть без дела.
Они открывают частное
детективное агентство «Де-
тективы»...

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Главное. С Анной Шаф-
ран. Новости на СПАСЕ. (6+)
06.50 Мультфильмы
на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ.
(0+)
10.30 Завет. (6+)
11.35 Святыни России. (6+)
12.40 Простые чудеса. (12+)
13.30, 14.00, 14.30 Мона-
стырская кухня. (0+)
15.00 Блаженны милости-
вы... (0+)
15.45 Украина: бегство
на Восток. (16+)
16.15 «АЛЫЕ ПАРУСА». (6+)
18.05 «ДНЕВНЫЕ ЗВЕЗДЫ». (0+)
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00 Старец Илий. Что нас
ждет завтра. (0+)
22.35 Прямая линия. Ответ
священника (субтитры). (12+)
23.05 Прямая линия жизни.
(16+)
00.05 День Патриарха. (0+)
00.20 Феодор Стратилат.
Цикл: Святые воины. (6+)
Цикл фильмов,
посвященных жизни,
подвигу, военной доблести
и посмертным чудесам
самых известных святых
воинов Православной
церкви.
00.50 Завет. (6+)
01.45 Шипков. (12+)
02.15 Встреча. (12+)
03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
07.30 Тееп чарт. (16+)
08.00 10 самых! (16+)
08.30, 15.00 PRO-новости.
Лучшее. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 Малышки на миллион:
звезды поневоле? (16+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
12.00 Прогноз по году. (16+)
13.30 Перемотка. (16+)

14.00 Русский чарт. (16+)
15.30 Лига клипов. (16+)
16.00 Top-15 like fm. (16+)
17.00 Ждите ответа. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Плейлист. Зима. (16+)
19.00 Яндекс.Музыка. (16+)
20.00 Top-30. Русский плей-
лист недели. (16+)
22.00 Восток - дело жёсткое
(16+)
23.00 PRO-новости. (16+)
23.20 Плейлист. Зима. (16+)
00.30 Муз'итив. (16+)

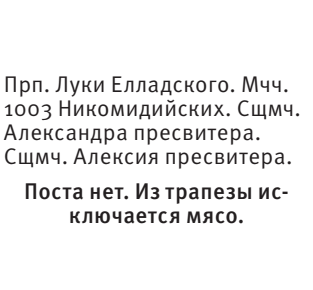
КИНОКОМЕДИЯ КИНОКОМЕДИЯ
00.40 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС
ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
02.40 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС:
МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
04.35 «АСТЕРИКС НА ОЛИМ-
ПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
06.50 «ДОМ СПАРАНОРМАЛЬ-
НЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ». (16+)
08.20 «САЛОН КРАСОТЫ». (16+)
10.20 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
12.10 «ЖЕНИХ». (12+)
13.50 «Я ХУДЕЮ». (16+)
15.45 «НЕЧЕГО ТЕРЯТЬ». (16+)
17.35 «СОКРОВИЩЕ АМАЗОН-
КИ». (12+)
19.30 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИ-
ВОГО». (16+)
21.25 «ПОЧЕМУ ОН?» (16+)
23.35 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)

МОСФИЛЬМ. МОСФИЛЬМ.
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.20 Мультфильмы. (0+)
07.15 «ТАЙНА «ЧЕРНЫХ ДРОЗ-
ДОВ». (12+)
09.00 «ТАЙНА ВИЛЛЫ «ГРЕ-
ТА». (12+)
10.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ
УБИЙСТВО». (12+)
13.50 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦ-
КОЙ». (16+)
15.25 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТЯТ». (16+)
17.50 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-4». (16+)
19.40 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
21.30 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ
МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
23.10 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГА-
ГРАХ». (12+)
00.45 «РОДНЯ». (12+)
02.20 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)
03.50 «МЫШЕЛОВКА». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00,
00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН
ДЕНЬ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00,
02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬ-
НОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «КОРОЛЕ-
ВА ИГРЫ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ГРАЖ-
ДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
14.00, 22.00 «СЕДЬМОЕ НЕ-
БО». (16+)
15.00, 23.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ
«ВСЕГДА». (12+)
06.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИ-
ДАНОЕ». (16+)
07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГ-
ДА»-2». (12+)
Сериал. Мелодрама, Рос-
сия, 2004 г. В ролях: Мария
Порошина, Даниил Стра-
хов, Ярослав Бойко

Православный календарь

20 февраля
Седмица сырная (масленица),
сплошная. Глас 3. Попразднство
Сретения Господня. Прп. Парфения,
еп. Лампсакийского.



Прп. Луки Елладского. Мчч.
1003 Никомидийских. Сщмч.
Александра пресвитера.
Сщмч. Алексия пресвитера.
Поста нет. Из трапезы ис-
ключается мясо.
Свт. Иоанн Златоуст

«Разум – владыка страстей. Итак,
если властвуешь над зверями, то
властвуй и над внутренними зверями.
Властвуй над своими помыслами и знай,
кого принять и кого погнать».

ПЕРВЫЙ

22.00 «НАЧАЛЬНИК
РАЗВЕДКИ». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 11.30 15.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
10.00 Информационный канал. (16+)
12.00 Послание Президента РФ Владимира Путина Федеральному Собранию
13.00 15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
21.00 «Время»
22.00 «НАЧАЛЬНИК РАЗВЕДКИ». (16+)
00.00 «Большая игра». (16+)
01.00 «Эдуард Савенко. «В поисках любви». (18+)
02.25 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости
03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



16.30 «Малахов». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
12.00 Послание Президента РФ Владимира Путина Федеральному Собранию
13.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «МЕЖДУ НАМИ ГЛУБОКОЕ МОРЕ». (12+)
Правду о том, что Андрей выжил, знают только немой мальчик Эмиль и Зехра, мать пропавшего без вести Кемаля...
23.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.25 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
04.05 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

НТВ



20.00 «АКУШЕР». (16+)

- 04.55 «БОМЖИХА». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «ДЕЛТА: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
10.00 «Сегодня»
11.00 «Место встречи»
12.00 Послание Президента РФ Владимира Путина Федеральному Собранию
13.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «АКУШЕР». (16+)
Беременной Вале всего восемнадцать, и она намерена отдать свою дочь в приёмную семью. Узнав об этом, малолетний папаша похищает после родов ребёнка.
22.00 «МЕЛЬНИК». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «МЕЛЬНИК». (16+)
00.25 «НЕВСКИЙ: ЧУЖОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ». (16+)

СТС



00.55 «МИЛЫЕ КОСТИ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
07.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
08.40 «СТРАШНЫЕ ИСТОРИИ ДЛЯ РАССКАЗА В ТЕМНОТЕ». (16+)
«КУХНЯ». (16+)
«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
20.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
Команда лучших иллюзионистов мира провоцирует дерзкие ограбления прямо во время своих шоу и умело водит за нос ФБР...
22.20 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
«Четыре всадника», команда лучших иллюзионистов мира, снова в сборе! Их «магия» стала ещё совершеннее, а враги - опаснее.
00.55 «МИЛЫЕ КОСТИ». (16+)
03.00 Даёшь молодёжь! (16+)
04.00 «6 кадров». (16+)

ТНТ



17.30 «ОЛЬГА». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
08.30 «САШАТАНЯ». (16+)
17.30 «ОЛЬГА». (16+)
20.00 «ПАТРИОТ». (16+)
Саня пытается разобраться со своей родословной, находит летописца фамилии Кучины. Ленка и Никита снимают тик-токи на кладбище.
21.00 «ИСПРАВЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)
22.00 «ВАМПИРЫ СРЕДНЕЙ ПОЛОСЫ». (16+)
Аннушка выходит на след третьей жертвы и узнаёт о схожих преступлениях в других городах. «Хранителям» всю правду рассказывать не стоит, как и столичному гостю...
23.00 «БЕЗБРАЧНАЯ НЕДЕЛЯ». (18+)
01.05 «Импровизация». (16+)
03.35 «Comedy Баттл». (16+)
05.05 «Открытый микрофон». (16+)
06.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН

20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ
КИЛЛЕРА». (16+)

- 05.00 18.00 02.35 «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 с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 03.25 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (16+)
22.10 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «БИТВА НА ОЗЕРЕ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.20 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
06.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 Гастротур. (16+)
08.30 13.20 На ножах. (16+)
11.40 Кондитер. (16+)
16.30 Молодые ножи. (16+)
19.00 Кондитер. (16+)
20.30 Битва шефов. (16+)
23.00 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (16+)
01.10 Пятница News. (16+)
01.40 «СОТНЯ». (16+)
03.40 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.40 «Маша и Медведь». (0+)
08.55 «Барышня - Крестьянка». (16+)
09.55 20.00 «КЛОН». (16+)
Прямиком из Рио-де-Жанейро, где жизнь похожа на бразильский карнавал, Жади приходится отправиться на ближний восток, где каждый шаг должен соответствовать строгим правилам.
11.50 «МастерШеф. Профессионалы». (12+)
15.30 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
02.05 «Измены». (18+)
03.45 «Барышня - Крестьянка». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Невероятные истории. (16+)
06.20 Улётное видео. Топ-35. (16+)
07.10 12.00 КВН ярче. (16+)
«КВН ярче!» - Собрание лучших выступлений клуба веселых и находчивых в 21 веке, с самыми популярными звездами шоу
08.00 09.30 Утилизатор. (12+)
09.00 Утилизатор. (16+)
10.00 Улётное видео. (16+)
14.00 «+100500». (16+)
18.00 Охотники. (16+)
20.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
03.30 Невероятные истории. (16+)

МИР

- 05.00, 02.55 «СОБЛАЗН». (16+)
10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.30 Новости
10.10, 18.50 Телеигра «Игра в кино». (12+)
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.05, 16.15, 01.35 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.10, 02.20 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.45 Мировое соглашение. (16+)
20.50 Слабое звено. (12+)
21.45 «БРАТАНЫ-4». (16+)
Сериал. Боевик, Россия, 2014 г.
01.10 Наше кино. История большой любви. (12+)
02.45 Специальный репортаж. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
10.10 18.00 «ВОЛНЯЯ ГРАМОТА». (16+)
11.30 «ЕЩЁ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (12+)
15.10 23.20 «УСКОЛЬЗАЮЩАЯ ЖИЗНЬ». (12+)
16.00 00.10 «Россия глазами иностранцев». (12+)
16.45 «Диалог без грима». (12+)
17.00 «Такие разные». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.15 «Вечер вместе». (12+)
21.00 «СЛУШАЯ ТИШИНУ». (16+)
22.35 «За дело!» (12+)
01.00 Отражение. (12+)

ПОБЕДА

- 04.00 «Путь к Победе» (16+)
05.00 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)
06.30 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)
08.40 «ЛЕТО ВОЛКОВ». (16+)
14.20 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
Шпионский боевик о противостоянии секретной разведслужбы СССР и Третьего Рейха в годы Великой Отечественной войны. В центре сюжета - судьба сотрудника НКВД Георгия Волкова, который ведёт ожесточённую борьбу со своим заклятым врагом...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
02.30 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
08.50 «Морики Дорики». (0+)
09.00, 00.25 «Сказочный патруль». (0+)
09.35, 00.00 «Ник-изобретатель». (0+)
10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.25, 14.25, 22.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
11.00 «Черепашки». (0+)
11.25 «Ми-Ми-Мишки. Маяк». (0+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
15.30 «Простоквашино». (0+)
17.00 Друзья на все времена. «Шайбу! Шайбу!» (0+)
18.00 «Приключения Бубы». (6+)
18.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
19.00 «Лео и Тиг». (0+)
19.35, 02.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.25 «Спина к спине». (0+)
22.00 «Супер 10». (6+)
22.25 «Смешарики. Пин-код». (0+)
23.00 «Братцы кролики». (6+)
23.35 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
01.00 Друзья на все времена. «Обезьянки». (0+)
01.30 «Мальшарики идут в детский сад». (0+)
02.00 «Грузовичок Лева». (0+)

МУЛЬТ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
07.40 «Чуч-Мяуч». (0+)
10.15 «Петроникс». (0+)
10.45 «ТриО!» (0+)
Изучайте мир вместе с забавным трио!
11.05 «ДиноСити». (0+)
12.55 «Супер10». (6+)
13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
15.20 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
16.35 «Гудзонянс. Магическая сила!» (6+)
16.50 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
17.55 «Команда Флоры». (0+)
Флора и пятеро ее удивительных друзей - смелые защитники зелёного мира, которые каждый день заботятся о природе. Они спасают водоёмы, горы и леса, помогают растениям и животным, попавшим в беду.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Геройчики». (0+)
22.00 «Бен 10». (12+)
22.25 «Наш друг Пишечка». (0+)
22.50 «Необычный друг». (0+)
23.10 «Герои Гуджисус». (6+)
23.25 «Барбоскины». (0+)
02.05 «Что в тарелке?» (0+)
02.20 «Дикие приключения Блинки Билла». (6+)
03.20 «Мальшарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 03.20, 06.25 Историю (12+)
04.15, 07.15 Меценаты России. (12+)
04.45 Историограф. (12+)
05.25 Государственные перевороты в России. (12+)
05.55 Библиотеки России. (6+)
07.45 История образования в России. (12+)
08.05 «ОБОРОНА СЕВАСТОПОЛЯ». (12+)
09.05 Фау-2. Ракета нацистов. (12+)
10.00 На пути к Великой Победе. (12+)
10.25 Битва оружейников. (12+)
11.05 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)
12.00 «МАРКО ПОЛО». (18+)
13.30 Музейный феникс. (12+)
13.55, 17.40 Семь дней истории. (12+)
14.05, 14.30 Россия. Связь времен. (12+)
15.00 Кремль. Эпоха царей. (12+)
16.00 Хроники общественно-го быта. (12+)
16.10 Освободители. (12+)
16.50 Народовластие. (12+)
17.15 Россия научная. Великие имена. (12+)
17.50 Первая мировая (12+)
18.40 Пешком по Москве. (6+)
18.55 Без срока давности. (12+)
19.45 Тайное становится явным. (12+)
20.00, 20.25 Легенды науки. (12+)
20.55 Морской узел. (12+)
21.25 Хакасия. По следам следов наскальных. (12+)
22.15 Ледокол «Красин». Миссия спасать. (12+)

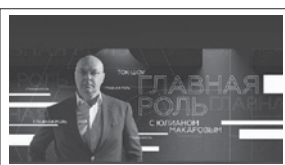
VIASAT HISTORY

- 06.20 Взлом кодов: Код, который выиграл Первую мировую. (16+)
07.15 Военные заводы: Первые великаны. (12+)
08.05 Военные заводы: Двигатель, который выиграл войну. (12+)
08.55 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+)
09.50 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Аравии. (12+)
10.45, 11.40 5000 лет истории Нила. (12+)
12.35 Взлом кодов: Код человека. (16+)
13.30 Загадки чудес в Лурде. (12+)
14.30 Частная жизнь: Эдуард VIII. (12+)
15.25 Частная жизнь. (12+)
16.15, 17.15 Затерянный мир Анкор-Вата. (12+)
18.15, 19.05 5000 лет истории Нила. (12+)
20.00 Мифы: великие тайны человечества: В поисках гробницы Аттилы. (12+)
21.00 Мифы: великие тайны человечества: Сокровища Нибелунгов. (12+)
22.05 Военные заводы: Рассвет авианосцев. (12+)
22.55 Военные заводы: Фабрика, которая дала отпор. (12+)
23.50, 00.40, 01.30 Частная жизнь. (12+)
02.15 Сокровища с Беттани Хьюз. (12+)
03.05, 03.55 5000 лет истории Нила. (12+)
04.40 Взлом кодов. (16+)
05.35 Невероятные изобретения. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.50, 18.20, 23.40 О самом главном. (12+)
06.50 Открытый разговор с нутрициологом. (12+)
07.20 10 решений доктора Карташевой. (12+)
07.45, 08.15, 11.55, 12.20, 14.40, 15.05, 17.20, 17.50, 21.55, 22.20, 00.35, 01.00 Будь в тонусе! (12+)
08.45 О самом главном. Лекарства, которые вредят сердцу. (12+)
09.40 На приёме у доктора Малахова. (12+)
10.05 Это лечится. (12+)
10.35, 04.10 На приёме у психолога. Лень. (12+)
11.00, 04.40 Психология. Невроз. (12+)
11.25, 01.55 Метод исследования. Заболевания костей. (12+)
13.45 Теледоктор. (12+)
15.35 О самом главном. Инфаркт и инсульт. Повторные приступы. (12+)
16.30, 16.55 Большой скачок. (12+)
19.10, 05.05 Метод исследования. Заболевания волос. (12+)
19.40, 05.30 Метод исследования. Заболевания суставов. (12+)
20.05, 02.25 In Vivo. Хроника инсульта. (12+)
20.30, 23.15, 02.50, 03.15 Клинический случай. (12+)
21.00 О самом главном (12+)
22.45, 03.45 Медицинский репортёр. (12+)
01.30 Метод исследования. Лор-заболевания. (12+)

РОССИЯ К
Культура



19.45 Главная роль

- 07.30 10.00 15.00 19.30 23.40 Новости культуры
- 07.35 «Легендарные битвы»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 «НА ДАЛЬНЕЙ ТОЧКЕ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.00 ХХ век
- 12.20 Дневник XVI Зимнего международного фестиваля искусств в Сочи
- 12.50 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ»
- 14.20 «Игра в бисер»
- 15.20 «Передвижники»
- 15.50 «Сати. Нескучная классика...»
- 17.40 «Забывшее ремесло»
- 17.55 20 лет Национальному филармоническому оркестру России
- 18.45 «Битва за Эльбрус»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.35 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.55 Искусственный отбор
- 21.35 «Белая студия»
- 22.20 «СЕРЕЖА»

ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.05 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЗАКАЗ». (16+)
- 10.20 «Ирония судьбы Эльдара Рязанова». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «НАПАРНИЦЫ». (16+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «Петровка, 38». (16+)
- 15.15 «СВОИ». (16+)
- 16.55 «Жёны против любовниц». (16+)
- 17.50 События
- 18.05 «Петровка, 38». (16+)
- 18.20 «КОЛОДЕЦ ЗАБЫТЫХ ЖЕЛАНИЙ». (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Закон и порядок». (16+)
- 23.10 «Позор ради славы». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «90-е». (16+)
- 01.25 Прощание. (16+)
- 02.05 «Нас ждёт холодная зима». (12+)

ТВ-3



22.30 «РОБОКОП-2». (16+)

- 06.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)
- 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.15 «Старец». (16+)
- 17.20 19.30 «Слепая». (16+)
- 18.30 Любовная магия. (16+)
- 20.30 «МАЖОР». (16+)
- Игорь приносит Вике в подарок куклу, на которой можно учиться пеленать и кормить младенца. Но все шутки пресекает нападение на женщину с коляской в парке
- 22.30 «РОБОКОП-2». (16+)
- 01.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 03.15 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+)

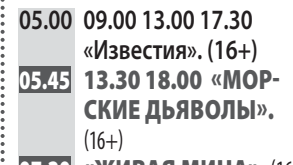
ДОМАШНИЙ



01.00 «ПУАНТЫ ДЛЯ ПЛЮШКИ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 08.15 Давай разведёмся! (16+)
- 09.15 Тест на отцовство. (16+)
- 11.20 «Понять. Простить». (16+)
- 12.25 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 Скажи, подруга. (16+)
- 14.55 «СЕМЕЙНЫЕ ТАЙНЫ». (16+)
- 19.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ФРАНЦУЗА». (16+)
- 22.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 23.25 «Порча». (16+)
- 00.00 «Знахарка». (16+)
- 00.30 «Верну любимого». (16+)
- 01.00 «ПУАНТЫ ДЛЯ ПЛЮШКИ». (16+)
- 04.00 «Понять. Простить». (16+)

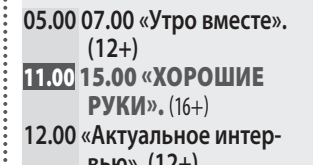
5 5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 17.30 «Известия». (16+)

- 05.45 13.30 18.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
- 07.20 «ЖИВАЯ МИНА». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.30 «ЖИВАЯ МИНА». (16+)
- 19.40 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.20 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 15.05 03.20 «КОМИССАРША». (16+)
- 18.55 «Оружие Победы». (16+)
- 19.40 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.20 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
- 01.05 «ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТАНОВКЕ!». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)
- 12.00 «Актуальное интервью». (12+)
- 12.15 18.00 «В тени чемпионов». (12+)
- 12.30 «Собрание сочинений». (12+)
- 12.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 13.00 16.30 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 22.30 01.30 04.30 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.00 03.00 «Документальное кино». (12+)
- 20.30 00.30 03.30 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- Случайная ссора в ресторане переворачивает всю жизнь Глухарева и Антошина...

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ СТРАНА МАТЧ СТРАНА
- 06.00 Лыжный спорт. Чемпионат мира. (0+)
- 07.00 10.00 12.55 14.20 16.55 19.55 Новости
- 07.05 14.25 19.05 22.00 01.00 Все на Матч!
- 10.05 13.00 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 Смешанные единоборства. (16+)
- 11.05 Бокс. (16+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 13.20 Здоровый образ. (12+)
- 13.50 «Магия большого спорта». (12+)
- 15.50 17.00 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- 18.05 География спорта. (12+)
- 18.35 «Ты в бане!» (12+)
- 20.00 Лига Ставок. Вечер профессионального бокса. (16+)
- 22.45 Футбол. «Ливерпуль» (Англия) - «Реал» (Мадрид, Испания). Лига чемпионов. 1/8 финала
- 01.55 Футбол. «Айнтрахт» (Франкфурт) - «Наполи» (Италия). Лига чемпионов. 1/8 финала. (0+)
- 06.00 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 «Громко». (12+)
- 08.50 11.50 12.10 16.00 22.40 02.45 Спецрепортаж. (12+)
- 09.05 Неделя КХЛ. (12+)
- 10.05 «Украденная победа». (6+)
- 10.30 16.50 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 12.30 Что по спорту? (12+)
- 13.05 Смешанные единоборства. (16+)
- 14.45 05.40 «Мой первый тренер». (12+)
- 15.00 География спорта. (12+)
- 15.30 Здоровый образ. (12+)
- 16.20 22.15 «бхб». Волейбольное обозрение. (0+)
- 18.10 19.05 Биатлон. Кубок России. Финал. (0+)
- 20.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. «Матч звёзд». (0+)
- 23.00 «Есть тема!» (16+)
- 00.15 Фигурное катание. (0+)
- 03.05 Жизнь после спорта (Италия). Лига чемпионов. «Битва полов». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 TV1000 РУССКОЕ КИНО
- 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 06.10 «Говорящий Том: Герои». Мультсериал. (6+)
- 06.45 «Приключения Ам Няма». Мультсериал. (6+)
- 07.20 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 08.05 «ВРАГ У ВОРОТ». (16+)
- 10.20 «ЧЕТЫРЕ ПЕРА». (16+)
- 12.40 «ХИЖИНА». (16+)
- 15.00 «СКРЫТЫЕ ФИГУРЫ». (12+)
- 17.15, 18.05 «МЕРЛИН». (12+)
- 19.00 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
- 20.50 «ДОМ У ОЗЕРА». (12+)
- 22.40 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)
- 00.25 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 01.50 «С МЕНЯ ХВАТИТ». (16+)
- 03.40 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (12+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.40 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.45 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 09.00 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
- 10.45 «СТЕНДАП ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
- 12.35 «ТЕРРИТОРИЯ». (12+)
- 15.15 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». (12+)
- 17.05, 18.00 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)
- 19.00 «ЧИСТОЕ ИСКУССТВО». (16+)
- 20.40 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
- 22.35 «БЛОКБАСТЕР». (16+)
- 00.00 «СОВРИ МНЕ ПРАВДУ». (18+)
- 01.30 «НА ОСТРИЕ». (12+)
- 03.15 «ОДИН ВДОХ». (12+)

- КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 01.25 «БЕЛЫЕ ЛЮДИ НЕ УМЕЮТ ПРЫГАТЬ». (16+)
- 04.15 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
- 06.05 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 08.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
- 10.15 «ДОМ С ПАРАНОМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)
- 11.45 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 13.40 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
- 15.35 «УКРОЩЕНИЕ СТОПТИВОГО». (16+)
- 17.35 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)
- 19.30 «БАТЯ». (16+)
- 20.55 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДИНА». (6+)
- 22.55 «САЛОН КРАСОТЫ». (16+)
- 06.55 Мультфильм. (6+)
- 07.10 Мультфильмы. (0+)
- 08.20 «БЕРЕГИТЕ МУЖЧИН!». (12+)
- 09.45 «КИН-ДЗА-ДЗА!». (12+)
- 12.05 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ!». (12+)
- 14.00 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- 15.45 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-4». (16+)
- 20.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
- 22.45 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+)
- 01.15 «СТО ГРАММ ДЛЯ ХРАБРОСТИ!». (12+)
- 02.25 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
- 03.45 «ТРИ ДНЯ В МОСКВЕ». (12+)

- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.45 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 08.10 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 09.25 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 10.50 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 12.20 «ТАКСИ-3». (16+)
- 13.55 «ТАКСИ-4». (16+)
- 15.35 «СВАТЫ». (16+)
- 22.00 «БАЛАБОЛ-3». (16+)
- Сериал. Россия, 2020 г. Саня Балабин, или просто Балабол, по-прежнему brutalен и остроумен. Он всё так же не теряет оптимизма в самых опасных ситуациях.
- 01.35 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

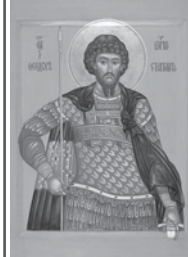
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИДАНОЕ». (16+)
- Сериал. Детектив, Украина, 2006 г. В ролях: Мария Скосырева, Дарья Румянцева, Андрей Астраханцев, Вера Майорова
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ДНЕВНЫЕ ЗВЕЗДЫ». (0+)
- 06.55 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Старец Илий. Что нас ждет завтра. (0+)
- 11.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 11.35 В поисках Бога. (6+)
- 12.05, 01.45 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 12.40 Простые чудеса. (12+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Феодор Стратилат. Цикл: Святые воины. (6+)
- 15.35 Майдан. Поворот на войну. (16+)
- 16.40 «ФОТОГРАФИЯ НА ПАМЯТЬ». (0+)
- 18.05 «ТОРПЕДНОСЦЫ». (0+)
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.00 Старец Илий. О России и молитве. (0+)
- 22.35 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 23.05 Служба спасения семьи. (16+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 Святитель Тихон, Патриарх Московский и всея Руси. Цикл: День Ангела. (0+)
- 00.50 Святыни России. (6+)
- 02.15 Встреча. (12+)
- 03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

21 февраля
Седмица сырная (масленица),
сплошная. Глас 3. Отдание праздника
Сретения Господня.
Вмч. Феодора Стратилата.



Прор. Захарии Серповидца из 12. Свт. Саввы II, архиеп. Сербского. Сщмчч. Симеона, Андрея, Сергия и Петра пресвитеров. Сщмч. Александра пресвитера.

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.

« В этом веке мы согрешаем не- престанно, и, между тем, до того самолюбивы, что не хотим переносить никакого обличения, особенно пред друзьями; но в будущем веке прегрешения наши будут обличены пред всем миром». Прп. Иоанн Кронштадтский

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Каждое утро. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 07.15 PRO-клип. (16+)
- 07.20 Каждое утро. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 WEB чарт. (16+)
- 10.00 Виниры на полку (16+)
- 11.00 #НАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 13.00 Консервы. (16+)
- 14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Плейлист по кайфу. (16+)
- 16.30 Приехали! (16+)
- 17.00 Прогноз по году. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Плейлист. Зима. (16+)
- 19.00 Русский чарт. (16+)
- 20.00 10 самых! (16+)
- 20.30 Лайкер. (16+)
- 22.00 Виниры на полку (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.20 Плейлист. Зима. (16+)
- 00.30 Хиты по-русски. (16+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

ПЕРВЫЙ



23.55 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША». (0+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «Голос. Дети». (0+)
- 23.55 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША». (0+)**
- 01.30 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



23.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «МЕЖДУ НАМИ ГЛУБОКОЕ МОРЕ». (12+)**
Свекровь запрещает Светлане увозить Эмиля в Москву. Чтобы не расставаться с ними, Андрей решает остаться в Турции. Он сразу же получает выгодный контракт на работу в сети турецких клиник. Владелица сети Софья оказывается бывшей студенткой отца Андрея...
- 23.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.25 «КАМЕНСКАЯ». (16+)**

НТВ



20.00 «АКУШЕР». (16+)

- 04.50 «БОМЖИХА-2». (16+)**
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ДЕЛЬТА: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)**
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ДЕЛЬТА: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (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 «АКУШЕР». (16+)**
К Каверину приходит давняя пациентка Юлия Маркова, у которой он принял первые в своей жизни роды.
- 22.00 «МЕЛЬНИК». (16+)**
- 00.00 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
- 01.50 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
- 02.15 «Квартирный вопрос». (0+)

СТС



07.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 07.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)**
- 08.35 Уральские пельмени. (16+)
- 08.55 «МАРА И НОСИТЕЛЬ ОГНЯ». (12+)**
- 10.45 «КУХНЯ». (16+)
- 15.05 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)**
- 20.00 «ПАССАЖИРЫ». (16+)**
- 22.20 «КОСМОС МЕЖДУ НАМИ». (16+)**
История любви земной девушки и Гарднера Эллиота, выросшего в экспериментальной колонии на Марсе. Их роман начался в интернете, и теперь Эллиот летит на Землю, чтобы встретиться с возлюбленной...
- 00.45 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)**
- 02.25 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.00 «б кадров». (16+)
- 05.15 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



09.30 «РАЗВОД». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.30 «РАЗВОД». (16+)**
- 17.30 «ОЛЬГА». (16+)**
- 20.00 «ПАТРИОТ». (16+)**
Ленка и Никита попадают в плен к Маньяку, он заставляет учить французский язык и хорошие манеры. Каравай приглашает Люсю на свидание в бассейне.
- 21.00 «ИСПРАВЛЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ». (16+)**
- 22.00 «ВАМПИРЫ СРЕДНЕЙ ПОЛОСЫ». (16+)**
Показания объявившегося беглеца вызывают ещё больше вопросов. Чудом избежав смерти, он явно тронулся умом и заговорил о вампирах. Такое уже случилось здесь раньше.
- 23.15 «СУПЕР МАЙКИ». (16+)**
- 01.10 «Импровизация». (16+)
- 03.30 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.05 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (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 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (16+)**
- 22.10 «Смотреть всем!» (16+)
- 23.30 «БИТВА НА ОЗЕРЕ-2». (18+)**

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|--|---|--|
| <p>ПЯТНИЦА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «Тайны Медовой долины». (12+) 05.20 «Ну, погоди! Каникулы». (0+) 05.50 Пятница News. (16+) 06.10 «Ну, погоди! Каникулы». (0+) 06.25 06.50 «Простоквашино». (0+) 06.40 07.15 «Простоквашино». (12+) 07.30 На ножах. (16+) 21.30 «300 СПАРТАНЦЕВ». (16+) 23.50 «300 СПАРТАНЦЕВ: РАСЦВЕТ ИМПЕРИИ». (16+) 01.40 Пятница News. (16+) 02.10 «СОТНЯ». (16+) <p>Ю</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.40 «Маша и Медведь». (0+) 08.55 «Барышня - Крестьянка». (16+) 10.00 «КЛОУН». (16+) 11.55 «МастерШеф: Профессионалы». (12+)
Зрителей ждут интересные участники, новые конкурсы, много вкусных рецептов и на десерт... ожесточённая конкуренция. Чтобы удивить строгое жюри, им придётся выполнить множество сложных задач. 15.55 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 20.00 «КЛОУН». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 02.05 «Измены». (18+) | <p>ЧЕ!</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Невероятные истории. (16+) 06.20 Улётное видео. Топ-35. (16+) 07.10 КВН ярче. (16+) 08.00 Утилизатор. (12+) 10.00 Улётное видео. (16+) 12.00 КВН ярче. (16+) 14.00 «+100500». (16+)
Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и комментирует их. 18.00 Охотники. (16+) 20.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 03.30 Невероятные истории. (16+) <p>МИР</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 «СОБЛАЗН». (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 03.20 Новости 10.10, 18.50 Телеигра «Игра в кино». (12+) 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.05, 16.15, 01.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 15.10, 02.40 Дела судебные. Новые истории. (16+) 16.45 Мировое соглашение. (16+) 19.25 Шоу «Назад в будущее». (16+) 20.15 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (6+) 21.40 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+) 23.15 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (6+) 01.30 Наше кино. (12+) | <p>ОТР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (12+) 10.10 «Мультфильмы». (12+) 11.25 «СПУША ТИШИНУ». (16+) 15.10 «На приёме у главного врача». (12+) 16.00 00.15 «Россия глазами иностранцев». (12+) 17.00 «Открытая наука». (12+) 18.00 «Губернетские новости». (12+) 21.00 «ПОХОРОНИТЕ МЕНЯ ЗА ПЛИНТУСОМ». (16+) 22.50 «СТАРИК С ПИСТОЛЕТОМ». (16+) 01.00 ОТражение. Главное. (12+) <p>ПОБЕДА</p> <ul style="list-style-type: none"> 04.10 «Путь к Победе». (16+) 05.10 «30Я». (16+) 06.40 «ТАНКИСТ». (16+)
Россия, Беларусь, 2016 г. История советских «танковых асов», которые во время Великой Отечественной войны встали на пути у лучших немецких генералов-стратегов и остановили натиск врага. 09.40 «У КАЖДОГО СВОЯ ВОЙНА». (16+)
История простых замоскворецких пацанов, на детство которых выпала война и послевоенный быт с коммуналками... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+) 02.30 «СМЕРШ». (16+) |
|--|---|--|

ДЕТСКИЕ

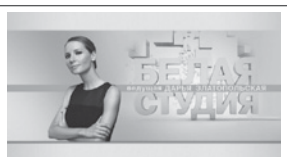
- | | |
|---|--|
| <p>МУЛЬТ</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+) 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+) 08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+) 08.20, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+) 08.50 «Морки Дорики». (0+) 09.00, 00.30 «Сказочный патруль». (0+) 09.35, 00.00 «Ник-изобретатель». (0+) 10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+) 10.25, 14.25, 22.55 «Просто о важном. Про Мир и Гошу». (0+) 10.30, 20.00 «Лунтик». (0+) 11.00 «Черепашки». (0+) 11.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+) 15.30 «Простоквашино: Два Матроскина, Полосатая проверка». (0+) 17.00 Друзья на все времена. «Матч-реванш». (0+) 18.00 «Приключения Бубы». (6+) 18.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 19.00 «Лео и Тиг». (0+) 19.30 «Кошечки-собачки. Новая гитара». (0+) 19.40 «Ми-Ми-Мишки. Маяк». (0+) 20.55 «Машины сказки». (0+) 21.25 «Спина к спине». (0+) 22.00 «Супер 10». (6+) 22.25 «Смешарики. Пин-код». (0+) 23.00 «Братцы кролики». (6+) 23.40 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+) 01.00 Друзья на все времена. «Футбольные звезды». (0+) | <p>КАРУСЕЛЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Ранние пташки. (6+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
Милые малыши с большим воображением исследуют удивительный мир. 07.40 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
В городке Колобанга живут все известные смайлы-колобки. Они отвечают за электронную переписку Антона и передают в сообщениях его эмоции. 10.15 «Петришок». (0+) 10.45 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+) 11.10 «Три кота». (0+) 12.55 «Супер10». (6+) 13.20 «Дикие скричеры!» (6+) 13.45 «Инфинити Надо». (6+) 14.00 «Навигатор. Новости». (0+) 14.10 «Элвин и бурундуки». (6+) 15.20 «Барбоскины». (0+) 17.55 «Оранжевая корова». (0+) 19.10 «Два хвоста». (6+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Геройчики». (0+) 22.00 «Бен 10». (12+) 22.25 «Василиса Прекрасная». (0+) 22.40 «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка». (0+) 22.50 «Про бегемота, который боялся прививок». (0+) 23.10 «Герои Гуджисус». (6+) 23.25 «Ералаш». (6+) 02.05 «Что в тарелке?» (0+) 02.20 «Дикие приключения Блинки Билла». (6+) 03.20 «Мальшарики». (0+) |
|---|--|

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | | | |
|--|---|--|
| <p>365 ДНЕЙ ТВ</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.25 Государственные перевороты в России. (12+) 05.55 Бунты в России. (12+) 06.25 Историада. (12+) 07.15 Меценаты России. (6+) 07.45 История образования в России. (12+) 08.00 Музейный феникс. (12+) 08.25 Битва оружейников. (12+) 09.10 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+) 10.00, 10.30 Россия. Связь времен. (12+) 11.00 Кремль. Эпоха царей. (12+) 12.00 Первая мировая (12+) 12.55, 13.25 Карл V. Пути императора. (16+) 14.05 Пешком по Москве. (6+) 14.20 Без срока давности. (12+) 15.05 Собор Парижской Богоматери. (12+) 16.00 Хроники общественно-го быта. (12+) 16.10, 20.00 Освободители. (12+) 16.50 Народовластие. (12+) 17.20 Россия научная. Великие имена. (12+) 17.35 Семь дней истории. (12+) 17.45, 18.10 Легенды науки. (12+) 18.45 Морской узел. (12+) 19.10 Хакасия. По следам следов наскальных. (12+) 20.40 Пешком в историю. (12+) 21.05 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+) 21.50 Обыкновенная история. (6+) 22.00 Подземная Италия. (12+) | <p>VIASAT HISTORY</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.05 Загадки чудес в Лурде. (12+) 07.00, 07.55 Военные заводы. (12+) 08.45, 09.45 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+) 10.40, 11.35 5000 лет истории Нила. (12+) 12.30 Мифы: великие тайны человечества: В поисках гробницы Атилы. (12+) 13.30 Мифы: великие тайны человечества: Сокровища Нибелунгов. (12+) 14.30 Частная жизнь: Аль Капоне. (12+) 15.25 Частная жизнь: Петр Великий. (12+) 16.15 Затерянные города троянцев: Руины. (12+) 17.10 Затерянные города троянцев: Война. (12+) 18.00 Загадка троянского коня. (12+) 19.00 Тайна фетского кода. (12+) 20.00 Мифы: великие тайны человечества: Святой Грааль. (12+) 21.00 Мифы: великие тайны человечества: В поисках человека-мотылька. (12+) 22.00 Военные заводы: Машины нацистской мощи. (12+) 23.45, 00.35 Восход Османской империи. (16+) 01.25, 02.15 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+) 03.05, 03.50 5000 лет истории Нила. (12+) 04.40 Мифы: великие тайны человечества: В поисках гробницы Атилы. (12+) | <p>ДОКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00, 12.25, 18.25, 23.45 О самом главном. Что важно знать о крупках. (12+) 06.50 Теледоктор. (12+) 07.50, 08.20, 11.30, 11.55, 14.45, 15.15, 17.30, 17.55, 21.55, 22.25, 00.40, 01.05 Будь в тонусе! (12+) 08.45 О самом главном. Инфаркт и инсульт. Повторные приступы. (12+) 09.40, 10.05 Большой скачок. (12+) 10.35, 04.50 Откровенный разговор с нутрициологом. (12+) 11.00 10 решений доктора Карташевой. (12+) 13.20 Медицинский репортёр. (12+) 13.50, 14.15 Метод исследования. (12+) 15.40 О самом главном. Какие болезни лишают возможности ходить? (12+) 16.35 InVivo. Хроника инсульта. (12+) 17.05 Клинический случай. Единственная Надежда. (12+) 19.15, 05.15 Медицинский квест. Мигрень. (12+) 20.05, 02.20 Истории болезней. Панацея. (16+) 22.50, 03.10 Истории болезней. Психиатрия. (16+) 23.15, 03.35 Истории болезней. Гастроэнтерология. (16+) 01.30 Медицинский квест. Артроз. (12+) 04.05 Тайны мозга. (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



15.50 «Белая студия»

- 07.30 10.00 15.00 19.30 23.40 Новости культуры
- 07.35 01.05 «Осажденные крепости»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 16.35 «ЛЕТО РЯДОВОГО ДЕДОВА»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.00 ХХ век
- 12.20 Дневник XVI Зимнего международного фестиваля искусств в Сочи
- 12.50 «СЕРЕЖА»
- 14.05 «Роман в камне»
- 14.30 Открытая книга
- 15.05 Новости. Кино
- 15.20 «Пелешан»
- 15.50 «Белая студия»
- 17.40 «Забывтое ремесло»
- 17.55 20 лет Национальному филармоническому оркестру России
- 18.45 «Чистая победа»
- 19.45 Вспоминай Инну Чурикову
- 20.15 Спектакль «Аудитория»
- 22.35 «2 Верник 2»
- 01.55 «Искатели»

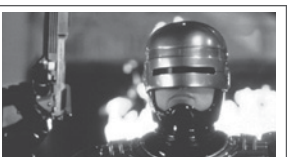
ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.05 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «РАЙСКОЕ ЯБЛОЧКО». (12+)
- 10.30 «Юрий Никулин. Шутки в сторону!» (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «КРАСНАЯ ЛЕНТА». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «Петровка, 38». (16+)
- 15.15 «СВОИ». (16+)
- 16.55 «Тайные дети звезд». (16+)
- 17.50 События
- 18.05 «Петровка, 38». (16+)
- 18.20 «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА». (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 Прощание. (16+)
- 00.00 «Петровка, 38». (12+)
- 01.25 «КРАСНАЯ ЛЕНТА». (12+)
- 02.55 «Петровка, 38». (16+)
- 03.10 «ЖИЗНЬ, ПО СЛУХАМ, ОДНА». (12+)

ТВ-3



22.30 «РОБОКОП-3». (16+)

- 06.00 09.15 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Охотники за привидениями. Битва за Мокшви. (16+)
- 09.30 «Слепая». (16+)
- 11.15 Знаки судьбы. (16+)
- 12.20 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Гадалка. (16+)
- 16.15 «Старец». (16+)
- 17.20 «Слепая». (16+)
- 18.30 Любовная магия. (16+)
- 19.30 «Слепая». (16+)
- 20.30 «МАЖОР». (16+)
- Раненая девушка с криками о помощи выбегает из машины, за ней следом - таксист. Девушку не удается спасти. Все улики указывают на водителя: в его машине следствие обнаруживает кошелёк убитой и орудие преступления.
- 22.30 «РОБОКОП-3». (16+)
- 00.45 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 03.00 «ЧАСЫ ЛЮБВИ». (16+)

ДОМАШНИЙ



00.55 «БАБОЧКИ И ПТИЦЫ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 09.15 Тест на отцовство. (16+)
- 11.20 «Понять. Простить». (16+)
- 12.25 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «СКВОЗЬ РОЗОВЫЕ ОЧКИ». (16+)
- 19.00 «ОТ ВСТРЕЧИ ДО РАЗЛУКИ». (16+)
- 22.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 23.20 «Порча». (16+)
- 23.50 «Знахарка». (16+)
- 00.25 «Верну любимого». (16+)
- 00.55 «БАБОЧКИ И ПТИЦЫ». (16+)
- 04.00 «Понять. Простить». (16+)
- 04.50 По делам несовершеннолетних. (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 13.00 17.30 00.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «СНАЙПЕР: ГЕРОЙ СОПРОТИВЛЕНИЯ». (16+)
- 13.30 18.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)
- 19.40 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.20 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
- 13.20 «Легенды армии». (12+)
- 13.55 15.05 «ВИКИНГ». (16+)
- 18.55 «Оружие Победы. Щит и меч Красной армии». (16+)
- 19.40 «Секретные материалы». (16+)
- 22.55 «Между тем». (12+)
- 23.20 «АТАКА». (12+)
- 01.15 «ДВА БОЙЦА». (12+)
- 02.30 «ДОБРОВОЛЬЦЫ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)
- 12.00 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 12.30 01.30 «Документальное кино». (12+)
- 13.00 16.30 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «#open vrn». (12+)
- 14.45 «В тени чемпионов». (12+)
- 17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 22.15 «Футбол губернии». (12+)
- 18.30 22.00 «Парламентский дневник». (12+)
- 18.45 01.15 «Правовой статус». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.15 «Здоровая среда». (12+)
- 22.45 «ТАНКИ». (12+)
- На пороге войны с фашистской Германией инженер Михаил Кошкин разрабатывает прототип нового инновационного танка Т-34...
- 04.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 Здоровый образ. (12+)
- 06.30 «Наши иностранцы». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 14.20 16.55 Новости
- 07.05 14.25 22.10 01.00 Все на Матч!
- 10.05 13.00 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 15.50 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (0+)
- 11.30 «Есть тема!»
- 13.20 «Большой хоккей» (12+)
- 13.50 «Вид сверху». (12+)
- 17.00 Футбол. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - «Урал» (Екатеринбург). FONBET Кубок России. 1/4 финала
- 19.30 Футбол. «Локомотив» (Москва) - «Спартак» (Москва). FONBET Кубок России. 1/4 финала
- 22.45 Футбол. «Лейпциг» (Германия) - «Манчестер Сити» (Англия). Лига чемпионов. 1/8 финала
- 01.55 Футбол. «Интер» (Италия) - «Порту» (Португалия). Лига чемпионов. 1/8 финала. (0+)
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 14.55 «Владимир Крикунов. Мужик». (12+)
- 08.55 12.45 16.00 22.40 02.50 Спецрепортаж. (12+)
- 09.15 «Пётр Ян» (12+)
- 09.30 03.05 «бхб». (0+)
- 10.05 Жизнь после спорта. (12+)
- 10.35 Вечер профессионального бокса. (16+)
- 13.05 Неделя КХЛ. (12+)
- 14.00 «Ты в бане» (12+)
- 14.25 «Магия большого спорта». (12+)
- 16.20 22.10 «Вид сверху» (12+)
- 16.50 Лыжный спорт. Фри-стайл. (0+)
- 19.00 Художественная гимнастика
- 20.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 23.00 «Есть тема!» (16+)
- 00.15 Здоровый образ. (12+)
- 00.45 География спорта. (12+)
- 01.15 Художественная гимнастика. Гала-концерт. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 TV1000
- 05.30 «Роботы-поезда», «Говорящий Том: Герои». Мультсериалы. (6+)
- 06.35 «Приключения Ам Няма». Мультсериал. (6+)
- 07.10 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)
- 10.10 «ДОМУ ОЗЕРА». (12+)
- 11.50 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
- 13.40 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 15.15 «С МЕНЯ ХВАТИТ». (16+)
- 17.15, 18.05 «МЕРЛИН». (12+)
- 19.00 «КОНСТАНТИН: ПОВЕЛИТЕЛЬ ТЬМЫ». (16+)
- 21.05 «АДВОКАТ ДЬЯВОЛА». (16+)
- 23.40 «ДЕНЬГИ НА ДВОИХ». (16+)
- 01.45 «УНЕСЕННЫЕ ВЕТРОМ». (12+)
- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.25 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.15 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 08.05 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
- 10.00 «ЧИСТОЕ ИСКУССТВО». (16+)
- 11.40 «БЛОКБАСТЕР». (16+)
- 13.05 «ОДИН ВДОХ». (12+)
- 14.55 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (6+)
- 17.10, 18.05 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА № 1». (16+)
- 19.00 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 20.40 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
- 22.20 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)
- 23.55 «МАТЬ МОЕГО СЫНА». (18+)
- 01.40 «АРИТМИЯ». (18+)
- 03.30 «БЕЛЫЙ СНЕГ». (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.50 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 08.05 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 09.30 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 10.55 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 12.20 «ТАКСИ-5». (16+)
- 14.10 «ВАСАБИ». (16+)
- 15.45 «СВАТЫ». (16+)
- 22.30 «БАЛАБОЛ-3». (16+)
- 02.05 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)
- Россия, 2013 г.
- 03.35 «БАБЛО». (16+)
- Россия, 2011 г.
- 05.05 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 18.00, 18.50, 19.50 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 20.40, 21.30 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 22.20 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 23.10 Суббота News 2023. (16+)
- 00.20, 01.30 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 02.30 «ОТТЕПЕЛЬ». (16+)
- 03.15 «Буба-3», «Буба», «Буба-2». Мультсериалы. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПРОВАЛ ОПЕРАЦИИ «БОЛЬШАЯ МЕДВЕДИЦА». (12+)
- 06.55 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.30 Старец Илий. О России и молитве. (0+)
- 11.05, 22.35 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 11.35 В поисках Бога. (6+)
- 12.05 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 12.40 Простые чудеса. (12+)
- 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 Святитель Тихон, Патриарх Московский и всея Руси. Цикл: День Ангела. (0+)
- 15.35 Театр военных действий. (16+)
- 16.40 «БОЛЬШИЕ И МАЛЕНЬКИЕ». (0+)
- 18.35 «ФОТОГРАФИЯ НА ПАМЯТЬ». (0+)
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 22.00 Старец Илий. О пандемии и вере. (0+)
- 23.05 Русский мир. (12+)
- 00.05 День Патриарха. (0+)
- 00.20 Феодор Ушаков. Цикл: Святые воины. (6+)
- 00.50 Киево-Печерские святые. Чудотворцы. (0+)
- 01.20 В поисках Бога. (6+)
- 01.50 Профессор Осипов. (0+)
- 02.15 Встреча. (12+)
- 03.10 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

22 февраля
Седмица сырная (масленица), сплошная. Глас 3. Обретение мощей свт. Тихона, патриарха Московского и всея России.



Мч. Никифора, из Антиохии Сирской. Обретение мощей свт. Иннокентия, еп. Иркутского. Сщмчч. Маркелла, еп. Сикелийского, Филагрия, еп. Кипрского, и Панкратия, еп. Тавроменийского. Прп. Панкратия Печерского, в Дальних пещерах. Прп. Геннадия и Никифора Васнецерских. Сщмчч. Василия пресвитера. Сщмчч. Иоанна пресвитера.

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.
« Одно в душе разумное и духовное, другое – страстное и неразумное, и первому принадлежит господство, а другому – повиновение и послушание разуму». Свт. Василий Великий

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Каждое утро. (16+)
- 06.40, 08.40, 15.00, 18.00, 23.00 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 07.15 PRO-клип. (16+)
- 07.20 Каждое утро. (16+)
- 08.10 Тееп чарт. (16+)
- 09.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 10.00 Восток - дело жёсткое (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Моя волна. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Top-15 like fm. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Лайкер. (16+)
- 17.00 Перемотка. (16+)
- 17.30, 18.20, 23.20 Плей-лист. Зима. (16+)
- 19.00 WEB чарт. (16+)
- 20.00 Хит-сториз. (16+)
- 20.30 Муз'итив. (16+)
- 22.00 Малышки на миллион: звезды поневоле? (16+)
- 00.30 Муз'итив. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- КИНОКОМЕДИЯ
- 00.50 «ПОСЛЕДНИЙ ОТПУСК». (12+)
- 02.50 «ЗНАЧИТ, ВОЙНА». (16+)
- 04.35 «ПОЧЕМУ ОН?» (16+)
- 06.40 «ДЮПЛЕКС». (12+)
- 08.20 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 10.30 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (12+)
- 12.25 «НЕЧЕГО ТЕРЯТЬ». (16+)
- 14.15 «БЕЛЫЕ ЛЮДИ НЕ УМЕЮТ ПРЫГАТЬ». (16+)
- 16.25 «БАТЯ». (16+)
- 17.55 «ДЖУНГЛИ». (6+)
- 19.30 «ГИТЛЕР КАПУТ». (16+)
- Комедия, криминал
- 21.20 «ВЫСОКИЙ БЛОНДИН В ЧЕРНОМ БОТИНКЕ». (12+)
- Комедия, Франция, 1972 г.
- 23.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 07.30 «Приходи на каток». Мультфильм. (0+)
- 07.40 «Хитрая ворона». Мультфильм. (0+)
- 07.50 «Кошкин дом». Мультфильм. (0+)
- 08.25 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (12+)
- 10.00 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
- 12.00 «СТРАХОВОЙ АГЕНТ». (12+)
- 13.15 «СПОРТЛОТО-82». (12+)
- 14.55 «АФОНЯ». (16+)
- 16.35 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
- 18.20 «Я ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-4». (16+)
- 20.00 «СИБИРИАДА». (12+)
- 00.55 «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ». (16+)
- 03.05 «Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЕРА». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг. В ролях: Юлия Пожидаева, Алина Сандрацкая
- 12.00, 20.00, 04.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
- Сериал. Драма, детектив. В ролях: Юрий Степанов, Роман Мадянов
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИДАНОЕ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.05 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 10.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Солнце, пляж, холодные коктейли и девочки. Как работать в таких условиях, особенно если Федя пригласил двух подружек прямо в фудтрак...
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- Макс и Вика вынуждены извиняться перед недовольной клиенткой - женой префекта. А Шеф всячески скрывает, что Катя - его дочь...
- 21.55 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- 01.45 «РАНЕТКИ». (16+)
- 04.05 «Фиксики». (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПЕРВЫЙ



16.10 «ОФИЦЕРЫ». (0+)

- 07.00 Телеканал «Доброе утро»
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Премьера. «Герои». Специальный репортаж. (16+)
11.10 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (16+)
14.35 «Офицеры». Концерт в Кремле. (12+)
16.10 «ОФИЦЕРЫ». (0+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Время выбрало нас!» Концерт ко Дню защитника Отечества. Прямой эфир
21.00 «Время»
21.35 «НАЧАЛЬНИК РАЗВЕДКИ». (16+)
23.35 «Юстас - Алексу». Тот самый Алекс». (16+)
00.40 Подкаст Лаб. (16+)

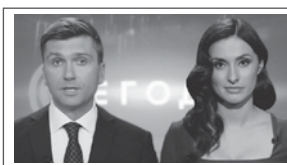
РОССИЯ 1



20.00 Вести

- 04.25 «КАМИННЫЙ ГОСТЬ». (12+)
05.55 «ФЕРМЕРША». (12+)
09.10 Большой юбилейный концерт, посвященный 90-летию Академического ансамбля песни и пляски им. А.В. Александрова
11.00 Вести
11.40 Петросян-шоу. (16+)
13.40 «ДЕВЧАТА». (0+)
15.25 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (6+)
17.00 Вести
18.00 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ЧЕМПИОН МИРА». (6+)
Виртуозная игра, максимальная психологическая напряженность и личное, человеческое противостояние двух сильнейших шахматистов планеты...
23.50 «ОГОНЬ». (6+)
02.00 «БАЛКАНСКИЙ РУБЕЖ». (16+)

НТВ



08.00 «Сегодня»

- 04.00 «ОТСТАВНИК». (16+)
05.35 «ОТСТАВНИК-2». (16+)
07.10 «ОТСТАВНИК-3». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «ОТСТАВНИК-3». (16+)
09.25 «ОТСТАВНИК: ОДИН ЗА ВСЕХ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «ОТСТАВНИК: ОДИН ЗА ВСЕХ». (16+)
12.00 «ОТСТАВНИК: СПАСТИ ВРАГА». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.20 «ОТСТАВНИК: СПАСТИ ВРАГА». (16+)
14.20 «ДЕД МОРОЗОВ». (16+)
Морозов Николай Александрович - самый пожилой герой Великой Отечественной войны. Он попал на войну в возрасте 87 лет и стал одним из лучших снайперов...
16.00 «Сегодня»
16.20 «ДЕД МОРОЗОВ». (16+)
19.00 «Сегодня»
19.40 «ДЕД МОРОЗОВ-2». (16+)
23.35 «Три танкиста». (16+)
00.30 «НЕВСКИЙ: ЧУЖОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ». (16+)

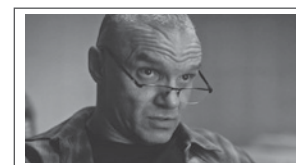
СТС



02.35 Даёшь молодёжь! (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.10 «Мультфильмы». (0+)
07.30 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
08.45 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
11.05 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
13.40 «ДЕВОЧКА МИА И БЕЛЫЙ ЛЕВ». (6+)
15.40 «СУВОРОВ: ВЕЛИКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
17.25 «Монстры на каникулах». (6+)
19.15 «Монстры на каникулах-2». (6+)
21.00 «Монстры на каникулах-3. Море зовёт». (6+)
22.55 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ: ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
00.50 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
02.35 Даёшь молодёжь! (16+)
04.00 «6 кадров». (16+)

ТНТ



10.30 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
10.30 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ». (16+)
Марафон сериала о суровом сибиряке в гламурной Москве.
16.30 «ПАТРИОТ». (16+)
Марафон серий нового сезона о приключениях бывшего спецназовца на гражданке. Саню отстраняют от учёбы в академии ФСБ до выяснения результатов ДНК-теста...
21.00 «НЕЛИЧНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
Марафон сериала о съёмках домашнего видео...
01.30 «ЗОМБОЯЩИК». (18+)
Несколько десятков самых разных скетчей обо всем на свете. Для героев этого фильма нет запретных тем - шутить можно о чем угодно, и особенно о телевидении.
02.25 «Импровизация». (16+)
03.55 «Comedy Баттл». (16+)
05.30 «Открытый микрофон». (16+)

РЕН



06.00 «С бодрым утром!» (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «СМЕРШ». (16+)
21 июня 1941 года. Советский дивкурьер Георгий Волков везет в СССР из Берлина ценный груз - изумруды на сумму 37 миллионов рейхсмарок. Однако на самом деле это лишь прикрытие.
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «СМЕРШ». (16+)
16.30 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
Сюжет основан на реальных событиях. 13-го июля 1942-го. Экипаж советского танка KV-1 под командованием Семёна Коновалова вступил в неравную схватку с противником.
23.00 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)
02.50 «КРЕМЕНЬ: ОСВОБОЖДЕНИЕ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Тайны Медовой долины». (12+)
05.20 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.05 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
06.25 «Простоквашино». (12+)
07.30 «Большое путешествие». (16+)
09.00 «Аисты». (6+)
10.40 Четыре свадьбы. (16+)
23.50 «Я НЕ ШУЧУ». (18+)
01.50 Пятница News. (16+)
02.10 На ножках. Отели. (16+)
04.00 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.40 «Маша и Медведь». (0+)
10.25 «Беременная в 16». (16+)
14.30 «УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ 3D». (12+)
Группа танцоров начинает репетировать вместе с танцорами из балета. На стыке рок-н-ролла, уличных танцев и классики рождается умопомрачительный микс танцевальных стилей, страстей и эмоций.
16.30 «УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ-2». (16+)
18.10 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)
20.05 «НЕВЕСТА С ТОГО СВЕТА». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.00 «Измены». (18+)

ЧЕ!

- 06.00 «ЗНАХАРЬ». (16+)
Молодой перспективный врач, счастливый муж и баловень судьбы Константин Разин в один миг лишается всего. Он обвиняется в убийстве, которого не совершал, и попадает за решетку. Даже там он остается верен своей профессии и получает кличку Знахарь.
22.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
01.50 Рюкзак. (16+)
03.20 Невероятные истории. (16+)

МИР

- 05.00, 04.05 Наше кино. История большой любви. (12+)
05.15 «БРАТАНЫ-4». (16+)
08.30, 10.10, 16.15 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+)
Фильм рассказывает о событиях 1944 года...
10.00, 16.00, 18.30 Новости
18.45, 16.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: КРЫМ». (16+)
В основу сериала положены события Великой Отечественной войны - противостояние фашистской разведки и советской контрразведки во время подготовки к ялтинской конференции встреч глав государств-союзников.
00.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)
04.30 Мультфильмы. (6+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
10.05 Отражение
12.05 15.05 03.20 «ЖИЗНЬ И СУДЬБА». (16+)
17.00 «Здоровая среда». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
19.10 «ОСОБО ВАЖНОЕ ЗАДАНИЕ». (12+)
21.25 Гала-концерт фестиваля «Во имя жизни», посвящённого творчеству Александры Пахмутовой. (12+)
22.50 «БРАТ ВО ВСЁМ». (16+)
00.10 «ХОЛОСТЯК». (16+)
01.40 Отражение. Главное. (12+)

ПОБЕДА

- 05.00 «ГЕРОЙ 115». (16+)
06.00 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+)
07.50 «КАЛАШНИКОВ» (16+)
09.30 «РЯДОВОЙ ЧЭРИН». (16+)
11.10 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)
14.40 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАБ-БАТ». (16+)
В ролях: Илья Малаков, Сергей Стрельников
1984 год, разгорается афганская война. В СССР перестройка, «холодная война» в самом разгаре. На этом фоне развивается история двух влюбленных - Мити и Ани, которые оказались разлучены.
01.00 «РУБЕЖ». (16+)
02.30 «СОЛДАТИК». (12+)
04.00 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00, 09.00, 15.00 «Лео и Тиг». (0+)
Мультисериал «Лео и Тиг» рассказывает о необычной дружбе двух маленьких жителей тайги Приморского края. Леопард по имени Лео и тигрёнок по имени Тиг каждый день отправляются в захватывающее путешествие по родному краю, чтобы изучить его загадки и помочь другим животным. Лео - зверь очень редкого вида, и из всей семьи у него осталась только мама, но ему удаётся найти верного и заботливого друга в лице Тига. Они становятся неразлучными друзьями и проводят время неразлучно. Малышам интересно всё вокруг, а обычные явления они воспринимают как что-то волшебное. Животные учат маленьких зрителей, как правильно обращаться с дикой природой, требующей особого внимания...
08.50 «Морики Дорики». (0+)
12.00 «Геройчики». (0+)
Мальчик Рома очень любит играть, поэтому в его комнате полным-полно разных игрушек. Все эти игрушки обожают игры, веселье, соревнования, приключения и вечеринки. Когда Ромы нет в комнате, они живут собственной увлекательной и игровой жизнью. Но если что-то случается с их любимым Ромой, Геройчики тут же бросают свои затеи и делают все возможное, чтобы помочь ему справиться с неприятностями.

МУЛЬТ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Три когтя». (0+)
07.00 «С бодрым утром, малыши!» (0+)
Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
07.30 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
Настало время приоткрыть завесу тайны и поближе познакомиться с миром юных волшебниц и его жителями!
10.40 «Ну, погоди!» (0+)
13.15 «С.О.Б.Е.З.» (6+)
Вот уже который год идёт борьба между кланами двух суперзлодеев - Носорога Гегемона и Ядерной Мартышки. Ослеплённые жаждой власти над миром, они превратили его в поле боя и, наверное, давно бы уничтожили... Если бы не Специальный Отряд Бесстрашных Зверей! А девиз отряда такой: «Один - коготь, вместе - лапа!»
15.30 «Ералаш». (6+)
17.00 «Геройчики». (0+)
19.10 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
Смешарики отправляются в сердце джунглей, где их ждут приключения, туземцы, до зубов вооружённые гаджетами, расхитители гробниц и невероятные испытания. Задача проста - всего-навсего спасти мир!
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Простоквашино». (0+)
22.50 «Ералаш». (6+)
01.05 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
01.30 «Смешарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
01.00 Государственные перевороты в России. (12+)
01.30 Бунты в России. (12+)
02.00 Историкограф. (12+)
02.40 1937. Год страха. (12+)
03.10 Тайное становится явным. (12+)
03.20 Историада. (12+)
04.15 Меценаты России. (6+)
04.45 Историкограф. (12+)
05.25 Государственные перевороты в России. (12+)
05.55 Бунты в России. (12+)
06.20 Историада. (12+)
07.15 Меценаты России. (6+)
07.45 История образования в России. (12+)
08.00, 08.25, 08.55, 09.20 На пути к Великой Победе. (12+)
09.50 Семь дней истории. (12+)
10.00, 10.40, 11.25, 12.05, 12.50, 13.30, 14.15, 15.00 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
15.40 Михаил Зорин. Жизнь продолжается. (12+)
17.00, 17.40, 18.25, 19.10 Афганистан. Незвестная война инженерных войск. (12+)
19.50 Семь дней истории. (12+)
20.00 Историада. (12+)
21.00 Ненаписанные мемуары. (12+)
21.55, 22.25, 22.55, 23.20 Забытый полководец. (12+)
23.50 Семь дней истории. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.15, 07.00 Военные заводы. (12+)
07.55, 08.45 Затерянные города троянцев. (12+)
09.35 Загадка троянского коня. (12+)
10.35 Тайна фетского кода. (12+)
11.35, 12.35 Мифы: великие тайны человечества. (12+)
13.35 Восход Османской империи: Новый султан. (16+)
14.25 Восход Османской империи: Сквозь стены. (16+)
15.15 Восход Османской империи: В Золотой Рог. (16+)
16.05 Затерянные библейские города: Тайна Великого потопа. (16+)
17.05 Затерянные библейские города: Тайны Ниневии и Вавилона. (16+)
18.00 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+)
19.00 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+)
20.00 Мифы: великие тайны человечества: Бермудский треугольник. (12+)
21.00 Мифы: великие тайны человечества: Проклятые фараонов. (12+)
22.00 Военные заводы: История пулемета. (12+)
22.55 Республика детей. (12+)
23.55, 00.45 Восход Османской империи. (16+)
01.35, 02.20 Затерянные города троянцев. (12+)
03.05 Загадка троянского коня. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 06.25, 15.45, 16.10, 03.20, 03.45 Это лечится. (12+)
06.55, 07.20, 16.40, 17.05 Большой скачок. (12+)
07.50, 08.15, 17.35, 18.00 Клинический случай. (12+)
08.45, 18.30 На приёме у косметолога. (12+)
09.10, 18.55 Медицинский квест. (16+)
09.55, 21.35 Метод исследования. Заболевания печени. (12+)
10.25, 22.00 Метод исследования. (12+)
10.50, 11.20, 22.25, 22.55 Основной элемент. Мужчины vs Женщины. (12+)
11.45, 23.20 Клинический случай. Спасти Гоголя. (12+)
12.15, 23.50 Клинический случай. Спасти доктора Чехова. (12+)
12.40, 00.15 Мужской тест. (16+)
13.10, 00.45 Медицинский квест. Импотенция. (12+)
13.55, 01.30 На приёме у психолога. Алкоголизм. (12+)
14.20, 01.55 На приёме у психолога. Кризис среднего возраста. (12+)
14.50, 02.25 Большой скачок. Зависимости. (16+)
15.15, 02.50 Основной элемент. Горном риска. (12+)
19.45, 04.10 На приёме у доктора Бубновского. Мужское здоровье. (12+)
20.10, 04.40 На приёме у доктора Бубновского. Синдром менеджера. (12+)

Викторина-конкурс от «ТЕЛЕКА»

Дорогие читатели, мы предлагаем вам принять участие в викторине-конкурсе «Как на Масленой неделе в потолок блины летели!»

П о условиям конкурса, надо дать ответы на вопросы викторины и составить кодовое слово из отмеченных букв. Выберите правильный вариант ответа, найдите в нем выделенную букву и впишите ее в соответствующую клеточку внизу.

1 Масленница продолжает-ся целую неделю. В это

время все сословия на Руси увлекались праздничной жизнью и забавами, устраивали обряды проводов зимы – ряжение, сжигание старых вещей и чучела Масленицы. По традиции, в течение Масленой недели некоторые родственники должны пригласить друг друга на блины. Какие родственники показывали таким образом уважение друг к другу?

а) Молодая семья и дедушки и бабушки.
б) Зять и теща.
в) Невестка и золовка.



2 Пётр Ильич Чайковский написал фортепианную миниатюру «Масленица». В какой цикл произведений композитора вошла музыкальная картинка разгульного праздника с задорными плясками и перзвоном бубенцов на тройках?

а) «Времена года».
б) «Щелкунчик».
в) «Зимние грезы».

3 В какой русской народной сказке на Масленицу баба напекла пять чучунов блинов, которых даже солнышко захотелось отведать?

а) «Солнце и блины».
б) «Солнце и Луна».
в) «Солнце и весна».

4 Русские писатели тоже не обошли вниманием Масленицу. В каком литературном произведении описана сцена народных гуляний?

а) «Война и мир» Л.Н. Толстого.
б) «О бренности» А.П. Чехова.
в) «Снегурочка» А.Н. Островского.

5 На Масленицу на Руси обязательно на площадях устраивались театрализованные представления. Как звали любимого народом персонажа таких забав?

а) Солдат.
б) Петрушка.
в) Купец.



Кодовое слово:

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

Ответы принимаем 22 февраля с 12:00 до 13:00 по московскому времени по телефону: 8-495-792-47-73
Срок проведения конкурса с 15 февраля по 1 марта 2023 года.

Результаты конкурса будут опубликованы 1 марта 2023 года в №9 газеты «ТЕЛЕК».

Присылайте ответы и получите призы:

- 1 МЕСТО** – книга «Просто кухня с Александром Бельковичем» с автографом автора;
- 2 МЕСТО** – подписка на полгода на газету «ТЕЛЕК»;
- 3 МЕСТО** – подписка на полгода на журнал «Домашний повар».

Участие в конкурсе означает ваше ознакомление и полное согласие с «Общими правилами» участия в конкурсах, размещенными на сайте Организатора конкурса по адресу:

<https://telek.kardos.media/project/>

Не забывайте указывать свой номер телефона для связи.



«ТЕЛЕК» приглашает на блины

Т радиции – тот самый «мостик» к стабильности, уверенности в завтрашнем дне, которого нам сейчас так не хватает. В череде подобных «мостиков» Масленница занимает особое место. Это праздник добра, всепрощения, умения радоваться простым вещам. В 2023 году Масленница пройдет с 20 по 26 февраля, и в каждый из семи дней на столе будут уместны блины. Ну не готовить же каждый день одно и то же! Мы собрали для вас сборник рецептов, который поможет внести в масленичное меню необходимое разнообразие. Здесь вы найдете и рекомендации шеф-поваров, и фирменные рецепты артистов, а также рассказы об истории Масленицы и традициях ее празднования. Ну и, конечно, не обошлось без рецептов начинок и соусов. Мы также подобрали несколько оригинальных идей для подачи блинов. Ну а чтобы праздник прошел более азартно и интересно, предлагаем вам принять участие в конкурсе-викторине и выиграть приз!

Подробности на стр. 16 сборника.

Поздравляем вас с Масленицей и желаем отведать побольше вкусных и аппетитных блинов!



ФОТО: С. ВИННИКОВ

Масленица:

Карнавал

Масленица – это не просто праздник, это целая неделя весёлых посиделок и всевозможных забав. Пища без меры, гулянье на полную катушку – так, как правило, воспринимаются Масленица неделя. Однако есть в масленичных гуляниях свои нюансы.

Имена праздника

У Масленой недели столько имен, что все и пересчитать сложно. Вот только некоторые из великого множества: Сырная неделя, Масолуст, Блишница, Пополуха, Обьеуха, Кривая неделя, Боярыня Масленица, Госпожа Масленица, Целовальница, Масленая колдунья, Прожорная неделя.

В 2023 году Сырная неделя продлится с 20 по 26 февраля.

Каждый день на Масленицу имеет своё название и свои традиции.

Понедельник.

Встреча

Встречали Масленицу – ходили по деревне с чучелом из соломы. Потом катались на санках и устанавливали чучело на самой высокой снежной горке, с которой начинались катания на санях и веселые гулянья с песнями и танцами. Накрывали столы со сластями.

Воскресенье.

Проводы, Целовник, Прощёное

Воскресенье

Сжигалось чучело Масленицы как обычно раз провожаемой

зимы. Кроме встречи весны у Масленицы есть и другая, «пограничный» смысл: она служит переходом к Великому посту. В эту неделю уже нельзя есть мясо. С православной точки зрения, Масленица – это неделя прощения и примирения. В этот день все – и взрослые, и дети – просили друг у друга прощения. А после обеда шли в церковь к открывающейся Великой пост вечерне.

Наши предки считали, что тот, кто не веселится на Масленицу, будет жить бедно и уныло.



Блинные красавицы

Мешочки

Если в центр блина положить начинку, а его края поднять, собрать и перевязать перышком лука, веточкой петрушки и т.п., получатся оригинальные мешочки.



Роллы

Подвернув один край блина и скатав его рулетом, получим аккуратные роллы, которые можно раскатывать на блюде вертикально. При желании можно наполнить роллы начинкой.



Треугольники

Завернуть края с трех сторон и обжарить, чтобы закрепить форму. Выкладывать стороной без стыков. Можно добавить тонкий слой начинки.



Розочки

Из очень тонких блинчиков можно сделать нарядные розочки, свернув блин в трубочку и вывернув один его край на другую.



Сеточки

Испекь блинчики в клеточку, сверху на каждый выложить лист салата, начинку и свернуть рулетиком.



Гнёзда

Для такой подачи понадобятся очень тонкие блинчики, которые нужно скрутить в рулет, а затем уложить спиралью. Сверху можно выложить начинку.



Шашлычок

Блинчики, фаршированные овощами, разрезать пополам, нанизать на шпажки. Воткнуть «шашлычки» для устойчивости в половинку яблока.



Двойные треугольники

В середину блина положить начинку. Край блина сложить к центру, формируя треугольник. Затем так же, к центру, подтянуть края сформированного треугольника и закрепить шпажками.



Даже самое обычное блюдо можно сделать праздничным, надо только выбрать, как подать его красиво.



Блинная стопка

Самый простой способ – сложить блины ровной стопкой на большой тарелке. Чтобы блины не спалились, их необходимо промазывать маслом.



При порционной подаче можно сложить блины пополам два раза. Внутрь можно вложить начинку.



Уголки

Сложив блин три раза, получаем симпатичные уголки, которые можно как выложить на одном большом блюде, так и подать порционно.

Как подать

Налистники

Это блинчики с начинкой, открытые с одного конца.



Конвертики

Конвертики отличаются от налистников отсутствием начинки. При желании можно смазать внутреннюю поверхность блинов тонким слоем джема, варенья и т.п.



Трубочки

Выложив по краю блина начинку и свернув его рулетом, получим трубочки, которые можно красиво уложить горкой на блюде.



Веер

При индивидуальной подаче блин можно собрать «гармошкой», а затем сложить пополам – получится своеобразный веер.



Барышня

4-5 тонких блинчиков сложить два раза. Полученную четверть немного примять, поставить. Один блин скатать, приплюснуть, наложить сверху. Еще один блин свернуть пополам и укутать «барышню», скрепив края «платка» зубочисткой.



Рулетки

Если края блинов-трубочек закрупят, получатся рулетки.



Конус

На край блина выложить начинку (лучше плотную – крем-сыр, творог и т.п.) и свернуть блин по кругу.



по-русски

Вторник. Заигрыши

Катались на лошадях и санках, качелях и каруселях, а также с гор, кто дальше уедет. Считалось, что у победителя будет хорошо сбиваться масло. На веселых гуляньях парни и девушки присматривались друг к другу, формировались взаимные симпатии, которые в скором времени могли закончиться сватовством и свадьбой.

Среда. Лакомка

На Лакомку теща приглашала зятя и всю родню на блины. Какими бы сложными ни были отношения между тещей и зятем, в этот день было принято не помнить зла. Теща приглашала мужа дочери в гости и старалась как следует накормить блинами собственного приготовления. Ведь это отличный способ наладить отношения!

ПОСЛОВИЦА

Масленица, семикова племянница.

Четверг. Перелом, разгуд, Широкий четверг

Переход от Узкой масленицы к Широкой: три дня позади, три дня впереди. Гуляния из семейных превращались в массовые. Развлечения продолжались целый день, с утра до вечера: шуточные бои, катания с ледяных горок (надо было накататься вдоволь, ведь скоро лед растает), езда на санях, пляски под гармошку. Молодоженов по традиции заставляли при всех целоваться и спускали с горы в санях.

Суббота. Золовкины посиделки

Гостей на блины завалила молодая невестка. Молодые женщины в субботу старались показать себя хорошими хозяйками и продемонстрировать родне мужа (в частности, его сестрам, то есть золовкам) свои кулинарные таланты. За чем? Да с той же целью – наладить мир в семье! Помимо угощения надо было одарить золовок подарками.

ПОСЛОВИЦЫ

На горах покатаешься, в блинах поваляться.

Масленица идет, блин да мед несет. Блины, блинчики, блины, как колёса у Весны.

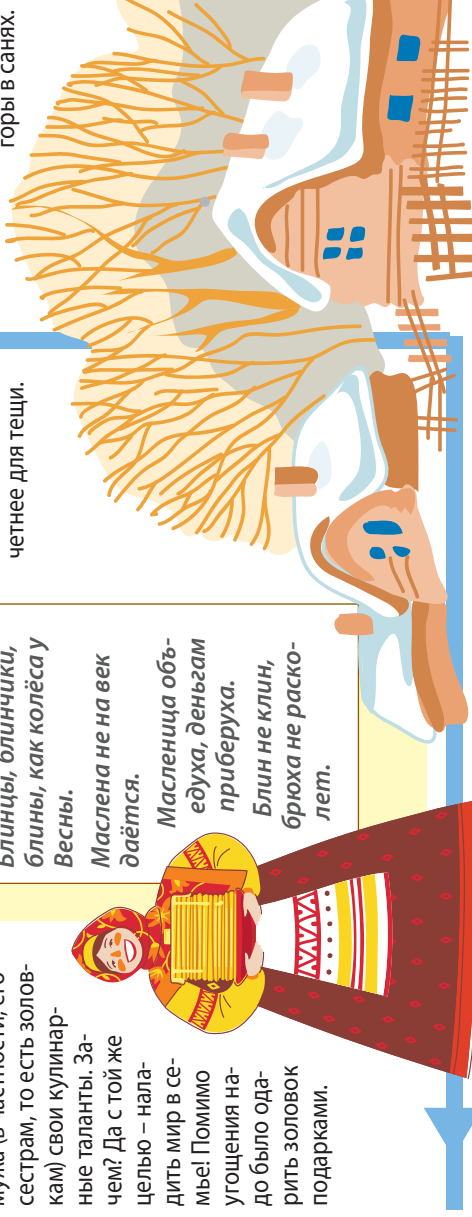
Маслена не на век даётся.

Масленица едуха, деньгам приберуха.

Блин не клин, брюха не расколлет.

Пятница. Тёщины посиделки

Ходили в гости – тещи к зятям. Накануне зять лично приглашал тещу на блины, а утром засыпал «зватых» – чем больше, тем почетнее для тещи.



Блины с лососем

На 8-10 персон. Время: 1 час
Калорийность (на 100 г):
212 ккал



ИНГРЕДИЕНТЫ:
1 кг пшеничной муки, 10 яиц, 2200 мл молока, 200 г сахара, 10 г соли,
120 мл растительного масла
Для начинки на 1 порцию:
200 г филе лосося, 150 г помидоров,
300 мл сливок (жирности 20%), 10 г чеснока, 10 г укропа
Для подачи:
Несколько перьев зеленого лука

КАК ПРИГОТОВИТЬ:
1 Смешать ингредиенты, испечь классические блины.
2 Приготовить сливочный соус. Нарезать лосось кубиками 2 на 2 см, обжарить с двух сторон на сковороде. Нарезать кубиками помидоры. Добавить к лососю, залить сливками. Довести сливки до кипения и дождаться, пока они загустеют. Добавить к соусу мелко нарезанный чеснок и укроп.
3 Соус выложить на блин, завернуть мешочком. Блин сверху перевязать ошпаренным зеленым луком, чтобы не открылся. Подать на стол.

Блины со сливочным сыром и апельсином



На 8-10 персон. Калорийность
(на 100 г): 312 ккал
Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:
1 кг пшеничной муки, 10 яиц, 2200 мл молока, 200 г сахара, 10 г соли,
120 г растительного масла
Для начинки на 1 порцию:
150 г сливочного сыра, 50 г сливок,
10 г цедры апельсина, 20 г ванильного сахара
Для подачи:
100 г сахара для карамели, 100 г шоколадного мороженого

КАК ПРИГОТОВИТЬ:
1 Смешать ингредиенты, испечь классические блины.
2 Приготовить начинку. Сливочный сыр смешать со сливками до консистенции густой сметаны, добавить ванильный сахар и цедру апельсина, все перемешать.
3 Готовые блины свернуть «конвертиком», начинить апельсиновым сыром.
4 Разогреть в сковороде сахар-песок, выложить в него блины и обжаривать, пока сахар не карамелизуется. Блины в карамели выложить в тарелку, сверху положить шарик шоколадного мороженого.



Блины из гречишной муки

На 8-10 персон. Калорийность
(на 100 г): 335 ккал
Время: 1 час 30 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
1 кг пшеничной муки, 200 г гречишной муки, 12 яиц, 2500 мл молока, 150 г растительного масла,
220 г сахара, 12 г соли
Для сливочного хрена:
100 г сметаны (жирности 25%),
100 г майонеза, 80 г консервированного хрена

В отношении 1/1, добавить туда ложку консервированного хрена, перемешать.
3 Нафаршировать свернутые «конвертиком» блины запеченной бужениной, также добавить бочковые огурцы и сливочный хрен (из расчета три блина на порцию). Подать на стол.



НАША СПРАВКА

Андрей Бова – шеф-повар, ресторатор и ведущий кулинарного шоу «Пять ужинов» на телеканале Домашний.

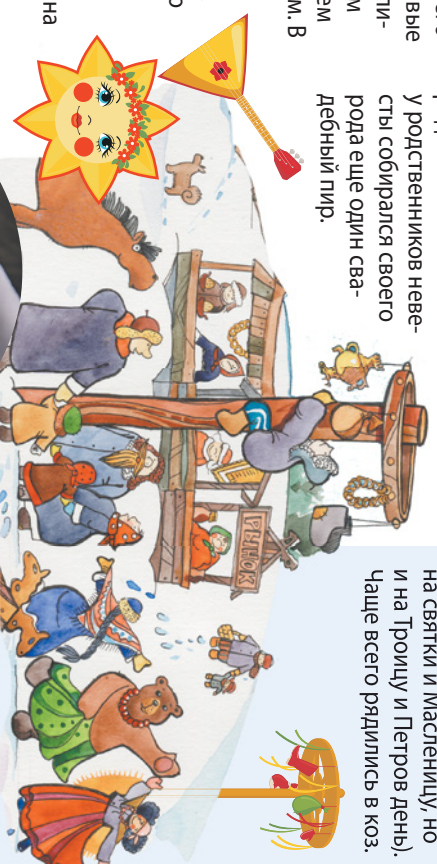
В нем он рассказывает, что можно приготовить на рабочую неделю из продуктов, которые всегда есть в холодильнике. Сам себя называет гастрономическим хулиганом.

Фото телеканала Домашний

Как праздновали Масленицу в Воронежском крае

Как и во всех городах нашей страны, на Масленицу катались с гор, ездили на санях, качались на качелях, проводили куланные бои, водили хороводы, делали чучело Масленицы и сжигали его. Интересно, что бытовало несколько вариантов с чучелом Масленицы. Где-то его изготавливали заранее, в первые дни празднования, и устанавливали на снежном коме в своем дворе или возле ворот. Приним чучело делал себе каждый сам. В некоторых районах чучело делали исключительно в завершенной Масленицу день, возили по селу, закидывая его яйцами.

Было еще одно обязательное мероприятие на праздник – катание на санях.



Блины «Воронежские» с подливой

На 6 персон. Калорийность
(на 100 г): 210 ккал
Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:
Для теста:
200 г муки, 3 яйца, 1 л кефира,
1 ч. л. соды, 20 мл растительного масла
Для подливы:
2 яйца, 1 ч. л. соли, 200 г сливочного масла

КАК ПРИГОТОВИТЬ:
1 Кефир подогреть, помешивая, на небольшом огне, снять с огня, добавить соду. Добавить яйца, муку, замесить тесто. Поставить в теплое место.
2 Для подливы масло растопить, яйца взбить. Когда



масло начнет кипеть, влить в него тонкой струйкой, помешивая, взбитые яйца. Как только масса загустеет, добавить соль, перемешать.

3 На разогретой сковороде, смазанной тонким слоем растительного масла, жарить блины.
4 Каждый блин промазывать подливой, складывая в стопку. Блины можно резать, как торт.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Впервые дни Масленицы величают по имени-отчеству, называя дорогой гостей, а в последний день праздника посвящены корильные песни, в которых отношение меняется: это уже «мироедка» «обируха-обмануха, пришла только на семь дней».

Польклор сохранил для нас обряды Масленичной недели – в Воронежской области на праздник присутствовали ряженые (не только на святки и Масленицу, но и на Троицу и Петров день). Чаще всего ряжились в коз.

Как плодотворое животное коза должна вызывать плодородие земли. Водили ряженую женщину как символ Матери-Земли. В некоторых селах делали «козла»: «к ротатлине прибывали поперечную палку, на нее вешали «бороду», одевали и украшали». За женщинами с «послом»-козлом, с песнями, пристраивался «хвост».

Один из масленичных ритуалов касался парней, которые не успели вступить в брак, хотя было уже пора. К ним приходили домой и привязывали колодку к ноге. Тратовка этого действия была такой: «Раз не нашел себе жену – на тебе поле!» Парням приходилось откупаться.



Бабушкины блины

на опаре

На 10 персон. **Калорийность** (на 100 г): 227 кКал
Время: 3 часа 30 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для опары:
 250 г муки, 1 стакан воды,
 2 ч. л. сухих или 60 г прессо-
 ванных дрожжей

Для теста:

250 г муки, 500 мл молока,
 1 яйцо, 1 ст. л. сахара, 2 ст. л.
 растительного или раство-
 ренного сливочного масла,
 1 ч. л. соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Развести дрожжи в 1 ста-
 кане теплой воды.
 2 Влить в муку, тщательно
 размешать, накрыть ем-
 кость с опарой полотенцем и
 поставить в теплое место на
 50-60 минут.

3 В подошедшую опару до-
 бавить сахар, масло, яй-
 цо, соль, размешать.

4 Добавить теплое молоко
 и остальную муку, выме-
 сить тесто, накрыть емкость
 полотенцем и поставить
 подниматься еще
 на час в теплое
 место.

5 Поднявшее-
 ся тесто разме-
 шать (осадить) и дать
 ему подняться еще раз.
 Жарить блины нужно, как
 только тесто поднялось вто-
 рой раз, не перемешивая его.

Блины на молоке

На 8 персон. **Калорийность** (на 100 г): 170 кКал
Время: 25 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г муки, 1 л молока, 4 яйца,
 3 ст. л. растительного масла,
 3 ст. л. сахара, щепотка соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Яйца взбить с солью и сахаром,
 добавить молоко, перемешать.

2 Добавить небольшими ча-
 стями муку, перемешивая до
 гладкости.



3 Добавить масло, перемешать.
 Выпекать блины на хорошо
 разогретой и смазанной маслом
 сковороде.



Блины на кислом молоке

На 4 персоны. **Калорийность** (на 100 г): 234 кКал
Время: 15-20 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан муки, 2 стакана кислого
 молока, 2 ст. л. сметаны, 1 яйцо,
 2 ст. л. сахара, 1 ч. л. соды, ще-
 потка соли, 3 ст. л. растительно-
 го масла

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Яйцо взбить с сахаром и со-
 лью, добавить сметану, тща-
 тельно перемешать.

2 Влить кислое молоко, доба-
 вить соду, перемешать.

3 Добавить масло и просея-
 ную муку, замесить одно-
 родное тесто.

4 Выпекать на хорошо
 разогретой сковоро-
 де обычным способом.



Тонкие картофельные блины с зеленью

На 7 персон. **Калорийность** (на 100 г): 135 кКал
Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 картофелины, 2 яйца, 400 мл
 молока, 200 г муки, 1 ст. л. сахара,
 1/2 ч. л. соли, 20 г петрушки, 80 мл
 растительного масла, соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Картофель очистить, нарезать
 средними кусочками и варить
 до готовности. Картофельный от-
 вар оставить для теста.

2 Слить 1/2 картофельного от-
 вара и помять картофель тол-
 кушкой до однородной консистен-
 ции. Влить молоко, добавить 2 яйца
 и перемешать венчиком.

3 К картофелю с молоком по-
 степенно всыпать муку и по-
 стоянно перемешивать венчиком.
 Тесто для картофельных блинов
 должно быть чуть гуще, чем у обы-
 чных блинов. Добавить в картофе-
 лное тесто 2 щепотки соли, 1 ст. л.
 сахара, 1/2 ч. л. соды, 20 мл расти-
 тельного масла и перемешать.

4 Мелко нарубить петрушку,
 отправить в тесто и переме-
 шать. Готовому тесту дать постоять
 5 минут. Разогретую сковороду с
 антипригарным покрытием сма-
 зать растительным маслом (10 мл)
 и перелить половник теста на ско-
 вороду, равномерно распределить
 по поверхности. Обжарить блин на
 медленном огне, подержав 1-2 ми-
 нуты с каждой стороны.

5 Таким образом пожарить бли-
 ны из оставшегося теста, сма-
 зывая растительным маслом (10 мл)
 сковороду через каждые 1-2 блина.

6 Скрутить блинчики в трубоч-
 ки и подавать со сметаной,
 стущенкой или любым топplingом.



рецепты
 от
 Александра
 Бельковича

СОВЕТ
 ОТ ШЕФА
 Тесто для бли-
 нов должно
 быть гуще, чем
 для классиче-
 ских блинчи-
 ков.

Попадын блинный пирог с яблоками

На 8 персон. **Калорийность** (на 100 г): 110 кКал
Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ

Для теста:
 250 мл молока, 2 яйца, 150 г
 пшеничной муки, 70 г сахара,
 1/2 ч. л. соды, 80 мл подсолнеч-
 ного масла, щепотка соли

Для начинки:

8 средних яблок, 400 г зернисто-
 го творога, 3 ст. л. стущенного
 молока, 70 г сахара, 120 мл
 сливок (жирности 20%)

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 В молоко разбить 2 яйца, до-
 бавить щепотку соли и 3 ст. л.
 сахара, перемешать венчиком до
 однородности.

2 Высыпать в молоко муку, соду
 и перемешать венчиком.

3 Добавить в тесто 50 мл под-
 солнечного масла и переме-
 шать венчиком.

4 На сковороду налить под-
 солнечное масло (20 мл) и
 обжарить блины с двух сторон
 (5 штук), после второго блина
 на сковороду налить еще 10
 мл масла.

5 С помощью специального
 ножа удалить сердцевин-
 ны (семенные коробочки)
 из шести яблок и наре-
 зать тонкими кружочка-
 ми. У двух целых яблок
 отрезать верхушки с
 веточками для укра-
 шения пирога. Творог
 смешать со стущенкой.

6 В разогретый со-
 тейник насыпать
 70 г сахара. Как только
 сахар закаррамельзирует-

ся и потемнеет,
 влить сливки и
 одновременно пере-
 мешать венчиком. Сливки
 можно добавить чуть больше
 или меньше, ориентируясь на
 консистенцию соуса.

7 На листе пергаментной бу-
 маги на противне собрать
 пирог: положить блин более
 поджаристой стороной вверх,
 сверху выложить тонкий равно-
 мерный слой творога со сту-
 щенкой, а на творог выложить
 яблочные кружочки и полить
 яблоки небольшим количеством
 каррамельного соуса.

8 Таким образом собрать
 пирог, чередуя слои, на по-
 следний блин выложить яблоки,
 полить каррамельным соусом и
 положить верхушки с веточками.

9 Отправить пирог в заранее
 разогретую до 180 градусов
 духовку на 20 минут.

10 Готовый пирог разрезать
 на порционные кусочки.

НАША СПРАВКА

Александр Белькович –
 ресторатор, блогер, автор
 книг по кулинарии и
 ведущий шоу «Про-
 СТО кухня» на СТС.
 Открыл более
 20 ресторанов в
 качестве бренд-
 шефа. Обладатель
 специальной но-
 минации премии
 WHERE TO EAT «За
 вклад в развитие
 ресторанной куль-
 туры».



Блинчики гречневые с изюмом

На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г):
180 ккал

Время: 30 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

150 г гречневой муки, 50 г пшеничной муки, 1 ч. л. разрыхлителя, горсть изюма без косточек, 50 мл фруктового сока, 25 г сахара, растительное масло, соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Изюм замочить в горячей воде на 20-30 минут.
- 2 Смешать и просеять обе муки, добавить разрыхлитель, сахар, щепотку соли, еще раз перемешать.
- 3 В мучную смесь влить сок, 2 ст. л. растительного масла и 2 ст. л. воды, замесить тесто с помощью миксера или венчика.
- 4 В готовое тесто добавить распаренный и отжатый изюм, еще раз перемешать. Выпекать блинчики.



Блины низкокалорийные с отрубями

На 4 персоны
Калорийность (на 100 г):
93 ккал. Время: 1,5 часа

ИНГРЕДИЕНТЫ:

3 ст. л. отрубей, 4 ст. л. крахмала, 2 яйца, 250 мл обезжиренного кефира, 1 ч. л. сахара, 1/4 ч. л. соды, растительное масло, щепотка соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

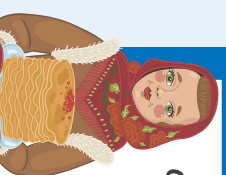
- 1 Отруби залить кефиром и оставить на полчаса.
- 2 Яйца взбить с сахаром и солью, добавить к кефиру с отрубями, всыпать крахмал, тщательно перемешать.



3 Добавить в тесто соду, перемешать.

- 4 Влить в тесто 180 мл крутого кипятка, перемешать, оставить еще на 15-20 минут.
- 5 Жарить блины обычным способом на смазанной маслом сковороде.

ПОСЛОВИЦЫ



Отдадим почти-
нее на сырной
в воскресенье.
Не житье-
бытье,
а Масленица.



Блины «Пышныё» с шоколадным соусом

На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 221 ккал
Время: 3 часа

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Тесто:
1 стакан муки, 0,5 стакана манки, 1-2 желтка (без белков), 1-1,5 стакана молока, сахар, соль, 1/2 пакета ванилина (по желанию), 2-3 ст. л. сливочного масла, 2-3 ст. л. растительного масла

Соус:
2 ч. л. какао, 3 ст. л. сахара, 3-5 ст. л. ложек молока, 2 ст. л. сливочного масла

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Подогреть немного молока, развести дрожжи, добавить немного сахара и поставить

Фото Милы Лактионовой



НАША СПРАВКА

Актриса Юлия Тахшина проснулась знаменитой после выхода на экраны сериала «Не родись красивой». Ее последние работы в фильмах «Бабабол», «Анна-детектив», «Триггер» добились артистичности еще популярности. Сегодня у нее на выходе еще четыре картины.

- 2 Смешать какао и сахар, растереть.
- 3 Добавить молоко и на небольшом огне 1-2 минуты проварить, чтобы сахар разошелся.
- 4 Масло втирать в массу постепенно, до образования глянца.

СОВЕТЫ ХОЗЯЙКЕ

- Тесто для блинов не должно быть слишком густым или слишком жидким. Идеальное блинное тесто по консистенции больше всего напоминает жидкую сметану.
- Если тесто все-таки получилось очень густым, его нужно разбавить. Лучше добавить воду (можно минеральную).

Соус из апельсина

На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 285 ккал
Время: 50 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 апельсина, 200 г сахара, 100 г сливочного масла

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Из апельсинов выжать сок. Вылить сок в ковшик, добавить сахар, поставить ковшик на огонь.
- 2 Довести сок до кипения и полного растворения сахара, варить до состояния густого сиропа, снять с огня.
- 3 Добавить масло, растворить его в сиропе.



Помакушки по-вятски

На 5 персон. Калорийность
(на 100 г): 340 ккал
Время: 20 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

6 яиц, 220 г сливочного масла, соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца варить 3-4 минуты (до состояния «в мешочек»). После варки поместить в холодную воду на несколько минут.
- 2 Растопить сливочное масло, не доводя до кипения.
- 3 Желтки от яиц выложить в масло, перемешать.
- 4 Белок натереть или мелко нарезать. Добавить к желково-масляной массе, посолить, все перемешать. Подать к столу как соус, в который будут обмакивать блины.





Начинка с маком

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 124 кКал. Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:
200 г мака, горсть изюма, горсть очищенных грецких орехов, сахар

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Мак залить кипятком и оставить на полчаса, откинуть на мелкое сито или слить воду через марлю. Изюм залить горячей водой минут на 10. Воду слить, изюм обсушить.
- 2 Грецкие орехи порубить ножом или пропустить через блендер. Все ингредиенты перемешать. Выложить на блинчики и свернуть их трубочкой. Нарезать на части и подавать с вареньем или медом.



Начинка ореховая

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 583 кКал. Время: 25 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
300 г грецких орехов, 150 г любых сухофруктов без косточек, 200 г сахара

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сухофрукты залить теплой водой, оставить на 15-20 минут, после чего хорошо отжать.
- 2 Орехи подсушить на сухой сковороде, остудить. Сварить сироп из сахара и 50 мл воды, остудить.
- 3 Орехи и сухофрукты переложить в чашу блендера, добавить сироп и взбить в пюре.



рецепт

От актрисы Анны Роскошной

Ажурные блины на кефире

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 230 кКал. Время: 40 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
2 яйца, 2 ст. л. сахара, 0,5 л кефира, 300 г муки, 300 мл воды, 1/2 ч. л. соды, щепотка соли, 2 ст. л. растительного масла и столько же для сковороды

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Взбить ручным венчиком яйца с сахаром и солью.
- 2 В полученную массу влить кефир и снова перемешать.
- 3 Теперь понемногу сыпать просеянную муку, тщательно мешать до получения однородной массы.
- 4 Оставить тесто на 10 минут. Вскипятить фильтрованную воду и также аккуратно вливать в тесто кипяток, непрерывно помешивая.

5 Следом добавить соду и влить масло. Все это время не переставать мешать массу.

6 Заварное тесто готово. Сковороду смазать маслом, хорошо раскалить и вливать тесто тонким слоем. У вас должны получиться тонкие кружевные блинчики.

НАША СПРАВКА

Анна Роскошная, актриса театра и кино, известна по фильмам: «Кабинет путешественника», «Хрустальный», «Красная зона», «Глаза в глаза» и другие ГИМ.



Фото из личного архива Анны Роскошной

Блины на сухих дрожжах

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 197 кКал. Время: 1 час 20 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:
300 г муки, 1 л теплого молока, 1 яйцо, 50 г сахара, 1 ч. л. сухих дрожжей, 1 ст. л. растительного масла, соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Муку просеять, добавить сахар, дрожжи, щепотку соли, все перемешать. Влить в муку небольшими частями теплое молоко, постоянно перемешивая, замесить однородное тесто.
- 2 Добавить яйцо, перемешать до однородности.
- 3 Накрывать емкость с тестом полотенцем и убрать в теплое место на 40-50 минут. В поднявшееся тесто влить масло, перемешать. Жарить блины обычным способом.



Блины на твороге

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 187 кКал. Время: 20 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

120 г мягкого творога, 1 стакан молока, 1 яйцо, 80 г муки, 2 ст. л. сахара, 1/2 ч. л. соды, 2 ст. л. растительного масла, соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Творог залить молоком, добавить яйцо и сахар, взбить венчиком или блендером.
- 2 Добавить муку, соль и соду, перемешать до однородности; следить, чтобы не образовалось комочков.
- 3 Добавить в тесто масло, перемешать. Жарить блины на хорошо разогретой сковороде.



рецепт

От актрисы Надежды Бахтиной

Блинчики с творогом

пустить их на сливочном или топленном масле.

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 110 кКал. Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для теста:
1 стакан молока, 1 ст. л. с горкой крахмала, 4 яйца, соль, сахар, масло для жарки, сливочное или топленное масло

Для начинки:

1 яйцо, 200 г творога, сахар, ванилин

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца взбить с солью и сахаром, добавить крахмал, влить молоко, замесить тесто.
- 2 Выпекать блинчики на растительном масле.
- 3 Творог растереть с яйцом и сахаром, ванилином.
- 4 Творожной массой начинить блинчики и приготовить.

НАША СПРАВКА

Актриса Надежда Бахтина снялась более чем в 50 картинах. Наибольшую популярность ей принесли фильмы и сериалы «Кармелита», «Цыганки», «Дьявол из Орли», «Господа Головлевы», «Граф Крестовский», «Склифосовский», «Сельский детектив» и другие.



Фото из личного архива Надежды Бахтиной

Ажурные блины из бутылки

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 115 кКал. Время: 40 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

400 г муки, 600 мл воды, 2 яйца, 1 ст. л. сахара с горкой, 1 ч. л. разрыхлителя, щепотка соли, 3 ст. л. растительного масла

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Смешать сухие ингредиенты и высыпать в пластиковую бутылку.
- 2 Добавить туда при помощи воронки яйца, воду и масло. Закрутить крышку бутылки и хорошо потрясти. Прodelать отверстие в крышке.

3 Нагретую сковороду смазать маслом и выливать тесто, рисуя узоры. Обжаривать на среднем огне до светлорозового цвета с двух сторон.



Линия STIGA



Блины царские

На 4 персоны. Время: 1 час
Калорийность (на 100 г):
337 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

100 г муки, 200 г сливочного масла, 8 яиц, 500 мл жирных сливок, 200 г сахара, сок 1 лимона, 2 ст. л. варенья

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Отделить желтки от белков (белки не понадобятся). Масло растопить, остудить и растереть с желтками и 150 г сахара до однородности.
- 2 Просеянную муку развести до однородности в 300 мл сливок, поставить на огонь и довести до кипения, постоянно помешивая.
- 3 Получившуюся густую смесь перенести на лед и размешивать, пока полностью не остынет.
- 4 Оставшиеся сливки взбить в густую пену. В остывшую смесь вмешать желтковую массу и взбить сливки.
- 5 Печь блины на небольшой сковороде, не переворачивая, до полного пропекания.
- 6 Готовые блины перекаладывать на тарелку. Каждый сбрызнуть лимонным соком и посыпать сахаром, на верхний положить варенье.



Блины купеческие

На 8 персон
Калорийность (на 100 г):
93 ккал. Время: 40 минут



ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г пшеничной муки, 200 г гречневой муки, 650 мл молока, 3 яйца, 90 мл растительного масла, сливочное масло, 100 г сахара, 1/2 ч. л. соды, щепотка соли

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца взбить с солью и сахаром, добавить теплое молоко, еще раз взбить.
- 2 Добавить в личино-молочную смесь просеянную муку

(оба вида) с содой, тщательно перемешать.

3 Влить в тесто растительное масло, перемешать и выпекать блины обычным способом.

4 Готовые блины складывать стопкой на тарелку, смазывая каждый сливочным маслом.

Купеческие блины издавна славилась своей

пухлостью. У Антона Павловича Чехова есть такое сравнение «Блины были поджаристые, пористые, пухлые, как плечо купеческой дочки...» («О бременности»)

ЭТО ИНТЕРЕСНО



Блины из цельнозерновой муки

На 4-6 персон. Калорийность (на 100 г): 125 ккал
Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:

100 г цельнозерновой муки, 50 г кукурузного крахмала, 500 мл молока, 2 яйца, соль, заменитель сахара, растительное масло

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Взбить яйца с молоком, добавить соль и заменитель сахара, как следует смешать.
- 2 Муку и крахмал смешать, просеять и добавить в яично-молочную смесь. Размешать венчиком, чтобы не осталось комочков. Вмешать 2 ст. л. растительного масла.
- 3 Оставить на 15 минут. Разогреть сковороду, слегка смазать ее маслом для первого блина. Убавить огонь. Налить немного теста, распределить по сковороде, обжарить с двух сторон.
- 4 В отличие от блинов из обычной муки, перед каждой порцией тесто нужно перемешивать, чтобы подняты оседающий крахмал.
- 5 Складывать блины стопкой, накрывая крышкой или миской подходящего диаметра.

В качестве дополнения к блинам из цельнозерновой муки подойдут натуральные йогурт, мед, хумус.



Рецепт от актрисы Ирины Рудоминской



Пышные блины на воде

На 10 персон.
Калорийность (на 100 г):
120 ккал
Время: 1 час

ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 стакана пшеничной муки, 2 яйца, 350 мл питьевой воды, 2 ст. л. сахара, 1/2 ч. л. соды, уксус, щепотка соли, 2 ст. л. растительного масла для теста и еще немного для сковороды

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Смешать яйца, сахар и соль, взбить миксером до появления легкой белой пены.
- 2 Добавить 1 ст. л. масла, гашеную соду, воду и потихоньку всыпать просеянную муку, взбить миксером до получения однородной массы.
- 3 В это время поставить сковороду на огонь и, хорошо ее раскалив, вылить тесто.

НАША СПРАВКА

Ирина Рудоминская, актриса театра и кино, основательница бренда одежды. Известна по фильмам «Ботан и сулержба», «Зацепка», «Рымаза», «Зайцев, жги!».



Фото из личного архива Ирины Рудоминской

СОВЕТЫ ХОЗЯЙКЕ



- Не стоит взбивать тесто для блинов слишком долго, оно станет тягучим, а блины – «резиновыми».
- Растительное масло добавляется в тесто для того, чтобы оно стало более эластичным и не прилипало к сковороде.
- Готовому тесту для блинов нужно «отдохнуть» несколько минут до выпекания. За это время набухнет клейковина, содержащаяся в муке, и блины не будут рваться.
- Можно подавать на стол к блинам: сметану, разогретое сливочное, топленое или растительное масло, селедку, балык, кильку, анчоусы, лососину, семгу, кету, икру разных сортов, различные фруктовые, овощные, сладкие соусы, варенье, стуженку.
- Муку обязательно надо просеять не столько для удаления комков и примесей, сколько для того, чтобы тесто поднялось быстрее, а блины получились пышными.

РОССИЯ К
Культура



15.15 «Рассказы из русской истории»

- 07.40 «Железная стена»
- 08.25 «ПЁТР ПЕРВЫЙ»
- 10.05 «Честь мундира»
- 10.50 «Добровидение-2022»
- 13.25 01.30 «Страна птиц»
- 14.10 Концерт Ансамбля песни и пляски Российской Армии имени А.В. Александрова в Большом театре России. Посвящение Валерию Халилову
- 15.15 «Рассказы из русской истории»
- 16.05 «Отцы и дети»
- 16.30 «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА»
- 18.00 «Операция «Монастырь». День защитника Отечества
- 18.45 «Песня не прощается... 1971»
- 19.20 «По следам сирийских мудрецов»
- 20.00 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ»
- 22.40 «Русский бал»
- 23.35 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ»

ТВЦ



11.05 «ИВАН БРОВКИН НА ЦЕЛИНЕ». (12+)

- 06.25 «Как стать оптимистом». Юмористический концерт. (12+)
- 07.50 «НЕПОДСУДЕН». (6+)
- 09.20 «СОЛДАТ ИВАН БРОВКИН». (0+)
- 11.05 «ИВАН БРОВКИН НА ЦЕЛИНЕ». (12+)
- 12.55 «Назад в СССР». (12+)
- 13.40 «Легенды эстрады. ВИА 70-х». (12+)
- 14.30 События
- 14.45 «Мужской формат». Юмористический концерт. (12+)
- 16.25 «ДЕДУШКА». (12+)
- 18.30 «ЧУДНЫ ДЕЛА ТВОИ, ГОСПОДИ!». (12+)
- 22.00 События
- 22.15 «Приют комедиантов». (12+)
- 23.55 «ОГАРЕВА, 6». (12+)
- 01.20 «ВОСЕМЬ БУСИН НА ТОНКОЙ НИТОЧКЕ». (12+)
- 03.00 «КОЛОДЕЦ ЗАБЫТЫХ ЖЕЛАНИЙ». (12+)
- 06.00 «Дворжечкие. На роду написано...» (12+)

ТВ-3



20.30 «МАЖОР». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.45 «Слепая». (16+)
- 20.30 «МАЖОР». (16+)
- Ночью на конюшню пробраются конюхы. Путь им преграждает девочка-аутист, которая получает ножевое ранение, но чудом остается жива. Получить от нее показания крайне сложно. Валерий намерен любой ценой узнать информацию, Вика просит его остановиться.
- 22.30 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (12+)
- 18 марта 1965 года советский космонавт Алексей Леонов стал первым человеком в истории, кто вышел в открытый космос. На следующий день - 19 марта - его коллега по экспедиции, Павел Беляев, стал первым человеком в мире, кто посадил звездный аппарат на Землю в ручном режиме.
- 01.30 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)

ДОМАШНИЙ



06.30 «6 кадров». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.40 «ДОЛГИЙ СВЕТ МАЯКА». (16+)
- 10.35 «СЕЗОН ЛЮБВИ». (16+)
- Каждая женщина - сколько б ей ни было лет - ждёт свои алые паруса. Надя, студентка мединститута, влюблена в дельтапланериста Вадима. В их отношения вмешивается бывшая девушка Вадима, Марина, она обманом вынуждает Надю отказаться от Вадима и женит его на себе. Беременная Надя уезжает в Москву и выходит замуж за другого. Вернувшись домой через двенадцать лет, она встречает Вадима.
- 14.50 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ФРАНЦУЗА». (16+)
- 19.00 «С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ, ВИКА!». (16+)
- 22.45 «ПРИВИДЕНИЕ». (16+)
- 01.05 «ДВЕ ЖЕНЫ». (16+)
- 04.05 «БУМ». (16+)
- 05.50 «6 кадров». (16+)

5 5-й КАНАЛ

05.00 «Моя родная Армия». (12+)

06.35 «РЖЕВ». (12+)

08.40 «ДЖУЛЬБАРС». (16+)

Август 1941 года. Пограничная школа служебного собаководства оказывается на линии фронта.

17.05 «СНАЙПЕР: ОФИЦЕР СМЕРШ». (12+)

20.45 «ТАНКИСТ». (12+)

00.25 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)

02.20 «СНАЙПЕР: ГЕРОЙ СОПРОТИВЛЕНИЯ». (16+)

★ ЗВЕЗДА

04.55 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ». (12+)

08.00 Новости дня. (16+)

08.15 13.15 «Легенды армии» с Александром Маршалом. (12+)

13.00 Новости дня. (16+)

15.45 18.15 «Непобедимая и легендарная». (16+)

18.00 Новости дня. (16+)

22.30 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)

00.05 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)

01.35 «Полководцы России. От Древней Руси до XX века». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

10.00 «Такие разные». (12+)

11.00 15.00 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)

12.00 19.00 02.15 «Документальное кино». (12+)

12.30 «В тени чемпионов». (12+)

12.45 18.30 «Парламентский дневник». (12+)

13.00 16.30 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)

14.00 «Здоровая среда». (12+)

16.00 02.45 «Футбол губернии». (12+)

17.30 03.15 «Дискуссионный клуб ТВ Губернии». (12+)

18.45 19.45 «Служу Отечеству». (12+)

19.30 «Губернские новости». (12+)

20.00 01.45 «Современники». (12+)

20.30 «Аты-баты, шли солдаты». (12+)

22.00 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)

Пять реальных историй больших побед российских спортсменов...

23.45 «Шансон для любимых». (16+)

04.15 «Правовой статус». (12+)

04.30 «Заметные люди». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Большой хоккей» (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 09.05 20.25 Новости
- 07.05 17.00 19.30 01.00 Все на Матч!
- 09.10 13.25 Биатлон. Раги Чемпионат России. Индивидуальная гонка
- 10.50 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (0+)
- 11.40 Лыжные гонки. «Чемпионские высоты». Спринт
- 14.55 Футбол. «Крылья Советов» (Самара) - «Динамо» (Москва). FONBET Кубок России. 1/4 финала
- 17.25 Футбол. ЦСКА - «Краснодар». FONBET Кубок России. 1/4 финала
- 20.30 Футбол. «Нант» (Франция) - «Ювентус» (Италия). Лига Европы
- 22.45 Футбол. «Манчестер Юнайтед» (Англия) - «Барселона» (Испания). Лига Европы
- 01.55 Футбол. «Монако» (Франция) - «Байер» (Германия). Лига Европы. Раунд плей-офф. (0+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 07.35 12.45 15.35 19.05 02.50 Спецрепортаж. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Жена футболиста - это профессия». (12+)
- 08.20 18.35 «Ты в бане!». (12+)
- 08.50 «Мой первый тренер». (12+)
- 09.05 География спорта. (12+)
- 09.30 02.00 Вид сверху (12+)
- 10.05 Что по спорту? (12+)
- 10.35 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. «Матч звёзд». (0+)
- 13.05 «бх». (0+)
- 13.35 Художественная гимнастика. Гала-концерт. (0+)
- 15.15 16.00 02.30 Лица страны. (12+)
- 16.20 Большой хоккей (12+)
- 16.50 Лыжные гонки. «Чемпионские высоты». (0+)
- 19.25 Гандбол. Газпром Лига
- 21.00 22.40 Биатлон. Чемпионат России. (0+)
- 00.10 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 03.05 «Магия большого спорта». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 07.30 Teen чарт. (16+)
- 07.55 Муз'итив. (16+)
- 09.00 Топ-30. (16+)
- 11.00 ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Плейлист по кайфу. (16+)
- 12.30 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 WEB чарт. (16+)
- 15.00 Консервы. (16+)
- 16.00 Золотой грамфон-2022. (16+)
- 19.00 Топ-30. (16+)
- 21.00 «Мне - 65». (16+)
- В программе концерта главные хиты народного артиста России, ставшие поистине всенародно любимыми. Поздравить музыканта с юбилеем соберутся его друзья...
- 22.00 Танцпол. (16+)
- 00.30 Хиты по-русски. (16+)
- 01.30 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Говорящий Том: Герои». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ». (16+)
- 10.55 «КАСПЕР». (6+)
- 12.40 «КОНСТАНТИН: ПОВЕЛИТЕЛЬ ТЬМЫ». (16+)
- 14.50 «ДЕНЬГИ НА ДВОИХ». (16+)
- 17.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
- 19.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
- 21.10 «ПРЕСТИЖ». (16+)
- Триллер. США, Великобритания, 2006 г.
- 23.30 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
- 01.25 «ДЮНКЕРК». (16+)
- 03.15 «ЧЕТЫРЕ ПЕРА». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Смешарики». «Три кота», «Фиксики». (6+)
- 06.30 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 07.50 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 09.00 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)
- 10.25 «ВОР». (16+)
- 12.10 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 13.35 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)
- 16.05 «БРАТ». (16+)
- 17.55 «БРАТ-2». (16+)
- 20.10 «АНТИКИЛЛЕР». (16+)
- 22.15 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (12+)
- 00.00 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
- 01.35 «ЛЮБОВЬ В ГОРОДЕ АНГЕЛОВ». (16+)
- 02.50 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

- 06.35 «УСАТЫЙ НЯНЯ». (6+)
- 07.50 «ЧАРОДЕИ». (12+)
- 10.40 «ПРИХОДИТЕ ЗАВТРА...» (12+)
- 12.35 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)
- 14.20 «ТРИ ПЛЮС ДВА». (12+)
- 16.15 «УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ». (12+)
- 18.10 «ПОЛОСАТЫЙ РЕЙС». (12+)
- 19.50 «КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (6+)
- 21.15 «БЕЛЫЕ РОСЬ». (12+)
- 23.00 «УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ». (12+)
- 00.50 «ДЕЛО БЫЛО В ПЕНЬКОВЕ». (12+)
- Мелодрама по повести Сергея Антонова о деревенском любовном треугольнике.
- 02.25 «ТИХИЙ ДОН». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 18.00, 18.50, 19.40 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 20.30, 21.30 «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 22.20 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
- 00.00, 01.10 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 02.20 «ОТТЕПЕЛЬ». (16+)
- 02.30 «Буба-2», «Буба-3». Мультсериалы. (0+)
- 03.10 «Буба». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.50 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДИНА». (6+)
- 02.55 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
- 04.45 «ДЮПЛЕКС». (12+)
- 06.25 «ДОМ СПАНАРНОМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ». (16+)
- 07.55 «ДОМ СПАНАРНОМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)
- 09.30 «СОКРОВИЩЕ АМАЗОНКИ». (12+)
- 11.25 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
- 13.25 «ЗНАЧИТ, ВОЙНА». (16+)
- 15.15 «ГИТЛЕР КАПУТ». (16+)
- 17.05 «ОБЕЩАТЬ - НЕ ЗНАЧИТ ЖЕНИТЬСЯ». (16+)
- 19.30 «ОТЛИЧНИЦА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 21.05 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВЫСОКОГО БЛОНДИНА». (12+)
- 22.40 «ЖЕНИХ». (12+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 07.00 «ЯГУАР». (16+)
- 08.40 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)
- 10.25 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
- 11.55 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (12+)
- 13.10 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ШУКИ». (12+)
- 15.00 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
- 16.35 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 19.05 «9 РОТА». (16+)
- 21.30 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (12+)
- Измотанные боями с превосходящими силами противника и длительными отступлениями, советские войска продолжают держать оборону.
- 00.20 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Янина Соколовская, Михаил Полосухин, Надежда Бахтина, Вахтанг Беридзе, Мила Август
- 13.00, 21.00, 05.00 «ГРАЖДАНИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИДАНОЕ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)
- Сериал. Мелодрама, 2004 г.

СТС LOVE СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 10.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 21.55 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- Сериал Костров понимает, от кого был подарок. Марину ждёт неприятная встреча на кастинге. Савчук устраивает Свете допрос, откуда она взяла деньги на шубу. На Никитина поступает заявление в полицию. А Макеев всё-таки выходит из себя.
- 01.45 «РАНЕЧКИ». (16+)
- 04.05 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Святые воины Отечества. (0+)
- 05.50 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (0+)
- 07.30 Мультфильмы на СПАС. (0+)
- 07.40, 08.40, 09.40 Освободители. (0+)
- 10.35 «ТРЕВОЖНЫЙ МЕСЯЦ ВЕРЕСЕНЬ». (12+)
- 12.30 Наши любимые песни. (6+)
- 13.30 Феодор Ушаков. (6+)
- 14.05 Боевые отцы. Хроника служения военного духовенства. (16+)
- 14.45, 16.05, 17.30, 18.55, 20.35 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (6+)

- 22.00 Старец Илий. О своей жизни и чуде на войне. (0+)
- 22.35 Старец Илий. Как спасти страну и семью. (0+)
- 23.05 Старец Илий. О России и молитве. (0+)
- 23.35 Старец Илий. Что нас ждет завтра. (0+)
- 00.05 Старец Илий. О пандемии и вере. (0+)
- 00.35 День Патриарха. (0+)
- 00.50 Александр Невский. Цикл: Святые воины. (6+)
- 01.20 Пилигрим. Великий русский северный путь. (6+)
- 02.00 Торжественное мероприятие, посвящённое 32-й годовщине вывода Советских войск из Афганистана. (0+)
- 03.40, 04.20 Полковой священник, гвардии капеллан. (0+)

Православный календарь

23 февраля
Седмица сырная (масленица), сплошная. Глас 3. Сщмч. Харалампия и с ним мчч. Порфирия, Ваптоса и трех мучениц.



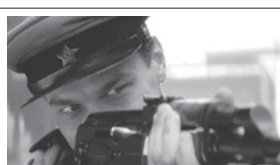
Иконы Божией Матери «Огневидная».

Мцц. дев Еннафы, Валентины и Павлы. Св. Галины. Прп. Шио Мгвимского. Блгв. кн. Анны Новгородской. Прп. Прохора Лебедника, Печерского. Прп. Лонгина Коряжемского. Сщмч. Константина Верецкого пресвитера. Сщмчч. Петра и Валериана пресвитеров.

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.

« Сколько возможно, подвизайся против чревоугодия, и Господь по-может тебе познать и делать полезное. »
Прп. Авва Дорофей

7 ПЕРВЫЙ



15.40 «КАЛАШНИКОВ». (12+)

- 07.00 Телеканал «Доброе утро»
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)
- 15.40 «КАЛАШНИКОВ». (12+)
- 17.35 «Закат американской империи». «Метрополия». (16+)
- 18.45 «Закат американской империи». «Европа». (16+)
- 19.45 «Закат американской империи». «Украина». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.35 «НАЧАЛЬНИК РАЗВЕДКИ». (16+)
- 23.35 «Александр Зиновьев. «Я есть суверенное государство». (12+)
- 00.55 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)

- 04.35 «МОСКВА-ЛОПУШКИ». (12+)
- 06.05 «ГАЛИНА». (12+)
- 09.15 «ДЕВЧАТА». (0+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (6+)
- 13.05 «В ЧУЖОМ КРАЮ». (16+)
- 17.00 Вести
- 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
- 20.00 Вести
- 21.15 Вести. Местное время
- 21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)
- 23.55 «Улыбка на ночь». (16+)
- 01.00 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ГЕНЕРАЛА». (16+)
Пережив тяжёлый развод, Надежда с сыном приезжает к брату в закрытый военный городок. Здесь всем завладевает суровый генерал. Его жена Наталья изменяет мужу с красавцем-полковником Александром Карташёвым...

НТВ



08.00 «Сегодня»

- 04.35 «ОДИН В ПОЛЕ ВОИН». (12+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.15 «ПРИКАЗА УМИРАТЬ НЕ БЫЛО». (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «ПРИКАЗА УМИРАТЬ НЕ БЫЛО». (16+)
Скромный аспирант Дмитрий Неретин едет на фронт в качестве военного переводчика. Впереди недели и месяцы изнурительных боёв. А после наступает затишье.
- 19.00 «Сегодня»
- 19.40 «ПРИКАЗА УМИРАТЬ НЕ БЫЛО». (16+)
- 22.00 «Ты мой герой!» Праздничный концерт. (12+)
- 00.00 «Когда придет весна». (16+)
- 01.15 «НЕВСКИЙ: ЧУЖОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ». (16+)

СТС



08.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.10 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 08.35 «МАРА И НОСИТЕЛЬ ОГНЯ». (12+)
- 10.35 «Три кота и море приключений». (0+)
- 11.55 «СУВОРОВ: ВЕЛИКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
- 13.40 «Монстры на каникулах». (6+)
- 15.25 «Монстры на каникулах-2». (6+)
- 17.10 «Монстры на каникулах-3. Море зовёт». (6+)
- 19.05 «Кошеч. Начало». (6+)
- 21.00 Премьера! «Кошеч. Похититель невест». (6+)
- 22.35 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)
- 00.20 «ПАССАЖИРЫ». (16+)
- 02.25 Даёшь молодёжь! (16+)
- 04.00 «6 кадров». (16+)
- 05.15 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



23.00 «Stand up». (18+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
- 09.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)
- 17.20 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ: НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)
- 19.15 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ: НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ-2». (16+)
- 21.00 «Комеди Клуб». (16+)
- 23.00 «Stand up». (18+)
- 00.00 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)
Совершено несколько ничем не связанных преступлений. Общее между ними лишь то, что ограбления связаны с огромным риском для жизни и выполнены с высокой точностью.
- 02.05 «Импровизация». (16+)
- 03.40 «Comedy Баттл». (16+)
- 05.15 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)

РЕН



08.30 «Новости». (16+)

- 05.00 «КРЕМЕНЬ: ОСВОБОЖДЕНИЕ». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 09.00 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 10.50 «СПЕЦНАЗ». (16+)
Элита российских войск, специальное подразделение ГРУ. Бойцам и офицерам этого отряда необходимо выполнять важнейшие задания в разных точках мира, рискуя жизнью. В обстановке полнейшей секретности главные герои совершают настоящие воинские подвиги.
- 12.30 «Новости». (16+)
- 13.00 «СПЕЦНАЗ». (16+)
- 16.30 «Новости». (16+)
- 17.00 «СПЕЦНАЗ». (16+)
- 19.00 «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)
- 23.00 «РЕШЕНИЕ О ЛИКВИДАЦИИ». (16+)
- 02.10 «ВОЙНА». (16+)
- 04.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- | | | |
|---|---|---|
| <p>ПЯТНИЦА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.10 05.50 «Ну, погоди! Каникулы». (0+) 05.30 Пятница News. (16+) 06.05 «Простоквашино». (12+) 07.00 «ДВЕ ДЕВИЦЫ НА МЕЛИ». (16+) 10.00 «СЕСТРУХА». (16+) 13.20 «ЧАС ПИК-2». (16+) 15.10 «ЧАС ПИК-2». (16+) 17.00 «ЧАС ПИК-3». (16+) 19.00 «ДОСПЕХИ БОГА-3: МИССИЯ ЗОДИАК». (16+) 21.20 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (16+) 23.20 «БЕЗУМНЫЙ МАКС: ДОРОГА ЯРОСТИ». (16+) 01.40 Пятница News. (16+) 02.10 На ножах. Отели. (16+) <p>Ю</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.30 «Маша и Медведь». (0+) 12.50 «Побег из курятника». (6+) 14.30 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+) 16.20 «НЕВЕСТА С ТОГО СВЕТА». (16+)
К влюбленной девушке является дух бывшей подружки ее парня и начинает мучить советами, вынуждая тем самым постоянно оказываться в конфузных ситуациях. 18.10 «УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ 3D». (12+) 20.10 «УЛИЧНЫЕ ТАНЦЫ-2». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.00 «Измены». (18+) 02.55 «Дорогая, я забил». (12+) | <p>ЧЕ!</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «ЗНАХАРЬ-2». (16+)
Объявив Разина мертвым и устроив ему фальшивые похороны, Губанов прячет Знахаря в больнице, чтобы использовать его в качестве приманки для Паука (рано или поздно киллер поймет, что его жертва все еще жива). Олеса считает, что гибель Разина была кем-то подстроена, и делится своими подозрениями с Марком. Разыграв приступ, Знахарь сбегает из больницы. 02.20 Рюкзак. (16+) 04.00 Невероятные истории. (16+) <p>МИР</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00, 02.55 Мультфильмы. (6+) 05.20 «БРАТАНЫ-4». (16+) 08.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+) 10.00, 16.00, 18.30 Новости (12+) 10.10 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+) 12.35, 16.15 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: ЛИСЬЯ НОРА». (12+) 16.30, 18.45 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ: УДАРНАЯ ВОЛНА». (12+) 20.40 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+) 22.15 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НО-ФЕЛЕТ?». (12+) 23.45 «ХОД КОНЕМ». (0+) 01.00 «СЕМЕРО СМЕЛЫХ». (0+) 02.30 Наше кино. История большой любви. (12+) | <p>ОТР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 «Свет и тень жизни Виталия Бианки». (12+) 12.05 15.05 03.15 «ЖИЗНЬ И СУДЬБА». (16+) 16.15 «Песня остаётся с чело-веком». (12+) 17.00 «Дискуссионный клуб TV Губернии». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 19.10 «УКРОЩЕНИЕ ОГНЯ». (12+) 21.50 «ИГРА БЕЗ ПРАВИЛ». (12+) 23.25 «Великий Северный путь». (12+) 00.40 «СНЕГА КИЛИМАН-ДЖАР». (16+) <p>ПОБЕДА</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.20 «ТАНКИ». (16+) 06.50 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+) 08.30 «РЖЕВ». (16+) 10.30 «ШТРАФБАТ». (16+) 19.20 «ТУМАН». (16+)
Наши дни. Идут военные учения. Отряд молодых бойцов Российской Армии получает задание совершить двенадцатикило-метровый марш-бросок. Находясь на маршруте, группа бойцов совершает вынужденную остановку и начинает опаздывать. Командир принимает решение срезать дорогу через болото... 22.20 «ТУМАН-2». (16+) 01.00 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИ-ХИЕ...». (16+) 02.50 «ПЕРЕГОН». (16+) |
|---|---|---|

ДЕТСКИЕ

- | | |
|---|--|
| <p>МУЛЬТ</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ на канале МУЛЬТ. (0+) 08.50 «Морики Дорики». (0+)
Команда подводных существ с пользой проводит будни. Герои мультсериала «Морики Дорики» живут под водой и посещают школу. У них такие же проблемы, как и у обычных детей: нужно успевать учиться, дружить, заниматься своими хобби и не унывать. Именно вместе персонажи способны преодолеть любую трудность и извлечь из истории позитивный урок. В каждом начинании их поддерживает учительница Лана, верящая, что у детишек всё обязательно получится. 09.00 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ на канале МУЛЬТ. (0+) 15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+) 15.30 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ на канале МУЛЬТ. (0+) | <p>КАРУСЕЛЬ</p> <ul style="list-style-type: none"> 05.00 Ранние пташки. «Малышарики идут в детский сад». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Лунтик». (0+) 10.20 «Дракошия». (0+) 11.05 «Трое из Простоквашино». (0+) 11.25 «Каникулы в Простоквашино». (0+) 11.40 «Зима в Простоквашино». (0+) 12.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 15.30 «Ералаш». (6+) 17.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 19.10 «Смешарики. Дежавю». (6+)
Крош решает устроить день рождения Копатыча. Он обращается в агентство «Дежавю», которое обещает своим клиентам путешествия во времени. Но из-за несоблюдения условий договора Смешариков раскидывает во времени, а Крошу приходится собирать друзей по разным эпохам в компании своего второго «Я», повзрослевшего и ворчливого Шорка, появившегося из-за временного парадокса. 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Буба». (6+) 22.50 «Петя и Красная Шапочка». (0+) 23.10 «Незнайка учится». (0+) 23.35 «Дядя Стёпа - милиционер». (0+) 23.50 «Ивашка из Дворца пионеров». (0+) 00.05 «Ералаш». (6+) 01.05 «Еда на ура. Рецепты». (0+) 01.30 «Смешарики». (0+) |
|---|--|

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- | | | |
|--|---|--|
| <p>365 ДНЕЙ ТВ</p> <ul style="list-style-type: none"> 03.10, 19.45 Тайное становится явным. (12+) 03.20, 06.20 Историяда. (12+) 04.15, 07.15 Меценаты России. (6+) 04.45 Историкограф. (12+) 05.25 Государственные перевороты в России. (12+) 05.55 Бунты в России. (12+) 07.45 История одной фотографии. (6+) 08.00, 08.25 Легенды науки. (12+) 08.55 Морской узел. (12+) 09.25 Хакасия. По следам следов наскальных. (12+) 10.10 Ледокол «Красин». Миссия спасать. (12+) 10.55 Роковой конфликт: Иудея и Рим. (12+) 11.50, 17.35, 23.50 Семь дней истории. (12+) 12.00, 16.10 Освободители. (12+) 12.40 Пешком в историю. (12+) 13.05 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+) 13.50 Обыкновенная история. (6+) 14.00 Подземная Италия. (12+) 15.00 Великие живописцы. (12+) 16.00 Хроники общественно-го быта. (12+) 16.55 Книжные аллеи. (12+) 17.20 Россия научная. Великие имена. (12+) 17.45 Ненаписанные мемуары. (12+) 18.50, 19.15 Забытый полководец. (12+) 20.00, 20.50, 21.40, 22.35 «СТАРОЕ РУЖЬЕ». (16+) 23.25 Василий Шульгин. 1919 год. (12+) | <p>VIASAT HISTORY</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00 Невероятные изобретения. (12+) 06.25 Военные заводы. (12+) 07.10 Республика детей. (12+) 08.10, 09.05 Затерянные библейские города. (16+) 10.05 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+) 11.00 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+) 12.05 Мифы: великие тайны человечества: Бермудский треугольник. (12+) 13.05 Мифы: великие тайны человечества: Проклятье фараонов. (12+) 14.05 Восход Османской империи: Болтун - находка для шпиона. (16+) 14.55 Восход Османской империи: Древние пророчества. (16+) 15.45 Восход Османской империи: Прах к праху. (16+) 16.35, 17.35 Шелковый путь. (12+) 18.35 Тутанхамон: последняя выставка. (12+) 20.00 Мифы: великие тайны человечества: Атлантида. (12+) 21.00 Мифы: великие тайны человечества: Потоп. (12+) 22.00 Бомбардировка Дарвина: неприятная правда. (6+) 23.05 Турецкий паспорт. (12+) 00.45, 01.35 Восход Османской империи. (16+) 02.20, 03.10 Затерянные библейские города. (16+) | <p>ДОКТОР</p> <ul style="list-style-type: none"> 06.00, 06.25, 15.45, 16.10, 03.20, 03.45 Метод исследования. (12+) 06.55, 07.20, 16.40, 17.05 Основной элемент. Мужчины vs Женщины. (12+) 07.50, 08.15, 11.45, 12.15, 17.35, 18.00, 23.20, 23.50 Клинический случай. (12+) 08.45, 18.30 Мужской тест. (16+) 09.10, 18.55 Медицинский квест. Импотенция. (12+) 09.55, 21.35 Это лечится. Правда о простате. (12+) 10.25, 22.00 Это лечится. Сонное апноэ. (12+) 10.50, 22.30 Большой скачок. (12+) 11.20, 22.55 Большой скачок. Тестостерон. (12+) 12.40, 00.15 На приёме у косметолога. Красота и здоровье мужчин. (12+) 13.10, 00.45 Медицинский квест. (16+) 13.55, 01.30 На приёме у доктора Бубновского. Мужское здоровье. (12+) 14.25, 01.55 На приёме у доктора Бубновского. Синдром менеджера. (12+) 14.50, 02.25 Основной элемент. Ген власти. (12+) 15.15, 02.50 Основной элемент. Цветы зла. (12+) 19.45, 04.10 На приёме у психолога. Алкоголизм. (12+) 20.10, 04.40 На приёме у психолога. Кризис среднего возраста. (12+) 20.40, 05.05 Большой скачок. Зависимости. (16+) 21.05, 05.30 Основной элемент. Гормон риска. (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



18.25 «Романтика романса»

- 07.40 «История Семеновского полка»
- 08.25 «ПЁТР ПЕРВЫЙ»
- 10.05 «Геленджику улыбается солнце»
- 10.35 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ»
- 12.35 «Сладкая жизнь»
- 13.25 01.45 «Страна птиц»
- 14.20 «Александр Невский»
- 15.15 «Рассказы из русской истории»
- 15.50 «Первые в мире»
- 16.05 «Отцы и дети»
- 16.35 «ЧИСТОЕ НЕБО»
- 18.25 «Романтика романса»
- 19.20 «По следам сирийских мудрецов»
- 20.00 «Свой среди чужих, чужой среди своих». По всем законам нашего тяжелого времени»
- 20.40 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ»
- 22.15 «Если дорог тебе твой дом...». Концерт мастеров искусств
- 00.00 «СУВОРОВ»

ТВЦ



14.30
События

- 06.45 «ДЕДУШКА». (12+)
- 08.35 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ГЕНЕРАЛА». (16+) Эффектная Ирина знакомится с генералом Серёгиным - бравым и обаятельным офицером, в которого невозможно не влюбиться.
- 10.45 «Большое кино». (12+)
- 11.20 «ПЕТРОВКА, 38». (12+)
- 13.00 «Назад в СССР». (12+)
- 13.45 «Легенды эстрады. Не стреляйте в пародиста!» (12+)
- 14.30 События
- 14.45 «Смешнее некуда». Юмористический концерт. (12+)
- 16.30 «ПЕТРОВИЧ». (12+)
- 18.35 «ХРОНИКА ГНУСНЫХ ВРЕМЕН». (12+)
- 22.00 События
- 22.15 «Хорошие песни». (12+)
- 23.30 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (0+)
- 01.00 «КУРКУЛЬ». (16+)
- 02.40 «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА». (12+)

ТВ-3



16.15 «ЭПИДЕМИЯ». (16+)

- 06.00 09.00 Утренние гадания. (16+)
- 06.15 «Мультфильмы». (0+)
- 09.15 Секреты здоровья. (16+)
- 09.30 «Мультфильмы». (0+)
- 10.00 «ПЭН: ПУТЕШЕСТВИЕ В НЕТЛАНДИЮ». (6+)
- 12.15 «ЦУНАМИ». (16+) Джейми Райан и Дойл и не предполагали, отправляясь за покупками в супермаркет, что принесёт им этот день. Сперва - вооруженный маньяк, а затем гигантская волна, внезапно захлестнувшая их город.
- 14.15 «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ». (16+)
- 16.15 «ЭПИДЕМИЯ». (16+)
- 19.00 «НОЙ». (12+)
- 22.00 «ГЛУБИНА». (16+)
- 00.00 «АМУЛЕТ». (18+)
- 01.45 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (12+)
- 04.00 Последний герой. Зрители против звезд. (16+)

ДОМАШНИЙ



06.30 «6 кадров». (16+)

- 06.30 «6 кадров». (16+)
- 06.40 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)
- 10.35 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!». (16+)
- 14.45 «ОТ ВСТРЕЧИ ДО РАЗЛУКИ». (16+)
- 19.00 «ЖЕНУ ВЫЗЫВАЛИ?» (16+) Потерявшая свой бизнес из-за пандемии, в прошлом очень успешная бизнес-леди Валерия, вынуждена устроиться в агентство домашнего персонала. Теперь она домработница, няня и клиентов агентства оказывается Илья Разиньков, которого Лера когда-то несправедливо уволила. Илья отыгрывается на бывшей начальнице за прошлые обиды.
- 22.45 «МУЖЧИНА В МОЕЙ ГОЛОВЕ». (16+)
- 01.05 «ОПАСНЫЕ СВЯЗИ». (16+)
- 04.15 «БУМ-2». (16+)
- 05.55 «6 кадров». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.15 «Мое родное». (12+)
- 06.50 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 08.50 «ТАНКИСТ». (12+)
- 12.30 «КРЕПКАЯ БРОНЯ». (16+) Василий Русаков с отличием оканчивает Саратовское танковое училище. На дворе грохочет война, но это не мешает Василию влюбиться.
- 19.10 «АЛЕША». (16+)
- 23.20 «ЛУЧШИЕ В АДУ». (18+)
- 01.30 «СНАЙПЕР: ОФИЦЕР СМЕРШ». (12+)
- 04.20 «Мое родное». (12+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.25 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 08.00 Новости дня. (16+)
- 08.15 13.15 «Военная приписка». (12+)
- 13.00 Новости дня. (16+)
- 15.10 18.15 «ВЛАСИК: ТЕНЬ СТАЛИНА». (16+)
- 18.00 Новости дня. (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 Музыка+. (12+)
- 00.10 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)
- 01.50 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 03.00 «Здоровая среда». (12+)
- 11.00 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)
- 12.00 16.00 «Современники». (12+)
- 12.30 19.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 12.45 17.30 «#open vrn». (12+)
- 13.00 16.30 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
- 14.00 «Дискуссионный клуб ТВ Губернии». (12+)
- 15.00 21.30 «Документальное кино». (12+)
- 15.30 19.00 «Футбол губернии». (12+)
- 17.45 04.00 «Такие разные». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 20.00 01.15 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 20.30 02.15 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.45 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ: ВЫШЕ: СИЛЬНЕЕ». (12+)
- 02.45 «В тени чемпионов». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Вид сверху». (12+)
- 06.30 «Ты в бане!» (12+)
- 07.00 10.00 20.55 Новости
- 07.05 12.35 15.15 20.15 23.00 Все на Матч!
- 10.05 «Команда Матч». (0+)
- 10.40 Лыжные гонки. «Чемпионские высоты». Скиатлон. Мужчины
- 12.55 Хоккей. «Авангард» (Омск) - «Торпедо» (Нижний Новгород). Фонбет Чемпионат КХЛ
- 15.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 17.45 Хоккей. ЦСКА - «Динамо» (Москва). Фонбет Чемпионат КХЛ
- 21.00 Профессиональный бокс. Нокауты. (16+)
- 23.45 Футбол. Еврокубки (0+)
- 00.55 «Всё о главном». (12+)
- 01.25 Гандбол. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - ЦСКА. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. (0+)
- 02.55 Новости. (0+)
- 03.00 Волейбол. «Белогорье» (Белгород) - «Динамо-ЛО». Чемпионат России. (0+)
- 06.00 18.50 Волейбол. Чемпионат России. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 15.30 Человек из футбола. (0+)
- 08.20 Нефутбольные истории. (12+)
- 08.45 03.00 Здоровый образ. (12+)
- 09.15 13.35 21.30 05.40 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 21.05 «Большой хоккей». (12+)
- 10.05 «Магия большого спорта». (12+)
- 10.35 Гандбол. Газпром Лига
- 11.55 «Владимир Крикунов. Мужик». (12+)
- 13.05 «Вид сверху». (12+)
- 13.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига
- 16.00 20.40 02.35 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.25 География спорта. (12+)
- 16.50 Лыжные гонки. (0+)
- 21.45 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 23.05 Вечер профессионального бокса. (16+)
- 01.15 «Ты в бане!» (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 14.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 17.00 Лайкер. (16+)
- 18.00 Плейлист. Зима. (16+)
- 19.00 Супердискотека 90-х. Радио Рекорд. (16+)
- 21.10 Танцпол. (16+)
- 23.15 МузГорДвиж. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.30 Танцпол. (16+)
- 01.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Топ чарт. (16+)
- 07.25 Муз'итив. (16+)
- 08.30 МузГорДвиж. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 Рэп. (16+)
- 11.00 #НАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Топ-15 like fm. (16+)
- 13.00 10 самых! (16+)
- 13.30 Приехали! (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- суббота! СУББОТА!
- 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 05.55 «Роботы-поезда. Теневая энергия». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Говорящий Том: Герои». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Дикие скричеры». Мультсериал. (6+)
- 08.35 «ПРЕСТИЖ». (16+)
- 10.55 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
- 12.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
- 14.50 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
- 17.05 «ТРАССА 60». (16+)
- 19.00 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)
- 21.10 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТТОНА». (16+)
- 00.10 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 02.05 «ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ». (16+)
- 03.45 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)
- 05.30 «Смешарики». «Три кота», «Фиксики». Мультсериалы. (6+)
- 07.05 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
- 08.25 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 09.35 «Три богатыря: Ход конём». (6+)
- 10.55 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (12+)
- 13.20 «БРАТ». (16+)
- 15.10 «БРАТ-2». (16+)
- 17.30 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 19.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)
- 21.15 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)
- 23.40 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
- 01.50 «МАТЬ МОЕГО СЫНА». (18+)
- 03.30 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
- 08.00 «ДЕЛО БЫЛО В ПЕНЬКОВЕ». (12+)
- 09.50 «ТРИ ПЛЮС ДВА». (12+)
- 11.45 «ПОЛОСАТЫЙ РЕЙС». (12+)
- 13.20 «БЕЛЫЕ РОСЫ». (12+)
- 15.00 «КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (6+)
- 16.25 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «НОЧНОЙ ДОЗОР». (16+)
- Мировой блокбастер, экранизация одноимённого бестселлера Сергея Лукьяненко. Они - Иные. Они служат разным силам, но в сумраке нет разницы между отсутствием тьмы и отсутствием света...
- 01.10 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)
- 03.00 «ПРИЯЖЕНИЕ». (16+)
- 05.05 «СТОРОЖЕВАЯ ЗАСТАВА». (12+)
- 05.30 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (12+)
- 07.40 «ПАРАД ПЛАНЕТ». (12+)
- 09.25 «ШТРАФБАТ». (16+)
- 19.00 «БЕЛЫЙ ТИГР». (16+)
- 21.00 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
- Расставшиеся четверть века назад после войны однополчане встречаются на похоронах боевого товарища. Мирная жизнь развела их, но никакие превратности судьбы не заставили забыть о настоящей дружбе...
- 22.50 «СЛУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА». (12+)
- 00.35 «МУЖИКИ!». (12+)
- 02.10 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ». (12+)
- 03.50 «ИВАНОВО ДЕТСТВО». (16+)
- 05.20 «ТЕГЕРАН-43». (12+)
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ГРАЖДАННИН НАЧАЛЬНИК». (16+)
- 14.00, 22.00 «ДОМ-ФАНТОМ В ПРИДАНОЕ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)
- 06.00 «САКВОЯЖ СО СВЕТЛЫМ БУДУЩИМ». (16+)
- Сериал. Детектив, Россия, Украина, 2006 г. В ролях: Ян Цапник, Алексей Весёлкин, Сергей Жигунов
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
- 10.50 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Скоро 14 февраля - самый нелюбимый праздник Сени, но любимый Марины...
- 16.00 «КУХНЯ». (12+)
- 22.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 01.50 «РАНЕТКИ». (16+)
- Арина и Марина помогают «Ранеткам» с переводом песен для продажи альбома за границей. Папа Леры обещает Мише защиту, если тот расскажет следователю то, что рассказал Лере.
- 04.10 «Фиксики». (0+)
- 05.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00, 00.05 День Патриарха. (0+)
- 05.10, 03.05 Военная операция. Вопросы и ответы. (16+)
- 05.40 Цикл: На своей земле. Ополченцы. (16+)
- 05.55, 07.10, 08.30, 09.55, 11.35 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». 1-5 серии. (6+)
- 13.00 Князь Владимир. Цикл: Святые войны. (6+)
- 13.35 Александр Невский. Цикл: Святые войны. (6+)
- 14.05 Димитрий Донской. Цикл: Святые войны. (6+)
- 14.40 Александр Пересвет и Родион Ослябя. Цикл: Святые войны. (6+)
- 15.15 От Или Муромца до Паисия Святогора: воины-преподобные. Цикл: Святые войны. (0+)
- 15.50, 03.35 Пилигрим. (6+)
- 16.40, 03.35 Операция «Освобождение». (16+)
- 17.45 «ТРЕВОЖНЫЙ МЕСЯЦ ВЕРЕСЕНЬ». (12+)
- 19.40, 21.05 «ОТ БУГА ДО ВИСЛЫ». 1-2 серии. (12+)
- 22.35 Новодевичий монастырь. 500 лет истории. (0+)
- 23.35 Лики Богородицы. (0+)
- 00.20 Московские святители Петр и Алексей. (0+)
- 00.50 «Бесогом». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 01.50 Простые чудеса. (12+)
- 04.30 Украина: бегство на Восток. (16+)
- Православный календарь
- 24 февраля
- Седмица сырная (масленица), сплошная. Глас 3. Сщмч. Власия, еп. Севастийского, и с ним двух отроков и семи жен.
- Блгв. кн. Всеволода, во Святом Крещении Гавриила, Псковского. Прп. Димитрия Прилуцкого, Вологодского. Прп. Кассиана Босого, Волоколамского. Прав. Феодоры, царицы Греческой, восстановившей почитание святых икон.
- Поста нет. Из трапезы исключается мясо.
- « Учись держать чрево в крепкой узде; оно одно не воздаст благодарности за оказанные ему благодеяния». Свт. Григорий Богослов

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	REN
 14.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (12+)	 09.00 «Формула еды». (12+)	 23.20 «Международная пилорама». (18+)	 13.05 «Детектив Финник». (0+)	 12.30 «ЖУКИ». (16+)	 09.00 «Минтранс». (16+)			
07.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота» 08.58 «Умницы и умники». (12+) 09.45 «Слово пастыря». (0+) 10.00 Новости (с субтитрами) 10.15 Премьера. «ПроУют». (0+) 11.10 Премьера. «Поехали!» (12+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 «Видели видео?» (0+) 14.00 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ». (12+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.20 «Сегодня вечером». (16+) 20.00 «УЧЕНОСТИ ПЛОДЫ». (12+) 21.00 «Время» 21.35 «УЧЕНОСТИ ПЛОДЫ». (12+) 23.55 Подкаст Лаб. (16+)	05.00 Утро России. Суббота 08.00 Вести. Местное время 08.20 Местное время. Суббота 08.35 «По секрету всему свету» 09.00 «Формула еды». (12+) 09.25 «Пятеро на одного» 10.10 Сто к одному 11.00 Вести 11.40 «Доктор Мясников». (12+) 12.45 «В ЧУЖОМ КРАЮ». (16+) 17.00 Вести 18.00 «Привет, Андрей!» (12+) 20.00 Вести 21.00 «ВОСЬМОЙ УЧАСТОК». (12+) Нейрохирург Инна Лосева, потеряв мужа, вынуждена покинуть Москву и институт им. Склифосовского и вернуться в родной городок помогать маме после инсульта. 01.00 «АКУШЕРКА». (16+) 04.30 «ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ». (12+)	05.10 «ЛЕЙТЕНАНТ СУВЕРОВ». (12+) 06.40 «Три танкиста». (16+) 07.25 «Смотр». (0+) 08.00 «Сегодня» 08.20 «Поедем, поедим!» (0+) 09.20 «Едим дома». (0+) 10.00 «Сегодня» 10.20 «Главная дорога». (16+) 11.00 «Живая еда». (12+) 12.00 «Квартирный вопрос» 13.00 «АФОНЯ». (0+) 15.00 «Своя игра». (0+) 16.00 «Сегодня» 16.20 ЧП. Расследование. (16+) 17.00 Следствие вели... (16+) 19.00 «Центральное телевидение» 20.20 «СВОЯ ВОЙНА: ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+) 22.15 «Ты не поверишь!» (16+) 23.20 «Международная пилорама». (18+) 00.00 Квартирник НТВ. (16+) 01.20 «А.Л.Ж.И.Р». (16+) 04.30 «Их нравы». (0+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.05 «Фиксики». (0+) 06.25 «Мультфильмы». (0+) 06.45 «Три кота». (0+) 07.30 Премьера! «Отель «У овечек». (0+) 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+) 08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+) 09.00 ПроСТО кухня. (12+) 09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+) 10.00 Суперниндзя. (16+) 13.05 «Детектив Финник». (0+) 13.40 «Кошей. Начало». (6+) 15.35 «Кошей. Похититель добное». (6+) 17.05 «Вперёд». (6+) 19.05 «Лука». (6+) 21.00 «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ». (12+) 23.35 «ПРИБЫТИЕ». (16+) 01.50 Даёшь молодёжь! (16+) 04.00 «б кадров». (16+) 05.15 «Мультфильмы». (0+) 05.50 Ералаш. (0+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 09.00 «Бьюти баттл». (16+) 09.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 10.00 «Однажды в России». (16+) 12.30 «ЖУКИ». (16+) Марафон эпизодов сериала о трёх айтишниках, которые вынуждены проходить альтернативную службу в глухой деревне, пытаясь продолжить разработку приложения для знакомств, на которое уже есть покупатель. 20.30 «Жуки-3». Фильм о сериале. (16+) 21.00 «Конфетка». (16+) 23.00 «Женский стендап». (16+) 00.00 «КАНИКУЛЫ». (18+) 02.00 «Импровизация. Дайджест». (16+) 03.30 «Comedy Баттл». (16+) 05.00 «Открытый микрофон». (16+) 06.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	05.00 03.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 07.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+) 09.00 «Минтранс». (16+) 10.00 Самая полезная программа. (16+) 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 14.30 «СОВБЕЗ». (16+) 15.30 «Документальный спецпроект». (16+) 17.00 «Засекреченные списки». (16+) 18.00 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ». (16+) 20.00 «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ». (16+) 22.30 «ХАОС». (16+) 00.30 «АДРЕНАЛИН-2: ВЫСОКОЕ НАПРЯЖЕНИЕ». (18+) 02.10 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР - СТРИТ». (16+)			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ЧЕ	ОТР	ОТР
05.00 «Тайны Медовой долины». (12+) 05.20 «Ну, погоди! Каникулы». (0+) 05.40 Пятница News. (16+) 06.05 «Ну, погоди! Каникулы». (0+) 06.25 «Простоквашино». (0+) 08.10 «Три мушкетера». (12+) 10.00 Четыре свадьбы. (16+) 23.00 «ЖЕНЩИНА-КОШКА». (16+) 00.50 «ОТЧАЯННЫЙ». (18+) 02.20 Пятница News. (16+) 02.50 «СОТНЯ». (16+) 04.10 Пятница News. (16+)	06.00 Невероятные истории. (16+) 06.20 Улётное видео. Топ-35. (16+) 08.00 Утилизатор. (16+) 09.00 Утилизатор. (16+) 10.30 Утилизатор. (16+) 11.00 18.00 КВН ярче. (16+) 13.00 Большой кэш. (16+) Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. 15.00 Улётное видео. (16+) 20.00 «+100500». (16+) 23.00 «+100500». (18+) 23.30 Большой кэш. (16+) 01.20 Рюкзак. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 09.00 Отражение (12+) 11.40 «Коллеги». (12+) 12.30 «ТОРПЕДОНОСЦЫ». (12+) 17.00 «День вместе». (12+) 17.30 «Точка.ру». (12+) 18.00 «Документальное кино». (12+) 19.10 «Очень личное с Виктором Лошаком». (12+) 19.50 «Ректорат». (12+) 20.30 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (12+) 23.25 «МОРФИЙ». (18+) 01.25 «ХОЛОДНЫМ ДНЕМ В ПАРКЕ». (18+) 03.25 «ЖИЗНЬ И СУДЬБА». (16+)	05.10 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+) 07.10 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+) 08.40 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+) 12.20 «ДИВЕРСАНТ». (16+) 1942 год. Молодые выпускники разведшколы ехали к месту задания. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёна Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей. Сержант просит отдать ему документы одного из погибших, чтобы «его имя продолжало бить фашистов»... 01.00 «КАЛАШНИКОВ» (16+) 02.40 «ГЕРОЙ 115». (16+) 03.40 «ТАНЕЦ С САБЛЯМИ». (16+)	05.30 «Маша и Медведь». (0+) 09.25 «Беременная в 16». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «Измены». (18+) Вы увидите невероятные, но вместе с тем реальные истории людей, столкнувшихся с обманом. Чтобы вывести изменщиков на чистую воду, ведущие проекта уже расставили скрытые камеры, завербовали сеть агентов и приготовили соблазнительные приманки... Что же выберут герои, когда всплывет правда: простить или жестоко отомстить? 02.55 «Дорогая, я забил». (12+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ	МУЛЬТ	КАРУСЕЛЬ	КАРУСЕЛЬ
06.00 «Смешарики». (0+) 07.00 «Время малышей». (0+) 08.00 «Морики Дорики». (0+) 08.15, 13.20, 20.20 «Маша и Медведь». (0+) 09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+) 12.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Тот самый день». (0+) 12.05 «Кошечки-собачки. Милые песни. Кенго-диско». (0+) 12.35 Друзья на все времена. «Винни-Пух», «Винни-Пух идёт в гости», «Винни-Пух и день забот». (0+) 14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+) 18.00 «Ну, погоди! Каникулы: Кулинары, Дикий отдых». (6+) 19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Тот самый день», «Кошечки-собачки. Милые песни», «Волшебная кухня. Семла», «Черепашки. Ушастик». (0+) 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.00, 03.00 «Лунтик». (0+) 20.55 «Машины сказки». (0+) 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+) 21.25 «Спина к спине». (0+) 02.35 МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Хроники чудес. Тот самый день», «Кошечки-собачки. Милые песни. Кенго-диско», «Волшебная кухня. Семла», «Черепашки. Ушастик». (0+) 03.20 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+) 04.30 «Черепашки». (0+) 05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+) 05.30 «Фиксики». (0+)	05.00 Ранние патшки. (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Черепашки». (0+) 09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+) Сегодня на кухне - повар-конструктор Платон! Как сделать самые вкусные печёночные оладушки, чем опасен космос, и что снится собакам? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!» 09.20 «Морики Дорики». (0+) 09.45 «Оранжевая корова». (0+) 11.00 «Семья на ура!» (0+) Неунывающая активная семья Тутты Ларсен и Валеры Колосова встретит утро субботы вместе с нашими телезрителями! 11.30 «Волшебная кухня». (0+) 12.55 «Турбозавры». (0+) Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины! 15.00 «За секунду до счастья» (0+) 15.30 «Ералаш». (6+) 16.50 «Снежная королева». (0+) 17.55 «Царевны». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Маша и Медведь». (0+) 22.50 «Аленький цветочек». (0+) 23.35 «Гуси-лебеди». (0+) 23.55 «О том, как гном покинул дом и...» (0+) 00.05 «Ералаш». (6+) 01.05 «Еда на ура. Рецепты». (0+) 01.30 «Смешарики». (0+)		

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365	365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	ДОКТОР
00.00 Час истины. (12+) 01.00, 05.25 Государственные перевороты в России. (12+) 01.30, 05.55 Бунты в России. (12+) 02.00 Историкограф. (12+) 02.40 Великая Отечественная война на Чёрном море. (6+) 03.10 История одной фотографии. (6+) 03.15 Историада. (12+) 04.10 Мещанаты России. (6+) 04.40 Россия глазами иностранцев. (12+) 06.20 Историада. (12+) 07.15 Мещанаты России. (6+) 07.40 История одной фотографии. (6+) 08.00 Освободители. (12+) 08.40 Пешком в историю. (12+) 09.05 Неизвестные сражения Великой Отечественной. (12+) 09.50 Обыкновенная история. (6+) 10.00 Подземная Италия. (12+) 11.00 Великие живописцы. (12+) 12.00 Историада. (12+) 12.50 Неписанные мемуары. (12+) 13.50, 14.20, 14.50, 15.15 Забытый полководец. (12+) 15.45 Тайное становится явным. (12+) 16.00, 16.50, 17.40, 18.35 «СТАРОЕ РУЖЬЕ». (16+) 19.25 Василий Шульгин. 1919 год. (12+) 19.50 Семь дней истории. (12+) 20.00 «КАПИТАН АЛАТРИСТЕ». (16+)	06.15, 07.05, 07.55 Взлом кодов. (16+) 08.55 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+) 09.45 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Аравии. (12+) 10.40, 11.35 Затерянный мир Ангор-Вата. (12+) 12.35 История Матери-Земли. (12+) 13.30 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+) 14.35 Тайна фетского кода. (12+) 15.30 Тутанхамон: последняя выставка. (12+) 17.00 Американские принцессы на миллион долларов: Деньги за стиль. (12+) 17.55 Американские принцессы на миллион долларов: Свадьба столетия. (12+) 18.50 Американские принцессы на миллион долларов: Воротились. (12+) 19.40 Операция «Золотая лихорадка»: Горные перевалы. (12+) 20.45 Операция «Золотая лихорадка»: Озера и Реки. (12+) 21.45 Операция «Золотая лихорадка»: Добыча золота. (12+) 22.40 Военные заводы: Первые великаны. (12+) 23.35 Военные заводы: Двигатель, который выиграл войну. (12+) 00.25 Военные заводы: Рассвет авианосцев. (12+) 01.15, 02.10, 03.05 Мифы: великие тайны человечества. (12+)	06.00, 06.25, 10.35, 11.00, 13.10, 13.35, 15.50, 16.20, 18.40, 19.05, 21.10, 21.40, 23.55, 00.25 Будь в тонусе! (12+) Этот фильм для всех, кто интересуется своим здоровьем и самочувствием. Используя научный подход и опыт ведущих специалистов, авторы пытаются проверить популярные мифы о здоровье и представить зрителям результаты научных исследований... 06.55, 14.00, 22.05, 02.40 На приёме у психолога. Курение. (12+) 07.25, 14.30, 22.30, 03.05 Это лечится. (12+) 07.50, 14.55, 23.00, 04.15 Основной элемент. Гипноз. Развенчание мифов. (12+) 08.20, 15.25, 23.25, 04.40 Основной элемент. Механизмы боли. (12+) 08.45, 16.50, 00.50 InVivo. Выпуск 7. (12+) 09.15, 17.15, 01.20 Клинический случай. Спасти Тургенева. (12+) 09.40, 17.45, 01.45 Теледоктор. Когда нужна помощь. Алкоголизм и игромания. (12+) 11.25, 19.30, 03.30 Научные сенсации. Хомо футурус. (12+) 12.15, 12.40, 20.15, 20.45 Истории болезней. Туберкулез. (16+) 05.10 На приёме у доктора Исагуляна. (12+) 05.35 Это лечится. (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



09.20 «Мы - грамотеи!»

- 06.30 Мультфильмы
- 07.35 «СУВОРОВ»
- 09.20 «Мы - грамотеи!»
- 10.05 «Земля людей»
- 10.35 «ЭСКАДРОН ГУСАР ЛЕТУЧИХ»
- 13.15 01.55 «Страна птиц»
- 13.55 Международный фестиваль «Цирк будущего»
- 15.15 «Рассказы из русской истории»
- 16.05 «Отцы и дети»
- 16.40 «Храм»
- 17.35 Московский международный Дом музыки - 20 лет. Юбилейный концерт
- 19.20 «По следам сирийских мудрецов»
- 20.00 «Янковский»
- 21.15 «ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ»
- 22.40 «Роман в камне»
- 23.10 «ЖЮЛЬ И ДЖИМ»
- 01.00 Маркус Миллер на фестивале Джаз во Вьенне

ТВЦ



13.40 «Актерские драмы. Секс-символы». (12+)

- 05.45 «ПЕТРОВИЧ». (12+)
- 07.30 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.55 «СОЛДАТ ИВАН БРОВКИН». (0+)
- 09.35 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
- 11.05 «ОГАРЕВА, 6». (12+)
- 12.55 «Назад в СССР». (12+)
- 13.40 «Актерские драмы. Секс-символы». (12+)
- 14.30 22.00 События
- 14.45 «Уполномочены рас- смешить!». (12+)
- 16.35 «ВОСЕМЬ БУСИН НА ТОНКОЙ НИТОЧКЕ». (12+)
- 18.40 «СЛАДКАЯ МЕСТЬ». (12+)
- 22.15 «Русский шансон. Фар- товые песни». (12+)
- 22.55 «Русский шансон. Вы- йти из тени». (12+)
- 23.40 «Секс-бомбы со ста- жем». (16+)
- 00.20 «Жёны против любов- ниц». (16+)
- 01.00 «Тайные дети звезд». (16+)

ТВ-3



08.30 Секреты здоровья. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 Секреты здоровья. (16+)
- 08.45 «Старец». (16+)
- 11.15 «ПОСЛЕДНИЙ ДРАКОН: В ПОИСКАХ МАГИЧЕСКОЙ ЖЕМЧУЖИНЫ». (6+)
- Джордж приезжает из Австралии на каникулы к своему отцу-археологу в Китай. Там он знакомится с Лин - дочкой коллеги отца. Ребята приезжают на раскопки и внезапно оказываются на пороге удивительных событий.
- 13.15 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)
- 16.00 «НОЙ». (12+)
- 19.00 «ДЖЕК - ПОКОРИ- ТЕЛЬ ВЕЛИКАНОВ». (12+)
- 21.15 «ОХОТНИКИ НА ВЕДЬМ». (16+)
- 23.00 «ПЭН: ПУТЕШЕСТВИЕ В НЕТЛАНДИЮ». (6+)
- 01.15 «МИСТЕР ЧЕРЧ». (12+)
- 02.45 «Далеко и еще даль- ше». (16+)

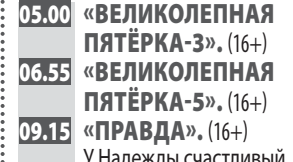
ДОМАШНИЙ



18.45 Скажи, подруга. (16+)

- 06.30 «СКОЛЬКО ЖИВЁТ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 10.25 «РЕДКАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+)
- Надя Самсонова - обыч- ная медсестра - работает в городе в областной больнице, а живёт в деревне с родителями. В свои 28 лет она давно махнула рукой на личную жизнь, поскольку считает себя некрасивой и неин- тересной мужчинам. Но за веселый нрав, доброту и готовность помочь Наденьку любят и ценят родители, соседи, колле- ги и больные. Однажды в больнице появляется молодой доктор, который кокетничает со всем персоналом больницы - от медсестер до врачей.
- 18.45 Скажи, подруга. (16+)
- 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
- 22.20 «СЕЗОН ЛЮБВИ». (16+)
- 02.05 «РЕДКАЯ ГРУППА КРОВИ». (16+)
- 05.25 «6 кадров». (16+)

5 5-Й КАНАЛ



05.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)

- 05.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 06.55 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
- 09.15 «ПРАВДА». (16+)
- У Надежды счастливый роман с Сергеем. Они знакомы всего пару ме- сяцев, но девушка уже не может представить своей жизни без него.
- 11.15 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
- 18.50 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 01.05 «ШУГАЛЕЙ». (16+)
- 02.55 «ШУГАЛЕЙ-2». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.10 «КОРТИК». (12+)
- 08.15 «Морской бой». (6+)
- 09.30 02.55 «НАД ТИССОЙ». (12+)
- 11.15 «Не факт!». (12+)
- 11.45 «Легенды музыки». (12+)
- 13.15 «Время героев». (16+)
- 13.35 «Главный день». (16+)
- 14.20 «Война миров». (16+)
- 15.10 18.15 «ВЛАСИК: ТЕНЬ СТАЛИНА». (16+)
- 22.10 «ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)
- 00.00 «ПЕРЕД РАССВЕТОМ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Джинглики». (0+)
- 11.00 «ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕН- ЩИНЫ». (16+)
- 12.00 «Специальный репор- таж». (12+)
- 12.15 «Точка.ру». (12+)
- 12.45 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 13.15 «Служу Отечеству». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ТАНКИ». (12+)
- 15.30 «Компас потребителя». (12+)
- 15.45 «ЖДИ МЕНЯ». (12+)
- 17.45 «#open vrn». (12+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Просто жизнь». (12+)
- 20.00 «Понятная политика». (12+)
- 20.15 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 20.45 «СПАРРИНГ». (16+)
- 22.30 «Такие разные». (12+)
- 23.30 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Бу- ран» - «Югра». (12+)
- 01.15 «Малая сцена». (12+)
- 02.45 «Точка.ру». (12+)
- 03.15 «ПЕРЕД ПОЛУНО- ЧЬЮ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 Бокс. (16+)
- 08.00 10.00 18.55 Новости
- 08.05 14.00 16.30 19.00 00.00 Все на Матч!
- 10.05 «Команда Матч». (0+)
- 10.40 Лыжные гонки. «Чем- пионские высоты». Скиат- лон. Женщины
- 12.00 II Зимние междуна- родные спортивные игры «Дети Азии». Церемония открытия
- 14.25 Футбол. «Волга» (Улья- новск) - «Зенит» (Санкт- Петербург). FONBET Кубок России. 1/4 финала
- 16.55 Мини-футбол. «Синара» (Екатеринбург) - «Нориль- ский Никель» (Норильск). СпортмастерPRO - Кубок России. Финал 4-х. 1/2 финала
- 20.00 Смешанные единобор- ства. (16+)
- 00.55 Футбол. Журнал Лиги чемпионов. (0+)
- 01.25 Биатлон. Рагб Чемпио- нат России. Суперсерьют. Женщины. Трансляция из Ижевска. (0+)
- 06.00 «бхб». (0+)
- 06.25 «Вид сверху». (12+)
- 06.55 Лыжный спорт
- 09.00 10.55 15.25 Новости
- 09.05 «Ты в бане!». (12+)
- 09.35 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 11.00 Человек из футбола
- 11.35 Спецрепортаж. (12+)
- 11.55 Мини-футбол. Кубок России. Финал 4-х
- 13.55 01.50 «Мир билльяр- да». (12+)
- 14.25 03.40 Что по спорту? (12+)
- 14.50 «Большой хоккей». (12+)
- 15.30 Лыжные гонки. «Чем- пионские высоты». (0+)
- 16.55 Сноубординг. Междуна- родные соревнования
- 19.30 20.05 Биатлон. Чемпио- нат России. (0+)
- 20.40 «Дети Азии». Церемо- ния открытия. (0+)
- 22.40 04.10 Мини-футбол. Ку- бок России. Финал 4-х. (0+)
- 00.30 Гандбол. Газпром Лига
- 02.20 Открытый футбол. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 TV1000
- 05.30 «Говорящий Том и дру- зья». Мультсериалы. (6+)
- 07.10 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 08.10 «КРУПНАЯ РЫБА». (12+)
- 10.20 «ТРАССА 60». (16+)
- 12.10 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 14.10 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТТОНА». (16+)
- 17.10 «ЛЕМОНИ СНИКЕТ: 33 НЕСЧАСТЬЯ». (12+)
- 19.00 «ХРАНИТЕЛЬ ВРЕМЕНИ». (12+)
- 21.10 «ШОКОЛАД». (12+)
- 23.20 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГО- ТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕП- ТУ». (12+)
- 01.30 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
- 03.20 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
- 05.30 «Смешарики». «Три ко- та», «Фиксики». Мультсери- алы. (6+)
- 09.50 «Три богатыря и Мор- ской царь». Мультфильм. (6+)
- 11.10 «Три богатыря и прин- цесса Египта». Мульт- фильм. (6+)
- 12.25 «Три богатыря. Наслед- ница престола». Мульт- фильм. (6+)
- 13.55 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)
- 16.15 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕ- ВАНШ». (16+)
- 18.40 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПО- СЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
- 21.00 «ЧИСТОЕ ИСКУССТВО». (16+)
- 22.40 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
- 00.20, 02.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)
- 03.40 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.05 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВЫСО- КОГО БЛОНДИНА». (12+)
- 02.35 «СОКРОВИЩЕ АМАЗОН- КИ». (12+)
- 04.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 06.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
- 08.15 «АСТЕРИКС НА ОЛИМ- ПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 10.30 «БАТЯ». (16+)
- 12.00 «САЛОН КРАСОТЫ». (16+)
- 13.55 «ЖЕНИХ». (12+)
- 15.40 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 17.35 «КОПИ ЦАРЯ СОЛОМО- НА». (12+)
- 19.30 «ГИТЛЕР КАПУТ». (16+)
- 21.20 «ДЖУНГЛИ». (6+)
- 22.50 «ЗНАЧИТ, ВОЙНА». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 07.50 «ИСПЫТАТЕЛЬ». (12+)
- 08.15 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (12+)
- 10.15 «ПЕПЕЛ». (16+)
- 18.05 «ШПИОН». (16+)
- 20.00 «ЗВЕЗДА». (16+)
- 21.50 «...ПО ПРОЗВИЩУ «ЗВЕРЬ». (16+)
- СССР, 1990 г. В ролях: Дми- трий Певцов, Татьяна Ско- роходова, Борис Щербаков, Юрий Назаров
- 23.20 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)
- 01.05 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
- 02.40 «ЗЕМЛЯ САНИКОВА». (12+)
- 04.10 «ЗЕРКАЛО». (12+)
- 05.50 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.50 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
- 08.25 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 09.45 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 11.10 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 12.45 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 14.10 «НОЧНОЙ ДОЗОР». (16+)
- 16.20 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «ДНЕВНОЙ ДОЗОР». (16+)
- Продолжение истории, на- чатой в фильме «Ночной Дозор».
- 01.25 «ЗАЩИТНИКИ». (12+)
- 02.50 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)
- 04.10 «ОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ». (6+)
- 05.30 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПО- БЕДУ». (12+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказ- ки», «Машины страшил- ки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 17.10 Здравствуй, сладкий! (16+)
- 18.20, 19.20, 20.30, 21.40 Кулинарные детективы. (16+)
- 22.50, 00.00 Моя жена рулит. (16+)
- Первое кулинарное шоу, где жёны управляют муж- ьями на кухне.
- 01.10, 02.10 Барышня-кре- стьянка. (16+)
- 03.25 «Готовим с Бубой». Мультфильм. (0+)
- 03.35 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсери- ал. (0+)
- 09.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯ- НЯ». (0+)
- В России, наконец-то уч- реждена премия «Золо- той Квизмод», которой награждаются создатели лучших мюзиклов года, и Шаталин становится ее лауреатом. Но падким на сенсации журналистам не- достаточно награды. Они выдумывают сногшиба- тельную историю о том, что Максим и Вика были лю- бовниками, еще когда бы- ла жива жена Максима, и подкрепляют ее сфариго- ванными фотографиями.
- 23.55 Сердца за любовь. (16+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.20 Плейлист. Зима. (16+)
- 07.50 Ждите ответа. (16+)
- 08.45 МузГорДвиж. (16+)
- 09.00 #НАМУЗТВ. (16+)
- 10.00 Моя волна. (16+)
- 11.00 WEB чарт. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Хит-стори. (16+)
- 13.00 Top-30. Русский плей- лист недели. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Приехали! (16+)
- 16.00 Шик или пшик? (16+)
- 17.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 18.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 19.00 Золотой Граммо- фон-2022. (16+)
- XXVII Церемония вручения музыкальной премии «Зо- лотой Граммофон!»
- 22.00 Танцпол. (16+)
- 01.00 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00, 01.25 День Патриар- ха. (0+)
- 05.10 Московские святите- ли Петр и Алексий. Цикл: День Ангела. (0+)
- 05.40 «БЛАГИЕ НАМЕРЕНИЯ». (0+)
- 07.20 Лики Богородицы. 0+)
- 07.55 «Свет неугасимый». Мультфильм. (0+)
- 08.30, 04.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 08.45, 04.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.20, 22.00, 02.10 Простые чудеса. (12+)
- 10.10, 04.00 В поисках Бога. (6+)
- 10.45, 01.40 Рассказы мне о Боге. (6+)
- 11.15, 00.55 Пилигрим. (6+)
- 11.50, 19.55 Святые России. (6+)
- 12.55 Новодевичий мона- стыр. 500 лет истории. (0+)
- 13.55 Старец Илий. О своей жизни и чуде на войне. (0+)
- 14.30 Старец Илий. Как спа- сти страну и семью. (0+)
- 15.00 Старец Илий. О России и молитве. (0+)
- 15.35, 16.55 «ОТ БУГА ДО ВИСПЫ». 1-2 серии. (12+)
- 18.20 Лето Господне. (6+)
- 21.00 Русский мир. (12+)
- 22.50, 02.55 Профессор Осипов. (0+)
- 23.25 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михал- кова. (18+)
- 00.15, 03.25 Война и Библия. (16+)

Православный календарь

25 февраля
Седмица сырная (масленица),
сплошная. Глас 3. Всех преподобных
отцов в подвиге просиявших.
Иверской иконы Божией Матери.



Свт. Мелетия, архи- еп. Антиохийского. Свт. Алексия, митр. Московского и всея России, чудотворца. Свт. Мелетия, архиеп. Харьковского. Прп. Марии, именованной Марини, и отца ее Евгения. Свт. Антония, патриарха Константи- нопольского. Прп. Мелетия Ипсенийского.

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.

« Кто связан пристрастием к зем- ным благам, тот не обладатель, а обладаемый».

Блаж. Августин

ПЕРВЫЙ



14.55 «МУЖИКИ!» (0+)

- 06.00 Новости
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечтатель». (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь других». (12+)
11.10 «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Видели видео?» (0+)
13.50 «Бомба. Наши в Лос-Аламосе». (16+)
14.55 «МУЖИКИ!» (0+)
16.50 «Закат американской империи». «Европа». Полная версия. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Три аккорда». (16+)
21.00 «Время»
22.35 «КОНТЕЙНЕР». (16+)
23.30 Подкаст.Лаб. (16+)

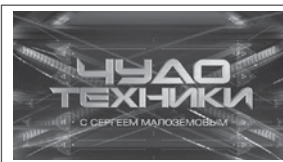
РОССИЯ 1



09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым

- 06.10 «ТЫ МОЙ СВЕТ». (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
11.40 Большие перемены
12.45 «В ЧУЖОМ КРАЮ». (16+)
Галина признаётся мужу в связи с Сергеем. Виктор делает вид, что прощает, но отношения между Галиной и Виктором остаются натянутыми.
17.00 Вести
18.00 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «Виндзорское досье». (16+)
02.15 «ТЫ МОЙ СВЕТ». (12+)

НТВ



11.00 «Чудо техники». (12+)

- 04.55 «КАПИТАН ГОЛЛИВУД». (12+)
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+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели»
20.20 «Маска». (12+)
23.30 «Звезды сошлись» (16+)
01.20 «А.Л.Ж.И.Р». (16+)
04.30 «Их нравы». (0+)

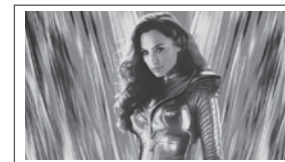
СТС



07.30 «Царевны». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.30 «Царевны». (0+)
07.55 08.20 Уральские пельмени. (16+)
09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
10.00 «Монстры на каникулах». (6+)
11.45 «Монстры на каникулах-2». (6+)
13.25 «Монстры на каникулах-3. Море зовёт». (6+)
15.20 «Мальчик-дельфин». (6+)
17.05 «Лука». (6+)
19.00 «Камуфляж и шпионаж». (6+)
21.00 «ИСХОД: ЦАРИ И БОГИ». (12+)
00.05 «КОСМОС МЕЖДУ НАМИ». (16+)
02.15 Даёшь молодёжь! (16+)
04.00 «6 кадров». (16+)
05.15 «Мультфильмы». (0+)

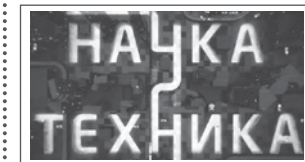
ТНТ



14.50 «ЧУДО-ЖЕНЩИНА: 1984». (12+)

- 07.00 «САШАТАНЯ». (16+)
11.00 «Финник». (6+)
12.50 «Том и Джерри». (6+)
14.50 «ЧУДО-ЖЕНЩИНА: 1984». (12+)
Бизнесмен Лорд мечтает стать богом. Для этого он не жалеет средств и собирает со всех уголков света магические артефакты, пытаясь найти тот, который сможет подарить ему силу...
17.50 «ВСЁ ВЕЗДЕ И СРАЗУ». (16+)
20.40 «АННА». (16+)
23.00 «Где логика?» (16+)
00.00 «Конфетка». (16+)
Если вы хоть раз в жизни выкладывали в интернет сделанный на коленке клип, то есть шанс, что вашу песню перепоёт Филипп Киркоров, Григорий Лепс или Алсу.
01.40 «АНТУРАЖ». (18+)
03.15 «Импровизация. Дайджест». (16+)
04.40 «Comedy Баттл». (16+)
05.30 «Открытый микрофон». (16+)

РЕН



10.30 «Наука и техника». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «СТУКАЧ». (12+)
Ради спасения сына, которому грозит срок за продажу наркотиков, отец идет на сделку с полицией.
15.00 «ХАОС». (16+)
17.10 «МЕХАНИК». (16+)
18.50 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+)
20.50 «ПАРКЕР». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Тайны Медовой долины». (12+)
05.20 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
05.50 Пятница News. (16+)
06.10 «Ну, погоди! Каникулы». (0+)
06.25 07.50 «Простоквашино». (0+)
07.45 08.15 «Простоквашино». (12+)
08.50 «Аисты». (6+)
10.20 На ножах. (16+)
23.00 «ОТЧАЯННЫЙ». (18+)
01.00 «ВИДОК: ОХОТНИК НА ПРИЗРАКОВ». (18+)
03.00 Пятница News. (16+)
03.30 «СОТНЯ». (16+)
04.40 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Побег из курятника». (6+)
10.35 «Беременная в 16». (16+)
18.35 «Битва за тело». (16+)
Участников ждет серьезная работа над собой. Сражаться придется не только с лишним весом, но и с вредными привычками, зависимостью от еды и образом жизни. Похудение будет происходить под пристальным вниманием команды проекта: врачей, диетологов, фитнес-тренеров.
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (18+)
03.00 «Дорогая, я забил». (12+)

ЧЕ!

- 06.00 Улетное видео. (16+)
«Улетное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты.
06.20 Улетное видео. Топ-35. (16+)
08.00 Утилизатор. (12+)
09.00 10.30 Утилизатор. (16+)
09.30 Утилизатор. (12+)
11.00 КВН ярче. (16+)
13.00 Большой кэш. (16+)
15.00 «+100500». (16+)
18.00 КВН ярче. (16+)
20.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
23.30 Большой кэш. (16+)
01.20 Рюкзак. (16+)
03.00 Улетное видео. (16+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (6+)
06.30 «ХОД КОНЕМ». (0+)
07.55 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.10, 16.15 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (12+)
22.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ!» (16+)
Фильм рассказывает о событиях 1944 года. Командование подозревает, что на освобожденной территории работает враг, который должен достать компрометирующие советское правительство документы (речь идет о тайных переговорах с немцами), оставшиеся где-то в подземелье бывшей ставки Гитлера.

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 ОТражение
12.20 «Отчий дом». (12+)
12.30 «ИГРА БЕЗ ПРАВИЛ». (12+)
16.00 «Песня остаётся с человеком». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.10 «Клуб главных редакторов». (12+)
19.50 «Вспомнить всё». (12+)
20.20 «МИЛЛИОНЕР ИЗ ТРУЩОБ». (16+)
22.15 «КОНФОРМИСТ». (16+)
01.35 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (12+)

ПОБЕДА

- 05.10 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
07.00 «ПОДОПЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
09.20 «ТУМАН». (16+)
12.20 «ТУМАН-2». (16+)
15.00 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
Опальный маршал Жуков отправлен в Одессу, где нет житья от воров, убийц и вымогателей. И всем управляет неуловимый немецкий шпион по кличке Академик, которого никто не знает в лицо. И только начальник отдела по борьбе с бандитизмом, Давид Маркович Гоцман может навести порядок...
01.00 «РЖЕВ». (16+)
02.50 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)

ДЕТСКИЕ

МУЛЬТ

- 06.00 «Смешарики». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Морики Дорики». (0+)
08.15, 16.00, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Кошечки-собачки. Милые песни. Кенго-диск». (0+)
09.05 «Волшебная кухня. Семла». (0+)
10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
14.00, 21.00, 04.00 «Барбоскины». (0+)
15.00 «Монсики: Пиля, голос! Праздник каждый день». (0+)
17.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
18.00 «Чуч-Мяуч: Суперигра, Древняя ракушка». (0+)
19.00 МУЛЬТпреьера! «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Самый лучший няня». «Простоквашино: Два Матроскина, Полосатая проверка», «Ник-изобретатель. Дружба в комплект не входит», «Кошечки-собачки. Новая гитара», «Черепашки. Разноцветные штаны», «Мальшарики идут в детский сад. Зонтик», «Ми-Ми-Мишки. Маяк». (0+)
19.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.00, 03.00 «Лунтики». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Тот самый день». (0+)
01.50 МУЛЬТпреьера! (0+)
03.25 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)
04.30 «Черепашки. Ушастик». (0+)
05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Фиксики». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Панда и петушок Лука». (0+)
Приключения китайского панды ХэХэ и португальского петушка Луки.
09.20 «Енотки. Первые слова». (0+)
11.00 «Трам-пам-пам». (0+)
11.25 «Котенок Шмяк». (0+)
Мультсериал о дружбе котенка Шмяка и мышонка Сырника, которые живут в небольшом городке и вместе познают силу доброты...
13.00 «Студия красоты». (0+)
13.20 «Гризли и лемминги». (6+)
15.00 «У меня лапки». (0+)
15.30 «Ералаш». (6+)
16.50 «Лягушка-путешественница». (0+)
17.10 «Винни-Пух». (0+)
17.20 «Винни-Пух идет в гости». (0+)
17.35 «Винни-Пух и день забот». (0+)
17.55 «Кошечки-собачки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Отель у овечек». (0+)
Про дружную семью овечек и гостей их отеля.
22.50 «Горшочек каши». (0+)
23.00 «Дудочка и кувшинчик». (0+)
23.10 «Сказка о золотом петушке». (0+)
23.45 «Сказка о попе и работнике его Балде». (0+)
00.05 «Ералаш». (6+)
01.05 «Еда на ура. Рецепты». (0+)
01.30 «Смешарики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
01.00 Государственные перевороты в России. (12+)
01.30 Бунты в России. (12+)
01.55, 04.45 Россия глазами иностранцев. (12+)
02.45 Великая Отечественная война на Черном море. (6+)
03.10 Тайное становится явным. (12+)
03.25 Историада. (12+)
04.20 Меценаты России. (6+)
05.35 Без срока давности. (12+)
06.20 Историада. (12+)
07.15 Из истории советского периода. (6+)
07.45 История одной фотографии. (6+)
08.00 Историада. (12+)
08.50 Ненаписанные мемуары. (12+)
09.50, 10.20, 10.50, 11.15 Забытый полководец. (12+)
11.45 Тайное становится явным. (12+)
12.00, 12.50, 13.40, 14.35 «СТАРОЕ РУЖЬЕ». (16+)
15.25 Василий Шульгин. 1919 год. (12+)
15.50 Семь дней истории. (12+)
16.00 «КАПИТАН АЛАТРИСТЕ». (16+)
18.15 Тайное становится явным. (12+)
18.30 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (12+)
20.00 Народный фронт Победы. (12+)
20.25 Битва оружейников. (12+)
21.10 Наследие Дашковой. (12+)
22.05, 22.35 Россия. Связь времен. (12+)

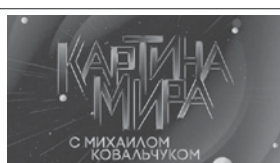
VIASAT HISTORY

- 06.00 Мифы: великие тайны человечества: В поисках гробницы Аттилы. (12+)
06.55 Мифы: великие тайны человечества: Сокровища Нибелунгов. (12+)
07.50 Мифы: великие тайны человечества: Святой Грааль. (12+)
08.50, 09.45 Затерянные города троянцев. (12+)
10.35 Затерянные библейские города: Тайна Великого потопа. (16+)
11.30 Затерянные библейские города: Тайны Ниневии и Вавилона. (16+)
12.30 Загадка троянского коня. (12+)
13.30, 14.20, 15.15, 16.05 5000 лет истории Нила. (12+)
17.00, 18.00 Осада Мальты: войны Господа. (16+)
19.00 Запретная история: Черепа мальтийских пришельцев. (16+)
19.50 Рыцари: Железные герои. (16+)
20.50 Рыцари: Во имя чести и славы. (16+)
21.50 Рыцари: Последние в своем роде. (16+)
22.45 Военные заводы: Фабрика, которая дала отпор. (12+)
23.40 Военные заводы: Машины нацистской мощи. (12+)
00.30 Военные заводы: Грузовики блицкрига. (12+)
01.20, 02.15, 03.10 Мифы: великие тайны человечества. (12+)
04.05, 04.45 Затерянные города троянцев. (12+)
05.30 Невероятные изобретения. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 06.25, 10.20, 10.50, 13.05, 13.35, 16.40, 17.00, 19.20, 19.45, 22.05, 22.30, 00.40, 01.05, 03.20, 03.45 Будь в тонусе! (12+)
06.50, 12.10, 20.10, 04.10 InVivo. Выпуск 7. (12+)
07.15, 12.35, 20.40, 04.40 Клинический случай. Спасти Тургенева. (12+)
07.45, 08.10, 15.45, 16.10, 23.45, 00.15 Истории болезней. Туберкулез. (16+)
08.40, 14.55, 23.00 Научные сенсации. Хомяк футурус. (12+)
09.25, 17.30, 01.30 На приеме у психолога. Курение. (12+)
09.50, 17.55, 02.00 Это летит. Шизофрения. (12+)
11.15, 18.25, 02.25 Основной элемент. Гипноз. Развенчание мифов. (12+)
Считается, что он оказывает необыкновенное воздействие на людей. И за это его часто сравнивают с чем-то мистическим. Даже у ученых пока вопросов больше, чем ответов. Но все же наука уже способна рассеять главные иллюзии о гипнозе - настоящей загадке человеческого мозга.
11.40, 18.50, 02.50 Основной элемент. Механизмы боли. (12+)
14.00, 21.05 Теледоктор (12+)
05.05 Метод исследования. Заболевания волос. (12+)
05.30 Метод исследования. Заболевания сосудов. (12+)

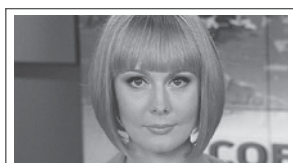
РОССИЯ К
Культура



16.30 «Картина мира
с Михаилом Ковальчуком»

- 06.30 «Мультфильмы»
- 07.35 «КУТУЗОВ»
- 09.20 Тайны старого чердака
- 09.55 Диалоги о животных
- 10.35 «СВОИ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ»
- 12.10 «Свой среди чужих, чужой среди своих». По всем законам нашего тяжелого времени»
- 13.05 «Невский ковчег»
- 13.35 «Игра в бисер»
- 14.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО»
- 16.30 «Картина мира»
- 17.15 «Пешком...»
- 17.45 Вспоминая Бэлла Куркову
- 19.20 «По следам сирийских мудрецов»
- 20.00 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН»
- 21.20 XVI Зимний международный фестиваль искусств. Гала-концерт закрытия фестиваля.
- 23.25 «ГОРОДСКОЙ КОВБОЙ»

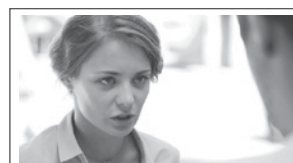
ТВЦ



14.30
События

- 06.10 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ», (16+)
- 07.30 «ИВАН БРОВКИН НА ЦЕЛИНЕ», (12+)
- 09.10 «Не послать ли нам гонца?» (12+)
- 11.05 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ», (0+)
- 12.55 «Назад в СССР», (12+)
- 13.40 «Кабачок «эпохи застоя», (12+)
- 14.30 События
- 14.45 «Смешите меня семейно». Юмористический концерт. (16+)
- 15.50 «МАША», (12+)
- 17.40 «ОТЕЛЬ «ФЕНИКС», (12+)
- 21.15 «ОТЕЛЬ «ФЕНИКС»-2», (12+)
- 00.25 События
- 00.40 «Петровка, 38», (16+)
- 00.50 «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА ГЕНЕРАЛА», (16+)
- 02.45 «ХРОНИКА ГНУСНЫХ ВРЕМЕН», (12+)
- 05.35 «Москва резиновая», (16+)

ТВ-3



14.30 «МАЖОР», (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.30 «Слепая», (16+)
- 12.15 «ГЛУБОКОЕ СИНЕЕ МОРЕ», (16+)
- 14.30 «МАЖОР», (16+)
- 23.00 «ГЛУБИНА», (16+)
- 1943 год. Вторая мировая. Атлантический океан. Американская подводная лодка под названием «Тигровая акула», затопив немецкий корабль направляется далее по своему курсу. Внезапно капитан получает задание подобрать в океане шлюпку с потерпевшими. Среди троих спасенных одна женщина - медсестра плавучего госпиталя, затопленного нацистами, и двое раненных. Едва успев принять потерпевших на борт, команда замечает на горизонте вражеский эсминец.
- 01.00 «АМУЛЕТ», (18+)
- 02.45 Мистические истории. (16+)
- 05.00 Фактор риска. (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

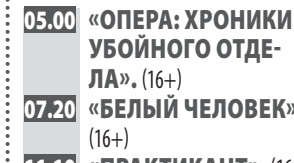
ДОМАШНИЙ



19.00 «ВЕТРЕННЫЙ», (16+)

- 06.30 «ПРИВИДЕНИЕ», (16+)
- 08.25 «МУЖЧИНА В МОЕЙ ГОЛОВЕ», (16+)
- 10.45 «С ДНЁМ РОЖДЕНИЯ, ВИКА!» (16+)
- 14.45 «ЖЕНУ ВЫЗЫВАЛИ?» (16+)
- 18.45 Твой домашний доктор. (16+)
- 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ», (16+)
- Страстная история любви турецких Ромео и Джульетты. Мирана растли с мыслями о мести, он не умеет ни любить, ни быть счастливым. А Рейан верит в чудеса и бесконечную любовь. Однажды их пути пересекаются, и они влюбляются друг в друга с первого взгляда. Но она - дочь его врага, которому он поклялся отомстить.
- 22.15 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (16+)
- 01.55 «РЕДКАЯ ГРУППА КРОВИ», (16+)
- 05.15 «Настоящая Ванга», (16+)
- 06.05 «6 кадров», (16+)

5 5-й КАНАЛ



05.00 «ОПЕРА: ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА», (16+)

- 07.20 «БЕЛЫЙ ЧЕЛОВЕК», (16+)
- 11.10 «ПРАКТИКАНТ», (16+)
- Лучшего выпускника Академии МВД Антонова определяют оперативником в группу к матерому следователю Егорову. Отношения начальника и подчиненного сразу складываются непросто.
- 15.15 «БАРСЫ», (16+)
- 19.10 «СЛЕД», (16+)
- 00.45 «ШУГАЛЕЙ-3», (16+)
- 02.30 «РЖЕВ», (12+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.25 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА», (12+)
- 07.05 «ТИХАЯ ЗАСТАВА», (16+)
- 09.00 «Новости недели», (16+)
- 09.25 «Служу России», (12+)
- 09.55 «Военная приемка», (12+)
- 11.30 «Код доступа», (12+)
- 13.55 «ВИКИНГ-2», (16+)
- 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
- 23.00 «Фетисов», (12+)
- 23.45 «Вечная Отечественная», (12+)
- 02.25 «КОРТИК», (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе», (12+)
- 10.00 «Джинглики», (0+)
- 11.00 «Такие разные», (12+)
- 12.00 «Неделя», (12+)
- 12.30 «Марафон», (12+)
- 13.30 «Территория успеха», (12+)
- 14.00 «Здоровый интерес», (12+)
- 14.15 «Понятная политика», (12+)
- 14.30 «СПАРРИНГ», (16+)
- Стив - обычный семьянин. Он мечтает стать известным боксером. Но пока ему приходится зарабатывать на жизнь, используя свое тело как боксерскую грушу на ринге.
- 16.15 «Просто жизнь», (12+)
- 16.45 «Точка.ру», (12+)
- 17.15 «Компас потребителя», (12+)
- 17.30 «ЖДИ МЕНЯ», (12+)
- 19.30 «Неделя», (12+)
- 20.00 «ПЕРЕД ПОЛУНОЧЬЮ», (16+)
- 22.00 «Марафон», (12+)
- 23.00 «Точка.ру», (12+)
- 23.30 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буря» - «Рубин», (12+)
- 01.15 «Малая сцена», (12+)
- 02.45 «Современники», (12+)
- 03.15 «ПЕРЕД ПОЛУНОЧЬЮ», (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Человек из футбола», (12+)
- 06.30 Футбол. Журнал Лиги чемпионов. (0+)
- 07.00 09.35 18.55 21.30 Новости
- 07.05 16.30 19.00 21.35 00.45 Все на Матч!
- 09.40 11.50 Биатлон. Риги Чемпионат России. Масс-старт
- 10.45 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
- 13.10 Лыжные гонки. «Чемпионские высоты». Командный спринт
- 14.25 Футбол. «Уфа» - «Ахмат» (Грозный). FONBET Кубок России. 1/4 финала
- 16.55 Мини-футбол. СпортмастерPRO - Кубок России. Финал 4-х
- 19.25 Футбол. «Бавария» - «Унион». Чемпионат Германии
- 22.40 Футбол. «Милан» - «Аталанта». Чемпионат Италии
- 01.25 Гандбол. «Машека» - «Чеховские медведи». Газпром Лига. 1/4 финала. (0+)
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 Мини-футбол. Кубок России. Финал 4-х. (0+)
- 07.50 10.00 12.25 16.00 Новости
- 07.55 Сноубординг. (0+)
- 10.05 Смешанные единоборства. (16+)
- 11.40 20.15 Пара на дистанции. (12+)
- 11.55 18.50 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 12.30 Фигурное катание
- 16.05 03.40 «Мир бильярда», (12+)
- 16.35 Спецрепортаж. (12+)
- 16.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ
- 19.15 Лыжный спорт
- 20.30 Фигурное катание. (0+)
- 21.40 Лыжные гонки. «Чемпионские высоты». (0+)
- 22.55 00.00 Биатлон. Чемпионат России. Масс-старт. (0+)
- 01.20 Мини-футбол. Кубок России. (0+)
- 03.10 Человек из футбола. (0+)
- 04.10 Мини-футбол. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.15 Муз'итив. (16+)
- 07.45 МузГорДвиж. (16+)
- 08.00 PRO-новости. (16+)
- 08.30 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Муз'итив. (16+)
- 09.30 Перемотка. (16+)
- 10.00 Dance chart. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-сториз. (16+)
- 12.30 Лига свежих клипов. (16+)
- 13.00 Шик или пшик? Энциклопедия понтов. (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Приехали! (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 19.00 Супердискотека 90-х. Радио Рекорд. (16+)
- 21.10 Плейлист. Зима. (16+)
- 00.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- 05.30 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- 06.10 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 07.50 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 08.50 «ЛЕМОНИ СНИКЕТ: 33 НЕСЧАСТЬЯ». (12+)
- 10.35 «ХРАНИТЕЛЬ ВРЕМЕНИ». (12+)
- 12.55 «ШОКОЛАД». (12+)
- 15.00 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (12+)
- 17.15 «Angry Birds в кино». Мультфильм. (6+)
- 19.00 «ТУРИСТ». (16+)
- 20.50 «УЛЬТРАФИОЛЕТ». (16+)
- 22.20 «ЭЖВИЛБРИУМ». (16+)
- 00.10 «ТРАССА 60». (16+)
- 02.00 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 03.50 «Angry Birds в кино». Мультфильм. (6+)
- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 06.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.05 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.50 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 09.05 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 10.45 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 12.10 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (16+)
- 14.00, 15.45 «НЕБЕСНЫЙ СУД. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)
- 17.40 «ДЕВЯТАЯ». (16+)
- 19.25 «ДУЭЛЯНТ». (16+)
- 21.15 «МАТИЛЬДА». (16+)
- 23.10 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)
- 01.15 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 02.30 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (12+)
- 04.00 «АНТИКИЛЛЕР». (16+)
- 06.50 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 08.05 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 09.15 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 10.45 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 12.25 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 13.50 «ДНЕВНОЙ ДОЗОР». (16+)
- 16.20 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «ХОЛОП». (16+)
- 00.55 «БАРМЕН». (16+)
- 02.20 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (12+)
- 03.50 «ПЛЮС ОДИН». (16+)
- 05.25 «ТАЙНА ТЁМНОЙ КОМНАТЫ». (6+)
- 06.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 18.10 «Буба». Мультсериал. (0+)
- 18.15 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
- 20.20 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 21.00, 22.00 Богиня. (16+)
- 23.10 Богиня шоппинга (субтитры). (16+)
- 00.20 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПОБЕДУ». (6+)
- 02.35 «Готовим с Бубой». Мультфильм. (0+)
- 02.45 «Буба-2», «Буба-3». Мультсериалы. (0+)
- 04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «КОРОЛЕВА ИГРЫ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «НАВИГАТОР». (16+)
- Сериал. Триллер с элементами мистики, Россия, 2011 г. В ролях: Игорь Сивов, Полина Сыркина, Александр Подобед
- 14.00, 22.00, 06.00 «САК-ВОЯЖ СО СВЕТЛЫМ БУДУЩИМ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-2». (12+)
- 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.35 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». (12+)
- 08.10 «БРИГАДА». (16+)
- Четверо друзей - Саша, Космос, Витя и Валера - выросли в одном дворе. Честные парни могли оказаться героями правильного романа, но однажды попав в эпицентр жестокого криминального мира, «мушкетеры» превратились в бригаду. Отыные Белый, Кос, Пчела и Фил - одна из самых влиятельных преступных группировок.
- 22.00 «РЕШЕНИЕ О ЛИКВИДАЦИИ». (12+)
- 01.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (12+)
- 05.35 «СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.10 «КУХНЯ». (12+)
- Сериал. Комедия, Россия, 2012 г. Катя начинает встречаться с байкером. Шефа совсем не устраивает такой поклонник дочери... 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку. Чувствуем, борьба будет жаркой!
- 05.50 «Три кота». (0+)
- СТC LOVE STC LOVE

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Молитвослов. (0+)
- 05.45 «БАГРЯНЫЕ БЕРЕГА». (6+)
- 07.30 В поисках Бога. (6+)
- 08.05 Профессор Осипов. (0+)
- 08.40 Пилигрим. (6+)
- 09.10 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Лето Господне. Масленица. (6+)
- 14.20 Завет. (6+)
- 15.25 Альфа и Омега. Фильм 3. Господские переходящие праздники. (0+)
- 15.55 Святые России. (6+)
- 17.00 Чин прощения. Прямая трансляция. (0+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 20.00 Лето Господне. Великий пост. (6+)
- 21.25 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.25 Щипков. (12+)
- 23.00 День Патриарха. (0+)
- 23.15 Код Кирилла. Рождение цивилизации. (0+)
- 00.15 Русский мир. (12+)
- 01.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 02.50 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 03.35 Святые России. (6+)
- 04.30 Щипков. (12+)

Православный календарь

26 февраля
Неделя сыропустная. Воспоминание Адамова изгнания. Прощеное воскресенье. Глас 4. Прп. Мартиниана.

Свт. Серафима (Соболева), архиеп. Богучарского. Прп. Зои и Фотинии (Светланы). Прп. Евлогия, архиеп. Александрийского. Прп. Стефана, в иночестве Симеона, царя Сербского, Мироточивого. Собор святых Омской митрополии. Сщмч. Василия и Гавриила пресвитеров. Сщмчч. Зосимы, Николая, Василия, Иоанна, Леонтия, Владимира, Парфения, Иоанна, Иоанна, Михаила пресвитеров и Евгения диакона, мч. Павла, прмцц. Анны, Веры и Ирины.

Из трапезы исключается мясо. Заговенье на Великий пост.

« Не наследовать тебе Царства Небесного, если не сделаешься царем над своими похотями и помышлениями». Свт. Димитрий Ростовский

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.

Это был первый вызов, солнце только-только встало, но уже начинало золотить выпавший накануне вечером снег. Он лежал перед складом на дальней окраине города красивым ровным ковром, лишь почти совсем заметная снежная дорожка следов пересекала этот ковер от дороги до дверей.

– Эх, даже портить не хочется такую красоту, – сказал Петрович, выходя из служебной машины. – Но придется.

На складе их встретил сторож – невысокий мужичок в видавшей виды телогрейке и облеслом треухе, похожий на старичка-лесовичка.

– Заходите, люди добрые, – запримечтал он, едва открыв дверь. – Такое несчастье приключилось, такое несчастье! Ограбили меня, украли важный инструмент. А сегодня начальство приезжает – ох, не сносить мне головы!

– А что пропало-то?
– Пропало главное – электролопата, – сказал мужичок.

О краже электролопаты с моторчиком



– Чего? – удивился Петрович. Лопата. Электрическая. Снег убирать, – ответил мужичок. – Широкая такая лопата, почти как обычная, но с моторчиком. Ведешь ее по дорожке, и она снег в сторону отбрасывает. – Ну надо же, – покачал головой Петрович. – Я даже и не слышал, что такая техника в природе существует.

Еще как существует, очень удобная техника! – оживился мужичок. – Да вам, наверное, снег-то каждый день чистить не приходится? – предположил он.

– С машины только, и то не каждый день, – ответил Петрович. – И лопаты для этого не требуется. А вы, выходит, часто пользуетесь?

– А как же! Здесь вот дорожку чищу, и возле дома тоже – я в частном доме живу, быстро нас там снегом-то заносит.

Из обильных причитаний далее стало понятно, что ночью на склад ворвались грабители и унесли самое ценное – электрическую лопату для уборки снега.

– Это что же, вы тут одну лопату охраняли, что ли? – спросил Петрович.

– Да нет, что вы, не одну лопату. Лопату я не охраняю, это дорожку чистить – сопутствующий, так сказать, инструмент. Так-то тут оборудование всякое, в ящиках вон стоит.

Склад действительно был забит разного размера деревянными ящиками, стоящими тут явно не первый день и даже не первый год.

– А что, ничего нового сюда не привозят и ничего отсюда не забирают, что ли? – удивился Петрович.

– Давно ничего ценного не увозили и не привозили. Почитай, почти год этот склад сторожу. Нет, было, конечно, ценное – летом привезли эту самую электролопату – чтоб, значит, дорожку чистить перед приездом начальства.

– Понятно, – сказал Петрович, которому как раз понятно было не очень. – А работаете тут вы один или со сменщиком?

– Со сменщиком. Только он ленивый шибко, сменщик-то:

как придет, так и спит целые сутки.

– И снег не чистит?

– Нет, не чистит.

Вон оно что, – Петрович посмотрел на сторожа очень внимательно. – Так где стоял этот ваш чудоагрегат?

– А вот здесь вот, – показал мужичок на пустое место возле двери. – Вот прям здесь и стояла. А они как завалились всей кодлой, как скрутили меня, ну и утащили лопату-то.

– Всей кодлой? – переспросил Петрович. – И много ль той кодлы было?

– Да человек пять, – ответил мужичок. – Или даже

семь! Много их было, а я испугался – страсть! Даже и не подумал их пересчитать. А когда ушли грабители, сразу вызвал вас.

– Понятно, – кивнул Петрович, улыбаясь в усы. – Наверно, подумали, что скоро приедет начальство, а лопаты нет.

– Ага, – кивнул сторож. Лопаты нет, потому что унес ты ее домой, снег чистить. Наверное, в прошлый раз еще унес и не вернул, а тут вдруг начальство предупредило о приезде, и снег, как назло, выпал. Вот и решил ты полицию привлечь, чтоб, значит, алиби себе обеспечить. Нехорошо. Давай, мил человек, похорошему возвращай агрегат на место, а мы тебя здесь подождем.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович решил, что электролопату взял сторож?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 6: осколки от елочных игрушек очень острые и наверняка остались на обуви того, кто взял документы. Для того, чтобы вычислить злодея, понадобилось лишь осмотреть обувь персонала.

Рис. Ирины Светловой

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 20 ПО 26 ФЕВРАЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

20 ФЕВРАЛЯ
В 1986 году на космическую орбиту выведена научная станция «Мир».

21 ФЕВРАЛЯ
В 1784 году порт и крепость в Крыму получили название Севастополь.

В 1848 году Карл Маркс и Фридрих Энгельс опубликовали «Манифест коммунистической партии».

В 1920 году была образована Государственная комиссия по электрификации России (ГОЭЛРО).

В 1935 году состоялось открытие Московского кинофестиваля.

22 ФЕВРАЛЯ
В 1714 году в Санкт-Петербурге основан Аптекарский огород, ныне Ботанический сад.

В 1946 году был открыт первый антибиотик для лечения туберкулеза и чумы – стрептомицин.

23 ФЕВРАЛЯ
В 1826 году Н.И. Лобачевский представил доклад об открытии неевклидовой геометрии.

В 1958 году в Москве на Поклонной горе заложен памятник Победы.

24 ФЕВРАЛЯ
В 1938 году выпущена первая в мире зубная щетка с искусственным волокном.

25 ФЕВРАЛЯ
В 1721 году Петр I учредил Синод – верховный орган управления Церковью.

В 1837 году Томас Дэвенпорт получил патент на электродвигатель постоянного тока.

26 ФЕВРАЛЯ
В 1712 году был основан Тульский оружейный завод.

В 1935 году Роберт Уотсон-Уатт провел первые испытания радара.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

20 ФЕВРАЛЯ. Александр.
21 ФЕВРАЛЯ. Захарий, Феофор.
22 ФЕВРАЛЯ. Василий, Геннадий, Иоанн, Никифор.
23 ФЕВРАЛЯ. Анна, Галина, Константин, Пётр.
24 ФЕВРАЛЯ. Всеволод, Димитрий.
25 ФЕВРАЛЯ. Алексей, Антоний, Евгений, Мария.
26 ФЕВРАЛЯ. Вера, Владимир, Ирина, Михаил, Николай, Павел.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

20 ФЕВРАЛЯ ■ Начало Масленичной недели.
21 ФЕВРАЛЯ ■ Международный день родного языка ■ Всемирный день экскурсовода ■ День фельдшера в России.
22 ФЕВРАЛЯ ■ Всемирный день борьбы с энцефалитом.
23 ФЕВРАЛЯ ■ День защитника Отечества в России ■ Всемирный день взаимопонимания и мира ■ День цифрового обучения.
24 ФЕВРАЛЯ ■ Всемирный день бармена.
25 ФЕВРАЛЯ ■ Всемирный день шпагоглотателей.
26 ФЕВРАЛЯ ■ Последний день Масленицы (Прощеное воскресенье).

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Прохора и зима заохает

20 февраля по народному календарю считалось днем Луки. В этот день наши предки смотрели на облака: высокие облака предвещали хорошую погоду, низкие – ненастье, синие – потепление. Чем холоднее в день Захара Серповидца, 21 февраля, тем теплее будет в марте.

22 февраля считалось днем Панкратия. Рябчик на еловой ветке в этот день обещал похолодание, визжащая свинья – непогоду, запотевшие стекла – потепление. Про 23 февраля, день Прохора Весновея, говорили: «На Прохора и зима заохает» – поскольку морозы начинали отсту-

пать. Туман или снегопад в этот день сулили дождливое лето.

Если на Власьев день, 24 февраля, было много снега, то ждали раннюю весну и много зелени в мае. Туман или снегопад 25 февраля, в день Алексея Рыбного, сулили дождливое лето.

26 февраля, в Мартинов день, было принято наблюдать за температурой на улице: если снег начал подтаивать – весна будет теплая, а если снег не тает – холодная.

Два приятеля:

– Отдам даром взрослое алоэ без горшка.

– Что ж ты взрослое алоэ к горшку не приучил?



СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

20 февраля Восход: 7 ч. 27 м. Заход: 17 ч. 46 м. Долгота дня: 10 ч. 19 мин.

Новолуние, Луна в знаке Рыб

21 февраля Восход: 7 ч. 25 м. Заход: 17 ч. 47 м. Долгота дня: 10 ч. 22 мин.

Растущая Луна в знаке Рыб

22 февраля Восход: 7 ч. 23 м. Заход: 17 ч. 49 м. Долгота дня: 10 ч. 26 мин.

Растущая Луна в знаке Овна

23 февраля Восход: 7 ч. 21 м. Заход: 17 ч. 51 м. Долгота дня: 10 ч. 30 мин.

Растущая Луна в знаке Овна

24 февраля Восход: 7 ч. 19 м. Заход: 17 ч. 53 м. Долгота дня: 10 ч. 34 мин.

Растущая Луна в знаке Тельца

25 февраля Восход: 7 ч. 17 м. Заход: 17 ч. 55 м. Долгота дня: 10 ч. 38 мин.

Растущая Луна в знаке Тельца

26 февраля Восход: 7 ч. 15 м. Заход: 17 ч. 56 м. Долгота дня: 10 ч. 41 мин.

Растущая Луна в знаке Близнецов

ТЕЛЕК Черноземье

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



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

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

Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.

Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.

Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.

Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А.

Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220,
e-mail: distrib@kardos.ru

Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А.
Тел. (495) 937-95-77, доб. 237,
e-mail: distrib@kardos.ru

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

Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В.

Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273

Ведущий дизайнер: Немыкин Н.Н.

Телефон департамента рекламы: +7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

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

№ 07 (380).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 14.02.2023 г. Дата производства: 14.02.2023 г. Дата выхода в свет: 15.02.2023 г. Тираж 44 350 экз. Отпечатано в АО «Прайм Принт Воронеж» (АО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48л. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 1373. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 862 850 экз.
Рекомендованная цена в розницу 27 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.

Макароны

или «итальянские трубки»

ДЕТАЛИ

Владимир Даль в своем словаре макароны называл трубчатой лапшой или итальянскими трубками.

ЗНАЙ И ПОМНИ!

Макароны из мягких сортов пшеницы обладают высоким гликемическим индексом. Употребление таких макарон постоянно и в большом количестве, особенно в сочетании с животными жирами (сливочным маслом, мясными продуктами и т.п.), приводит к набору веса. Ну а лишний вес может спровоцировать развитие других заболеваний.

Макароны – поистине универсальный продукт, который успешно сочетается практически с чем угодно.

Мясо, птица, рыба, овощи, грибы, молочные продукты гармонично соседствуют с макаронами в составе различных блюд, начиная от салатов и супов и заканчивая десертами. Для изготовления макарон используют только два ингредиента: муку и воду. Реже встречаются и яичные макароны, в составе которых присутствуют яйца или, если производство промышленное, яичный порошок. Для обогащения состава в тесто иногда добавляют молоко. Решающее значение имеет мука, из которой сделаны макароны. Классический продукт производят только из пшеницы твердых сортов – дурум. Такие макароны содержат больше белка, а также богаты сложными углеводами, которые обеспечивают нам длительное ощущение сытости.

НА ЗАМЕТКУ

В Италии и на юге Франции в начале XVIII века возникло производство макаронных изделий. По описаниям процесса производства сначала тесто для пасты замешивали ногами, а доводили до «правильной» кондиции в тестомялке: на длинный деревянный шест-рычаг своим весом давил работник или сразу несколько. Потом тонкий пласт прогоняли через формы-матрицы из бронзы. Со временем была придумана специальная машина. В нашей стране такое производство началось при Петре I. Макароны готовили вручную. Зафиксировано, что первые прессы и тестокаты начали применять в 20-е годы XIX века. Гидропрессы стали использовать еще позднее.

КСТАТИ

В 100 г макарон содержится (в зависимости от сорта):

10,4–11,8 г белков, 0,9–2,7 г жиров, 72,2–75,2 г углеводов; энергетическая ценность (в готовом виде) – 110–120 кКал.

Витамины: B1, B2, B5, B6, B9, E, H, PP.

Минералы: калий, кальций, магний, натрий, сера, фосфор, хлор, железо, кобальт, кремний, марганец, медь, молибден, йод, хром, цинк.

Другие полезные вещества: клетчатка, крахмал, дисахариды, аминокислоты, насыщенные жирные кислоты, углеводы.

Любимая еда балерин

Как ни странно, балерины, вес которых не должен превышать 48 кг, очень любят классические макароны, но только из твердых сортов пшеницы. Дело в том, что, если правильно приготовить и съесть такие макароны, вес не увеличивается, а уменьшается (похудеть удастся за счет того, что на их переваривание тратится много энергии). Кстати, балерины едят макароны с небольшим количеством оливкового масла и свежим помидором.

Как готовить вкусно

Для того, чтобы приготовить классические макароны, достаточно соблюдать простые правила:

- ✓ макароны рекомендовано варить в большом количестве воды (классическая пропорция – 1 л на 100 г сухих макарон);
- ✓ вода или бульон для варки должны быть подсолены;
- ✓ закладывать макароны желательно в сильно кипящую воду (или бульон);
- ✓ варить продукт следует по времени, указанному на упаковке, или примерно на полминуты-минуту меньше (для аль денте);
- ✓ макароны не следует промывать.

Немного истории – паста или макароны?

Конкретная дата появления макарон теряется в глубине веков. Известно, что первые упоминания этого продукта датируются четвертым тысячелетием до нашей эры и встречаются в китайских, египетских и греческих источниках. Кстати, первое приспособление для нарезки макарон археологи обнаружили при раскопках в Греции.

А свое название макароны получили от итальянского *maccheroni* – замешанное тесто. Именно в этой стране макароны начали производить массово. Кстати, в самой Италии макароны называют пастой. Смысловая разница, как считают некоторые кулинары, заключается в том, что итальянцы макаронами называют любой мучной полуфабрикат, который после тепловой обработки делается блюдом. Как говорят в стране – пасту подают к столу, а макароны – варят.

Знакомые названия

Количество видов макаронных изделий в Италии давно перевалило за 300. А мы обратим ваше внимание на популярные у нас:

БУКАТИНИ. Свое название паста получила от итальянского слова «дыра». Эти макароны родом из Центральной Италии, по своей

сути – спагетти с отверстием в центре. Они особенно любимы в Риме как основа пасты карбонара. Вкусно получается паста с соусом из томатов, сыром и сыровялеными свиными щечками.

КАПЕЛЛИНИ. Так называют самую тонкую пасту, придуманную в Северной Италии. Кстати, у нее есть еще название «волосы ангела». Хорошо сочетаются с морепродуктами и легкими соусами.

ФАРФАЛЛЕ. В России этот вид известен как «бабочки». Одна из старейших паст Ломбардии, появившаяся в XVI веке. По рассказам, пасту изобрели домохозяйки, придумавшие использовать кусочки теста, которые оставались после приготовления пасты с начинкой: его нарезали на прямоугольники и защипывали посередине. Обычно их подают с морепродуктами и овощными соусами, используют для салатов.

ОРИО. Паста похожа на маленькие «рисовые зернышки», поэтому самое место ей в салатах и супах, а также может заменить рис в традиционных блюдах из него – паэльле и ризотто.

СПАГЕТТИ. Этот вид макарон можно смело называть царицей пасты. Они быстро варятся, сочетаются со многими соусами. Кстати, спагетти в томатном соусе с фрикадельками в Италии практически не встретить – это американское блюдо.

СТЕЛЛИНИ. Для нас – это всем известные «звездочки» с отверстием в центре. Отлично смотрятся в супах и салатах.

Светлана ИВАНОВА



Первое, от чего диетологи советуют отказаться худеющим людям, – это сладости.

Как есть сладости, чтобы не лишаться радости



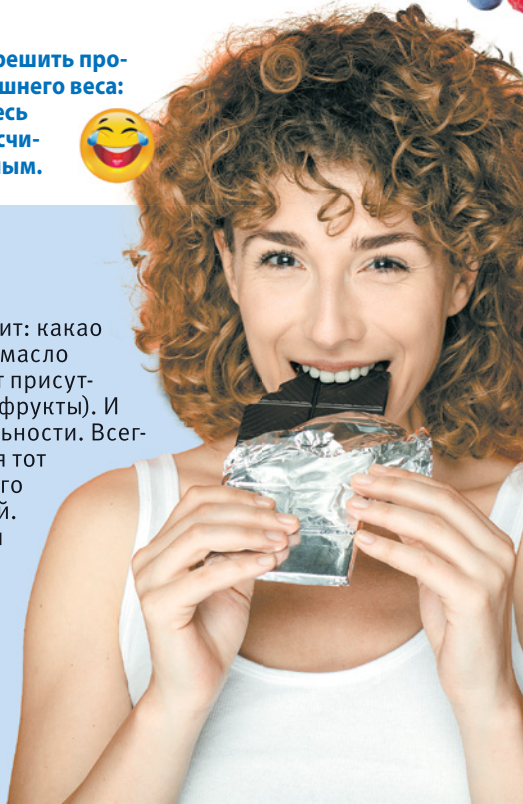
Попробуем разобраться, действительно ли нужно лишать себя привычных вкусняшек? Или можно просто подобрать для себя оптимальную калорийность и все-таки оставить любимые продукты в рационе?

Удалось решить проблему лишнего веса: теперь весь свой вес считаю нужным.



Подходящий шоколад

Правильный шоколад содержит: какао тертое (а не какао-порошок), масло какао, сахар и лецитин (могут присутствовать молоко, орехи, сухофрукты). И именно в такой последовательности. Всегда на первом месте находится тот ингредиент, которого больше всего – и далее по убывающей. Поэтому крайне важно, чтобы сахар не стоял на первом или втором месте, тогда и пользы от шоколада будет больше. Правильный шоколад содержит полезные пищевые волокна и магний. А допустимая норма будет 20-50 г (110-275 ккал) в день в зависимости от ваших энергозатрат.



Заморозка вместо варенья

В идеале ягоды нужно не варить, а перетереть с небольшим количеством сахара, а потом заморозить. Кстати, сахар кладут не только для сладости, он выступает прежде всего как консервант. Не забывайте, что ягоды и фрукты уже содержат в себе природный сахар – фруктозу. Возьмем для примера малину. Замороженная ягода содержит 50 ккал на 100 г. Плюс половина чайной ложки сахара (10 ккал). Итого 60 ккал. Согласитесь, сравнение не в пользу консервированного малинового варенья с калорийностью 273 ккал на 100 г.

Сахарная пудра: с орехами лучше

Время от времени сахаром себя тоже можно немного побаловать. А лучше даже сахарной пудрой, так как визуально ее кажется больше. Калорийность этого продукта высока – 389 ккал на 100 г, поэтому регулируем объем. В чайной ложке (без горки) помещается 7 г. Это 27 ккал. Возьмите 50 г орехов (250-300 ккал) и посыпьте их ложкой сахарной пудры или даже половиной. Разделите на два дня. И вкусно, и полезно (все-таки растительный белок!), и допустимо по калориям.

Мнение специалиста

Зефир вместо фри



Разобраться во вредных и полезных продуктах нам поможет диетолог Светлана Титова.

– Светлана, какие быстрые углеводы самые вредные и почему?

– Механизм усвоения быстрых углеводов прост: в кровь попадает сахар, уровень глюкозы в организме резко повышается, и мы чувствуем прилив сил. А вот с его понижением, которое наступает в течение двух часов, приходит чувство голода и вялость. Быстрые углеводы приводят к развитию тяжелых заболеваний: ожирения, сахарного диабета, хронических запоров, жировой болезни печени. Самые вредные из таких продуктов – сладкие газированные напитки, торты и сладкая выпечка, картофель фри и белый сдобный хлеб. – *Бывает очень трудно сразу отказаться от такой пищи. Когда и с чем нужно есть быстрые углеводы, чтобы сахар в крови не подскочил сильно?* – Употреблять простые углеводы можно в первой половине дня. Клетчатка, пектин и белки замедляют всасывание сахара, поэтому выбирайте более безопасные лакомства: зефир, мармелад, запеченное яблоко или десерт с творогом.

Татьяна МИХАЛЁВА

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

«Февраль – месяц лютый, спрашивает: как обутый?»

В основу современного календаря лёг римский образец, вместе с которым пришли и названия месяцев. Но на Руси для этого существовали совсем другие слова. Давайте их вспомним.

1 Предполагается, что месяц назвали «просинец» потому, что начинает показываться синее небо, «просиняться». В каком месяце наши предки считали, что солнце начинает сиять?
а) Март.
б) Апрель.
в) Январь.

2 Студень – так называли месяц, которому морозы и стужа дали название. Кстати, до сих пор встречаются слова, что вода студёная (ледяная), а слово «простуда» именно от названия этого месяца и образовано. Как называется месяц-студень сегодня?
а) Декабрь.
б) Январь.
в) Февраль.



3 У древних римлян этот месяц был последним месяцем года, когда в праздник этрусского бога проводился ритуал очищения души. А как на Руси называли февраль?
а) Бокотрей.
б) Сечень.
в) Трескун.



4 И конечно, про зиму сложилось немало пословиц и поговорок: «Зима не лето – в шубу одета», «Не страшен мороз, когда тепло укрыт нос», «Январь ломонос – береги свой нос», «Февраль – месяц лютый, спрашивает: как обутый?» А про какой месяц говорили: «В ... семь погод на дворе: сеет, веет, дует, кружит, мутит, рвёт и метёт?»
а) Декабрь.
б) Январь.
в) Февраль.

ОТВЕТЫ

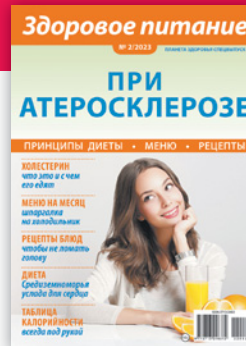
1-в. Январь. **2-а.** Декабрь. **3-а,б.** Бокотрей – так месяц называли в северной части Руси, потому что выгоняли скот на улицу, чтобы прогреть бока на солнце. Сечень – из-за работ по вырубке деревьев в тех местах, где планировали сеять весной. **4-а.** В декабре семь погод на дворе: сеет, веет, дует, кружит, мутит, рвет и метет.

СЕРИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ВЫПУСКОВ ЖУРНАЛОВ О ЗДОРОВЬЕ

Журналы из серии «Здоровое питание» — это незаменимые помощники в деле составления целебного меню для всех и каждого. Ноют ли колени, трещит ли голова, мучают ли запоры или крутит живот – меню, составленное с учетом особенностей того или иного заболевания, наравне с подобранной врачом медикаментозной терапией, способно ускорить выздоровление и помочь сохранить хорошее самочувствие надолго. Рецепты, представленные в сборниках, просты, доступны и многообразны, блюда вкусны, а времени на приготовление любого из них потребуется совсем немного. А главное, не придется ломать голову, чтобы продумать меню на день, на неделю, на месяц. Мы уже все придумали и записали. Вырезайте, клейте на холодильник и пользуйтесь с удовольствием!

В НОВЫХ ВЫПУСКАХ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- принципы диеты при том или ином заболевании;
- список разрешенных и запрещенных продуктов;
- меню на месяц;
- простые и доступные рецепты;
- таблицы хлебных единиц, гликемического индекса, калорийности продуктов и многое другое.



ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:



OZON
ozon.ru¹



WILDBERRIES
wildberries.ru²

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: Журнал Платея здоровья

В ПРОДАЖЕ С 10 ФЕВРАЛЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

16+ Реклама

¹ 000 «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741.

² 000 «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

Мы каждый день едим хлеб, но никому не приходит в голову мысль о том, что это не просто самый распространенный продукт, а одно из величайших чудес на свете. И даётся он человеку ценой больших усилий. Ведь с хлебом связаны не только судьбы отдельных людей, но и судьба всего человечества.

«На поле – копнами, на столе – пирогами!»

1 Всем известно, что зерновые культуры человечество употребляет в пищу очень давно. Недавние исследования зубного камня неандертальца из пещеры Шанидар (жившего примерно 60 тысяч лет назад) выявили, что он употреблял в пищу ячмень. Это определили по сохранившимся гранулам крахмала на зубах. Также известно, что пережевывание этих гранул не ведет к изменению их структуры, а вот способ приготовления влияет значительно. В каком же виде ел неандерталец этот ячмень?

- а) Вареным.
б) Жареным.
в) Сырым.

2 Согласно зерновой теории развития, первые зерновые культуры дали начало человеческой цивилизации. Выращивание злаков стало основой взрывного роста популяции людей в ходе Неолитической революции. Но не все ныне популярные культуры человек стал выращивать одновременно. Это был длительный и постепенный процесс. А в каком порядке появлялись в Европе всем знакомые зерновые?

- а) 1 – пшеница, 2 – рис, 3 – ячмень.
б) 1 – ячмень, 2 – пшеница, 3 – рис.
в) 1 – рис, 2 – ячмень, 3 – пшеница.

3 Многие зерновые культуры пришли на наш стол издалека. Родиной этой культуры считаются Гималайские горы. Именно там произрастает наибольшее количество диких и культурных видов этого растения. В X веке аристократы называли эту культуру (в вареном состоянии) «чёрной кашей» и считали пищей бедняков. Однако со временем этот продукт становится все более популярен. Знаменитый полководец А.В. Суворов ценил вкусовые и питательные качества этого растения, а блюда из него называл «богатерской пищей». Что это за культура?

- а) Овес.
б) Гречка.
в) Горох.



4 В Древнем Египте богом плодородия считался Осирис. Его часто изображают как фараона с зелёной кожей. Но была у древних египтян ещё одна богиня, связанная с плодородием, разливом Нила и прорастанием зерна. Её изображали в виде лягушки, сидящей на лотосе. Как её звали?

- а) Исида. б) Маат. в) Хекет.

5 Этот злак на протяжении веков был одним из основных продуктов питания для миллионов сельских жителей в полузасушливых тропиках Азии и Африки. В основном из него готовят каши и пресный хлеб (бхакри), лепешки (инджера). В России это растение тоже выращивают. Назовите его

- а) Сорго. б) Просо. в) Ковыль.

6 Изготовлению хлеба и его употреблению практически всегда придавался сакральный смысл. С хлебом всегда было связано множество примет и верований. Одно из них гласит, что нужно всегда доедать хлеб, а иначе...

- а) Не будет урожая.
б) С крошкой оставишь свою силу.
в) Обидишь домового.

7 Про злаки народ придумал много пословиц: «В закромме зерно – на душе тепло», «На поле – копнами, на столе – пирогами!», «Посей добрым зерном – соберёшь хлеб бугром», «Что посеешь, то и пожнёшь». Продолжите эту пословицу: «Курица по зернышку клюёт...»

- а) ...да сыта живёт.
б) ...птицам спать не даёт.
в) ...да яички несёт.

ОТВЕТЫ

1-а. Вареным. 2-б. Ячмень, пшеница, рис. 1 – ячмень (17 000 лет назад), 2 – пшеница (10 000 лет назад), 3 – рис (7 000 лет назад). 3-б. Гречка. 4-в. Хекет. 5-а. Сорго. 6-б. С крошкой оставишь свою силу. 7-а. «Курица по зернышку клюёт, да сыта живёт».



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва
и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...ибо где сокровище ваше, там будет и сердце ваше»



Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то простит и вам Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших. Также, когда поститесь, не будьте унылы,

как лицемеры, ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою. А ты, когда постишься, помажь голову твою и умой лице твое, чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно. Не собирайте себе сокровищ на земле, где моль и ржа истребляют и где воры подкапывают и крадут, но собирайте себе сокровища на небе, где ни моль, ни ржа не истребляют и где воры не подкапывают и не крадут, ибо где сокровище ваше, там будет и сердце ваше.

ДОРОГА К ХРАМУ

ЧТО СНАЧАЛА – ПЕРЕКРЕСТИТЬСЯ, ЗАТЕМ МОЛИТВА, ИЛИ НАОБОРОТ?

? Разговорились на работе, что надо делать сначала: прочесть молитву, а затем перекреститься, или сначала надо перекреститься и читать молитву? Анна

По уставу Церкви крестное знамение полагается совершать в начале и в конце молитвы.

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 26 февраля, в воскресенье.

Церковь вплотную приблизилась к началу Великого поста, и нет ничего удивительного в том, что евангельское чтение тоже посвящено этому вопросу – вопросу поста. Этот отрывок Евангелия от Матфея представляет собой последнее наставление, которое Церковь адресует своим чадам перед вхождением в Великий пост, предполагается, что все мы в своем отношении к постному деланию будем ориентироваться не на что-то иное, а на эти слова Христа Спасителя.

Отрывок состоит из трех фрагментов, которые посвящены трем различным темам: в первом речь идет о прощении, во втором – о посте и в третьем – о том, где должно находиться и в чем состоять истинное сокровище человека. Если вдуматься, то легко заметить, что все три темы представляют собой не только содержание этого Евангельского отрывка, они определяют и смысл всего Великого поста, из рассмотрения слов Спасителя можно сделать вывод о том, какова цель всех

аскетических подвигов предстоящих семи недель и каким должен быть в своей сути этот подвиг.

Начинается все с прощения. Прощение – это очень простое слово, но очень непростое действие. Когда мы говорим о прощении вообще, то никаких вопросов не возникает, но если мы начинаем рассматривать конкретные ситуации, то все становится значительно сложнее. Но как же быть? Именно поэтому здесь же Господь говорит о посте и о сокровище.

Пост предполагает не только воздержание от определенного рода пищи, он подразумевает под собой еще и усиленную молитву, а также отсечение всего лишнего. Это время, которое предназначено для того, чтобы понять: а что для меня действительно важно? Что является настоящим и временным, а что настоящим? Где среди всей круговерти нашей жизни, собственно, я? К чему я стремлюсь на самом деле? Но если получится пойти по пути истинного поста, то через какое-то время станут очевидны



Комментирует
епископ
Переславский
и Угличский
Феокист

ми не только ответы на приведенные чуть ранее вопросы, но и то, что является моим настоящим, а не декларируемым сокровищем, а ведь именно с этим связана и способность прощать, которая, по словам Христа, определяет вечную участь человека. Если мое сокровище – земное и тленное, то, конечно, я не могу простить того, кто у меня его отнял. Но если сокровище – это Бог, то тогда совсем иной вес будет у всего видимого. Нет, оно не станет неважным, но оно померкнет рядом с Нетленным Вечным и бесконечно Прекрасным Творцом.

Когда кажется, что фигура недостаточно стройна, можно сесть на диету или записаться в спортзал. Если вы будете стараться, через какое-то время будете наслаждаться результатом.

А что делать, если стройной хочется быть прямо сейчас? Ответ прост: зрительно увеличить рост. Сегодня мы расскажем, как сделать это с помощью нескольких нехитрых приемов.

Каблуки

1 Конечно, первое, что приходит на ум, когда думаешь об увеличении роста, это каблуки. Ведь каблуки увеличивают наш рост даже не зрительно, а вполне реально. Однако и тут есть нюанс: чем тоньше каблук, тем выше он кажется. То есть тонкая шпилька увеличивает рост не только реально, но еще и зрительно.

Кстати

Вне зависимости от роста и комплекции не стоит выбирать объёмные сумки, они могут утяжелять образ.

Девушка заходит в аптеку и обращается к фармацевту:
 – Таблетки против лишнего веса ещё остались?
 – Остались. Но я же десять минут назад уже продала вам коробку!
 – Не наелась я.



Зрительное увеличение роста – это простой и действенный метод обрести желанную стройность буквально за несколько минут. Одежда определённого кроя и цвета, правильная комплектация – вот и всё, что необходимо, чтобы превратиться из толстушки в стройняшку. Тема эта актуальна и для стройных дам, которые считают собственный рост недостаточным. Наши советы вполне подойдут и для них.



Как зрительно прибавить рост

Вертикальные линии

2 Любые вертикальные линии не только стройнят, но и зрительно прибавляют рост. Самое простое – одежда в вертикальную полоску. Отлично работают на увеличение роста вертикальные вставки, особенно контрастные, складки и даже швы. Наконец, параллельные вертикальные линии: распахнутые полы пальто, длинный жилет без застежки, длинный шарф, небрежно наброшенный на шею, и даже длинная нитка бус.

Простой крой

3 Обилие деталей – рюши, воланы и т.п. – зрительно приземляет фигуру. То же самое касается пышных и расклешенных юбок и платьев. Поэтому нужно выбирать вещи самого простого кроя: прямые или зауженные книзу платья (в т.ч. футляр), юбки и брючки без лишних деталей.

Завышенная талия

4 Завышенная талия зрительно удлиняет ноги. Это правило касается как платьев и юбок, так и брюк. Особенно хорошо работает этот прием, если талия подчеркнута широким поясом, баской или контрастом низа и верха. Платье с завышенной талией еще уберет и несколько лишних килограммов и подчеркнет вашу женственность.

Монохром

5 Образ, созданный в одном цвете – монохромный – зрительно вытягивает фигуру, то есть прибавляет рост. Причем совершенно неважно, какой именно цвет или оттенок используется. Будь вы с головы до ног в белом, черном, красном или розовом – эффект получится совершенно одинаковым. Важно только, чтобы образ был реально монохромным и не перечеркивался контрастными деталями.

Аксессуары

6 Правильные аксессуары для зрительного увеличения роста очень важны. Следует, например, отказаться от обуви, контрастной основной гамме образа. Колготки желательнее подбирать такого оттенка, чтобы он максимально приближался к цвету обуви. Такой прием зрительно удлиняет ноги и увеличивает рост.

Светлана ИВАНОВА

Башмак индейского пошива	Пуганая ворона его боится	Длинноклювый лесной кулик	Приход в балансе	См. фото	Кожа (биолог.)	"Стальная" в тираде шефа	Сувенир счастья от жарптицы	Архитектурная колонна	И шахматный, и фортепианный	Виталий ..., писатель-натуралист	Пирожное, полное крема	Питон, советник Маугли	Территория мусорщика с метлой	Птицы сухонос и гуменник	
			В Древнем Риме младше консула				Крошка в мультике 1974 года	Пар, плывущий по небу					Озорник, избалованный бабушкой	Хоккеист в перчатке с ловушкой	
Выходное отверстие ванны	Сухофрукты из винограда				Прием для светской публики	Уймища всего					Сокровищница старинных рукописей				
			"Дуэт" танцоров										Карл ..., автор книги о Виннету	Плод смородины, крыжовника	Подставка для котла над костром
Им дурная голова покоя не дает	Крутой завиток речного русла	С терпением всё перетрет	Встать в несусветную ...	"Где эта улица, где этот ..." (песенн.)			Не учительский стол в классе	Корова на столе мясника		Травка для свежести жвачки					
		Нормы поведения в обществе					Поле, золотящееся колосьями	Павел в романе Горького "Мать"				Вербочка на коробке с тортом			
Пешеходная улица столицы	Вещающее в эфире	"Постер" нового спектакля			Покровительница серенад и эпиграмм	Корифей в искусстве	Напиток, настоянный на горбушках	Сезон, пропелтый басенной Стрекозой		Причина появления заплатки	Учение индусов	Талант от Всевышнего			
Жгучая приправа абхазской кухни	"Чебурашка" или "Аватар-2"					"Ранение" фарфоровой чашки	Кресло Его Величества	Деньги в земле			Мисс Грация среди оленей				
					Мохнатая конечность			Прибор Фемиды							
"Музыкальная" модель "Хендай"	"Лепет" секретничаящих подружек					Выступ здания фонарем	Мастер красно-речия								
					Быков с ролью Базилио			Мудрая особа в мире пернатых							

С красотой листьев каладиума могут соперничать далеко не все растения.

Причем ни про одну его разновидность нельзя сказать, что рисунок на листьях менее интересен. Все его листья разноцветные и яркие. За это качество, а также за особую форму листьев одни прозвали цветок «слоновыми ушами», другие – видимо, более романтичные натуры – «крыльями ангела».

Яркие краски от каладиума

– Что такое сорняк?
– Растение, достоинства которого ещё не открыты.

Освещение

Для каладиума очень важно хорошее освещение. Большое количество рассеянного света, но не активные солнечные ванны, которые могут сжечь листья. Недостаток освещения приведет к блеклости рисунка на листьях, потере декоративности и привлекательности.



Влажность

Для каладиума очень важна повышенная влажность. Можно опрыскивать воздух вокруг него из пульверизатора, настроив его так, чтобы появились ощущение тумана, а не дождя. Важно, чтобы капли воды не попадали на листья, иначе могут появиться некрасивые разводы. Можно разместить горшок с растением на поддон с влажной галькой или керамзитом и регулярно смачивать водой (но чтобы дно горшка не касалось самой воды – иначе переувлажнится почва). Можно поставить рядом с растением увлажнитель воздуха.

Полив

Поливают растение только водой не ниже комнатной температуры. Летом делают это чаще – как только просохнет верхний слой (примерно 1-2 раза в 7-10 дней). Зимой полив уменьшают, но не допуская пересыхания земляного субстрата (поливают примерно раз в месяц).

Температура

С весны до осени, во время активного роста каладиума, оптимальная температура воздуха +20-25 градусов. С приходом осени, когда растение начинает готовиться к зимней спячке, температуру постепенно уменьшают, например, до 16-18 градусов.

Пересадка

В начале весны растение обязательно пересаживают. Клубень вынимают из горшка и тщательно его осматривают. Большие и поврежденные части удаляют острыми ножницами или ножом, а место среза присыпают толченым углем. Крупные клубни можно разделить (размножить растение), но так, чтобы каждая часть имела как минимум по одному ростку. Почва для каладиума оптимальна легкая, рыхлая и не слишком кислая. Горшок выбирают в диаметре примерно в два раза больше размера клубня и достаточно глубокий (плошка для него не подойдет). На дно горшка обязательно следует выложить слой дренажа.

Кстати

Зимой цветок уходит в спячку

Каладиум относится к растениям, которые за зиму сбрасывают листья и уходят в глубокую спячку. На время зимовки его переносят в темное помещение. А в начале весны выставляют в светлое помещение с температурой 25 градусов, возобновляют количество поливов и весь основной уход в весенне-летний период.

Детали

А цветок как початок

Можно подумать, что у растения с такими красивыми листьями цветки особенно необыкновенные. На самом деле это не так. Каладиум хоть и цветет в домашних условиях, но цветение часто проходит незамеченным. Сам цветок напоминает початок, окруженный покрывалом.



Ольга БЕЛЬСКАЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЕТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 20 ПО 26 ФЕВРАЛЯ



ОВЕН (21.03 – 20.04)

У Овнов будет много работы. Сохраняйте хладнокровие. Вам стоит распределить все дела по степени важности и составить личный график. Это поможет вам избежать лишних стрессов. Также старайтесь не брать работу на выходные, лучше проведите время с семьей.



ЛЕВ (23.07 – 22.08)

Львам предстоит активный период. Звезды советуют больше времени уделять планированию, а ставя задачи, тщательней взвешивать свои силы и возможности. Последовательность и организованность сделают вас успешнее и на работе, и на личном фронте.



СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)

Стрельцов ждет активная неделя. Занятия спортом, прогулки на свежем воздухе или небольшое путешествие принесут вам много положительных эмоций и не дадут замкнуться на своих проблемах. Близкие и друзья с удовольствием разделят ваш досуг.



ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)

Водолеям следует побеспокоиться о личном отдыхе. Всех дел не переделаешь. Сосредоточьтесь на главном, наберитесь сил и только потом начинайте двигаться к намеченной цели. И старайтесь общаться с теми людьми, общение с которыми приносит вам положительные эмоции.



ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)

Для Тельцов наступает хорошее доброе время. Проанализируйте прошлое, стройте планы на будущее. Но не ставьте перед собой невыполнимые задачи. Помните, ноша должна быть по силам, а дорогу осилит идущий. Общение с любимым человеком придаст вам силы и уверенности.



ДЕВА (23.08 – 23.09)

В графике Девы на грядущей неделе значимое место нужно отвести семье. Общение с близкими наполнит вас жизненной силой и подарит приятное ощущение общности и поддержки. Это поможет вам в решении предстоящих рабочих задач. И не откладывайте важные дела на потом.



БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)

На этой неделе звезды рекомендуют Близнацам не разбрасываться, а сосредоточиться на главном. Работа потребует особой собранности, а личные отношения – внимательности и душевности. Поддерживайте своих близких, аккуратней будьте с новыми знакомствами.



ВЕСЫ (24.09 – 23.10)

Весам звезды дарят спокойное и интересное время. На работе вас ценят, в семье уважают и любят. Используйте свободное время для развития своих творческих способностей. Постарайтесь их раскрыть. Возможно, ваше хобби в будущем начнет приносить ощутимый доход.



РАК (22.06 – 22.07)

Ракам на этой неделе звезды пророчат успех. Ваша продуктивность на грядущей неделе сулит вам значительные преимущества. В делах опирайтесь на свои лучшие качества. Не отказывайтесь от помощи коллег. Принимайте советы близких с уважением и благодарностью.



СКОРПИОН (24.10 – 22.11)

Звезды советуют Скорпионам уделить больше внимания избавлению от всего лишнего, что вам мешает двигаться вперед. Успокойтесь, сосредоточьтесь на главном и спокойно двигайтесь к цели. В личных отношениях гасите плохие эмоции. И обязательно добавьте романтики.



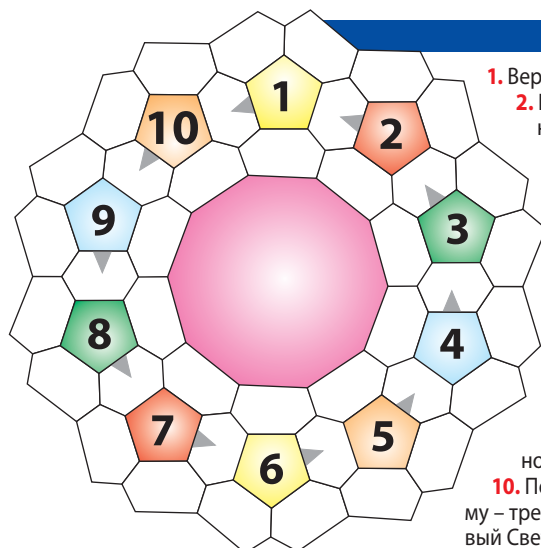
КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)

Козерогам стоит уделить больше времени личной жизни. Хорошая неделя для выполнения домашних дел. И на работе, и дома будьте на позитивной волне. Окружающим будет очень важен ваш положительный настрой. Смело делитесь им, и не останетесь в накладе.



РЫБЫ (19.02 – 20.03)

Старания Рыб обязательно принесут хорошие плоды. Чем больше сил вы будете вкладывать, тем ярче результат обещают звезды. Это касается и повседневных дел, и начала длительных проектов. И больше времени уделяйте любимому человеку, дарите ему больше тепла.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- Верхний слой кипяченого молока.
- По первоначальной договоренности именно Николас ..., а не Жерар Дармон должен был играть главную роль в фильме Георгия Данелии «Паспорт».
- Что в первых русских учебниках математики XVIII века называли «ломаным» числом?
- Насекомое-паразит.
- Один из ведущих известной отечественной телепередачи для детей.
- Что убирает самолет в полете?
- Инструмент скульптора.
- Ею пришлось поработать циркачке Суок.
- Предмет для упражнения в художественной гимнастике и у девочки в косе.
- Популярный туристический маршрут в Крыму – трехкилометровая ... Голицына в поселке Новый Свет.

Ответы: 1. Пенка. 2. Кендж. 3. Дробь. 4. Блоха. 5. Хрюша. 6. Шасси. 7. Стека. 8. Кукла. 9. Лента. 10. Трота.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЕТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 20 ПО 26 ФЕВРАЛЯ

Сторонники органического (природного) земледелия осознанно отказываются от применения минеральных удобрений и некоторых традиционных приёмов агротехники (глубокая перекопка почвы, открытая земля на грядках и т.п.).

Можно по-разному относиться к идеям органического земледелия, но даже дипломированные агрономы признают пользу многих приемов для повышения плодородия почвы. Предлагаем изучить эти приемы и использовать их на своем участке.



1 Укрывать почву мульчей

Мульчирование почвы – новый, но эффективный агроприем, один из основных в органическом земледелии. Мульча защищает почву от водной и ветровой эрозии, обогащает верхний слой гумусом, защищает корни растений от перегрева и иссушения, предотвращает развитие болезней. В качестве мульчи используют то, что есть в доступе – солому, скошенную и подсушенную траву, опилки, хвойный и лиственный опад.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ? После высадки на грядки основной культуры на свободное место вокруг растений укладывают толстым слоем мульчу. Толщина мульчирующего слоя должна быть не менее 5 см, чтобы под слоем мульчи установился микроклимат, который благоприятно действует на состояние почвы и развитие растений. Под мульчей комфортно себя чувствуют черви и почвенные микроорганизмы. Они перерабатывают органику (и саму мульчу) в доступные для растений микроэлементы и соединения, тем самым повышая плодородие почвы.

Органическое земледелие

на страже плодородия почвы



Покупатель, недовольный качеством навоза, так и не смог подобрать эпитета, чтобы охарактеризовать товар.

Использовать сидераты

Сидераты – это растения, которые помогают поддерживать равновесие в истощаемом садовыми культурами плодородном слое почвы и улучшать ее структуру. Регулярное выращивание сидератов сокращает потребность в минеральных удобрениях, помогает защитить почву от болезней и вредителей. Кроме того, посев сидератов предотвращает вымывание почвы, разрыхляет ее, препятствует росту сорняков. Самые популярные сидераты – вика, горчица белая, овес, клевер, фацелия, рапс, редька масличная.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ? Корни сидератов вытягивают питательные вещества из глубоких слоев почвы в верхний плодородный слой. После скашивания сидератов (до образования на них семян), они разлагаются на грядке, отдавая почве накопленные питательные вещества и обогащая ее азотом. «Зеленые удобрения», как еще называют сидераты, можно вырастить несколько раз за сезон: до посева основной культуры, после ее уборки или вместо основной культуры.



3 Оборудовать высокие грядки

Создание грядок-коробов облегчит труд огородника по выращиванию овощных культур, позволит лучше ухаживать за почвой.

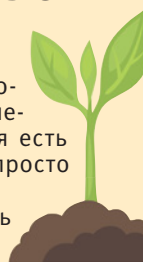
КАК ЭТО РАБОТАЕТ? В высоких грядках почва быстрее прогревается весной. Вы не ходите по грядке, не уплотняете почву, она легкая и пушистая. Кроме того, вы экономите время и силы на вспашку всего участка: ухаживать за почвой в коробе легче и проще. Удобнее вносить органику и укладывать мульчу. В общем, все усилия по повышению плодородия почвы будут легче осуществимы именно в высоких грядках.

Компостировать растительные остатки

У каждого сторонника органического земледелия есть компостер или просто компостная куча.

Компостировать можно все органическое: листья, солому, скошенную траву, сорняки, ветки, кору.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ? Под воздействием микроорганизмов растительное сырье разлагается и превращается в отличное натуральное удобрение для растений. Химический состав такого удобрения будет всегда разным, но в любом случае, внесение компоста в почву обогатит ее и не приведет к нарушению биохимического баланса почвы, как это бывает, если не рассчитать с применением минеральных составов. Вносить компост в грядки лучше с осени, но допустимо и добавлять его в почву весной, под посадку растений.



5 Вносить органику

Внесение в почву перепревшего навоза, листового компоста и другой органики позволяет обогатить грунт питательными веществами и улучшить структуру почвы.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ? Листья, солому, траву можно вносить в почву в виде мульчи или после компостирования. Кора или щепа также является хорошей мульчей, хотя они и долго разлагаются в почве. Навоз – отличное природное удобрение, но только если он перепрел в течение двух-трех лет и вносится в почву с осени. Свежий навоз является источником вредителей, болезней, семян сорняков, обжигает нежные корни растений. Опилки вносить в почву можно только после компостирования. Неразложившиеся опилки требуют для перепревания азот, который они будут забирать из почвы, лишая этого компонента растения.



НА ЗАМЕТКУ

На разных этапах роста рассады у неё различные потребности в питательных веществах, а значит, и грунт должен быть разным. В чём разница? Как составить правильный грунт?

Грунт для рассады: как составить?

На этапе появления всходов

В начале развития растения развиваются за счет запасов, накопленных в семени. И только когда появляются настоящие листья, начинает работать корневая система, которая в начале потребляет минимальное количество питания из грунта. Вывод: на начальном этапе развития главное – не на-

сытить грунт питанием, а сделать его рыхлым. Поэтому состав грунта может быть таким: 2 части легкого грунта (огородной земли или покупного состава) и 1 часть разрыхляющего компонента (вермикулит, перлит, кокосовый субстрат). Из грунта нужно удалить все крупные включения.



На этапе развития рассады

На данном этапе активно работает корневая система, поглощая элементы питания из почвы. Значит, грунт должен быть рыхлым и питательным. Рецепт грунта может быть таким: 2 части земли (готового грунта), 1 часть разрыхляющего компонента, 1 часть биогумуса в качестве источника питания.

Кто главная героиня Масленицы? Блинная? Вовсе нет. Главная героиня Масленицы – хозяйка, которая без усталости печёт стопки самых разных блинов, чтобы порадовать домочадцев.



Идеальная блинница

выбираем по параметрам

Именно поэтому ей нужна правильная сковорода, которая превратит процесс в приятное времяпрепровождение. И тогда результат порадует абсолютно всех!

Ребёнок разгадывает кроссворд: «Без неё не приготовить блины», четыре буквы, первая «М». И без сомнений пишет: «МАМА».



Удобный алюминий

Блинницы из алюминия – легкие, менее дорогие и не требуют специальной подготовки. Чаще всего на них нанесено антипригарное покрытие, за которым нужно ухаживать в соответствии с рекомендациями производителя. Специалисты рекомендуют литую алюминиевую сковороду, а не штампованную.

Полезные советы:

- Антипригарное покрытие на алюминиевых сковородах для блинов лучше всего выбирать из минеральной крошки или с титановым напылением. Керамическое может потрескаться из-за постоянного перепада температур, когда вы будете наливать порцию холодного теста на раскаленное дно. А тефлоновое – слишком нежное, к нему нельзя прикасаться металлическими лопатками, но именно они самые удобные для переворачивания блинов.

Как прокалить новую чугунную сковороду

1. На время процедуры уберите с кухни детей!
2. Помыть моющим средством, вытереть насухо.
3. Налить на 2/3 рафинированное растительное масло и поставить на огонь, довести до минимального кипения.
4. Убавить огонь и оставить на плите на 20 минут.
5. Выключить и оставить масло до остывания в сковороде, после вылить.
6. Сковороду протереть насухо бумажным полотенцем.

Детали

Чугун на все времена

Блинницы из этого материала долго держат тепло, обладают антипригарными свойствами, не боятся металлических лопаточек для переворачивания и способны служить десятилетиями. Их главный минус – довольно ощутимый вес.

Полезные советы:

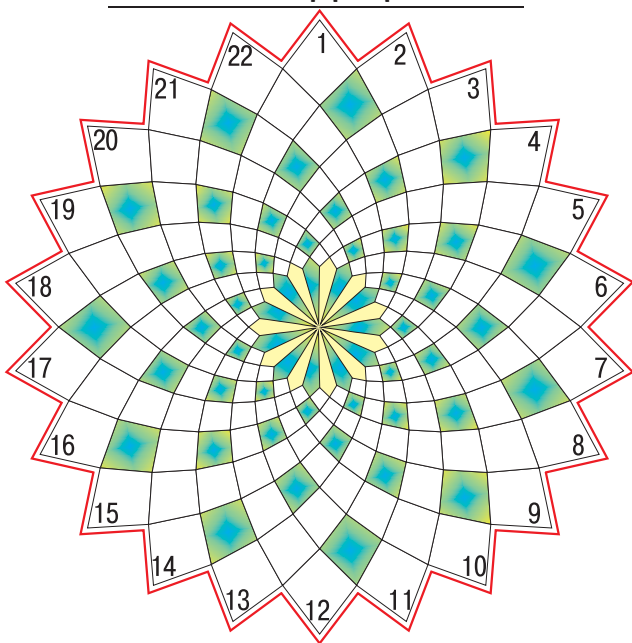
- Есть смысл завести чугунную сковороду, на которой вы будете готовить только блины. В этом случае каждый раз после приготовления ее не надо будет мыть. Достаточно протереть бумажным полотенцем от остатков масла. Это поможет сохранить антипригарные свойства и защитит от ржавчины.
- Новую чугунную сковороду необходимо прокалить с маслом (см. Детали).
- Если сковорода уже имеет антипригарное покрытие, прокалывать с маслом ее не нужно, она готова к использованию. Но стоит быть осторожнее с металлическими лопатками.

Внешний вид

С внешним видом блинниц всё ясно. Запоминайте:

- **Диаметр** – 23-25 см. Можно использовать и посуду побольше (28-30 см в диаметре), и поменьше (около 20 см). Большая не на каждой конфорке разогреется равномерно, а с маленькой процесс приготовления может затянуться.
- **Надёжная ручка.** Она не должна быть короткой. Часть, за которую держится хозяйка, выполняется из дерева или другого ненагревающегося материала. Если она будет металлической, то обязательно раскалится. Придется использовать прихватки, а это риск обжечься.
- **Толстое дно.** Именно оно гарантирует равномерный прогрев. Другими словами, блин будет пропекаться одновременно и в середине, и по бокам. Вдобавок толстое дно значительно снижает риск прилипания блинов. И даже первый из них не будет комом.
- **Бортик** не больше 1,5 см. Это позволяет эффектно подкидывать блины и легко их переворачивать.

КРОССВОРД «ЦВЕТОК»



1. Пребывание в школе после уроков. 2. Расстройство в механизме. 3. Массовое празднество, часто международное. 4. Одежда, названная по имени автора романа «Война и мир». 5. Какое растение живет на дне морском? 6. Матч в одной второй. 7. Величина, что постоянна. 8. Раздел ботаники, изучающий мхи. 9. Любимый головной убор барона Мюнхгаузена. 10. Ходовой товар для неприятельных покупателей. 11. Необычная, экзотическая вещица. 12. Обмен

корреспонденцией. 13. Состязание на первенство страны. 14. Отсутствие решительности и мужества. 15. Крупнейший в России фестиваль рок-музыки под открытым небом. 16. Герметизирующая резинка – например, в двигателе или водопроводном кране.

ОТВЕТЫ

1. Продленка. 2. Неполная. 3. Фестиваль. 4. Толстовка. 5. Во-
логодья. 6. Бриллиант. 7. Конюшня. 8. Бронирование. 9. Тре-
йдер. 10. Шпритц. 11. Диковинка. 12. Переплетка. 13. Чем-
пион. 14. Малодушие. 15. Нашествие. 16. Прокладка. 17.
Приоритет. 18. Караван. 19. Раскрутка. 20. Подушанка. 21.
Показание. 22. Краткопись.

не. 17. Пальма первенства в изобретении. 18. Судно эпохи Колумба. 19. Повседневная работа продюсера восходящей звезды. 20. Дыра под топкой для тяги. 21. Свидетельство из уст свидетеля. 22. Что в лаконизме уживается рядом с ясностью?

ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ: книги, часы, статуэтки, медали и ордена, ёлочные игрушки, документы, грамоты, благодарности, янтарные бусы, броши, фарфор, монеты, самовары, игрушки, иконы, картины, военную атрибутику, значки, знаки, жетоны, открытки, мебель и многое другое до 1917 и советского периода. Покупаю ДОРОГО! Выезд в любой район города и области бесплатно 24 ч. Покупка, оценка по фото (ватсап, телеграмм, вайбер), помощь при продаже, комиссия. Выкуплю коллекции значков, монет, фарфора, открыток и т. д., очень ДОРОГО!!! Игорь Иванович, тел.: 8 (951) 869-75-55.

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ 8 (965) 386-47-09 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАБОТКА любой сложности (дезинсекция, дезинфекция, дератизация) ТАРАКАНОВ, КЛОПОВ – пар холодного и горячего туманов. Безопасные препараты для людей и животных. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7 без выходных. Система скидок есть. Тел.: 8 (965) 386-47-09

По вопросам размещения рекламы в газете «ТЕЛЕК» звоните!

8 (903) 792-47-73

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ

reklama@kardos.ru

ЦЕНА

Стоимость строчного объявления от **250** рублей за 1 выход

КАК ОПЛАТИТЬ

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

Скидки уточняйте у менеджера

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом

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



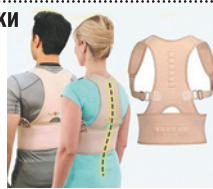
СУПЕРЦЕНА
от
1690 руб.

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

Корректор осанки

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

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



1690 руб. 990 руб.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Массажная подушка с функцией прогрева

3800 руб.
1690 руб.



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

Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.



С дисплеем + ДУШ

2490 руб.

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

Новейший автоматический веник

1800 руб. 990 руб.



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

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 шт. 990 руб.



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

1+1 КУПИ ОДИН И ПОЛУЧИ ВТОРОЙ В ПОДАРОК!

Набор кружевных бюстгалтеров «Ажур Бра», 3 штуки

в комплекте: белый, черный, бордовый
2300 руб. 1690 руб.



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

Бюстгалтер корректирующий «Ах Бра»

1710 руб. 990 руб. В комплекте 3 бюстгалтера

Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без петелек, крючков, швов и косточек, не собирает складки и не сдавливает по бокам, делает декольте соблазнительным. Эластичный, не ограничивает движений, удобно заниматься спортом. Размер «Ах Бра» совпадает с размером вашей одежды (майки, рубашки): S 40-42, M 42-44, L 46-48, XL 50-52, XXL 52-54, XXXL 54-56.

Термоноски «Аляска» (Мужские, женские)

Суперцена!
4 пары за 790 руб.

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



Стул для ванной и душевой с регулируемыми ножками

2900 руб. 2490 руб.

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



Бесконтактный инфракрасный термометр

1900 руб. 1290 руб.

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



Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

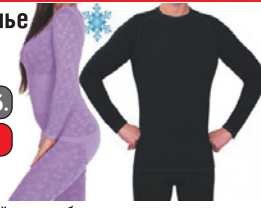
990 руб.

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



Термобелье мужское, женское

1600 руб. 990 руб.



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

Вертикальная суперсушилка для белья

2600 руб. 1990 руб.

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



Многофункциональный парогенератор

2500 руб. 990 руб.

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



Отпугиватель-фонарь

1600 руб. 1290 руб.

Защитит вас от любых нежданных животных или уличных хулиганов, напугает и прогонит даже большую стаю собак. Действует на расстоянии 100 м. Имитирует треск и вспышки шокера. Имеет мощный встроенный фонарик.



Говорящий хомяк

1700 руб. 990 руб.

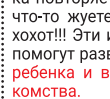


Уникальные развивающие игрушки способны расшевелить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Повторяют все произнесенные слова и звуки на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуете, она жует с вами и имитирует хохот!!! Эти игрушки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

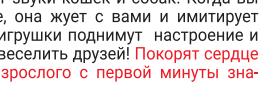


Кукла-повторяшка

1700 руб. 1190 руб.



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



Усилитель звука

990 руб. НОВИНКА

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



Электрический измельчитель «Молния»

2100 руб. 1590 руб.

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



Ледоходы для обуви

НОВИНКА

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



Подушка для ног «Здоровый сон»

1600 руб. 990 руб.

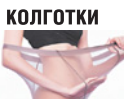
Инновационная подушка специальной анатомической формы с эффектом памяти обеспечивает правильное положение ног во время сна. Снижается нагрузка на коленные суставы и сустав бедра. Значительно улучшает качество сна, утром вы чувствуете себя отдохнувшим и бодрым. Особенно необходима для людей пожилого возраста.



Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

1300 руб. 990 руб.

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



Лента «Супер Фикс»

2 шт. по суперцене 990 руб.

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



ТЕРМОКЕРАМИЧЕСКИЙ ОБОГРЕВАТЕЛЬ

1900 руб. 1490 руб.

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



Казан-вок «Сила гранита»

4 в 1. Диаметр 32 см

2600 руб. 1990 руб.

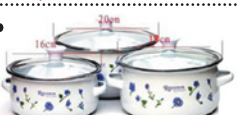
Это сковорода, сковородка, вок и кастрюля! Специальное керамическое покрытие Granitex с частицами настоящего камня. Алмазное напыление с внутренней стороны сковороды. Благодаря силиконовой ободке крышка создает давление под воздействием вакуума, что позволяет готовить в разы быстрее.



Набор кастрюль

1800 руб. 1290 руб.

Каждая кастрюля изготовлена из цельного листа углеродистой стали и покрыта жаропрочной эмалью. Диаметр: 16, 18 и 20 см.



Надевайка

НОВИНКА

1290 руб. 790 руб.

Когда суставы теряют подвижность, совершать привычные движения с каждым годом становится сложнее. Представляем вам универсальное приспособление, которое поможет как снять, так и надеть носки или обувь маломобильным, пожилым, людям с лишним весом, или беременным не наклоняясь к ступням.



Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

2 шт. 990 руб.

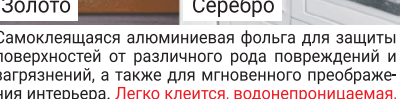
Очки-лупа дают визуальное увеличение предмета на 160% и при этом оставляют ваши руки свободными. Очки прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения различных работ, требующих большой точности! НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ



Чудо-пленка «Надежная защита»

3 м x 60 см 2 шт. 990 руб.

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



Голеноstopa «Легкий шаг»

2 шт. по суперцене 990 руб.

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



Наколенник «Двигайся легко»

2 шт. по суперцене 990 руб.

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



Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

ИП Елкин Иван Юрьевич ОГРН 321774600271012. С информацией об организаторе акций, правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по тел. 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 15.02.2023 г. по 08.03.2023 г. *По итогам продаж 2022 г. РЕКЛАМА.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 499 213-03-16

Работаем без выходных с 9:00 до 20:00.