

**МОЙ  
МИР**

**УСПЕЙТЕ КУПИТЬ!  
ВЕСЕННИЕ ПОДАРКИ И СКИДКИ до -70%**

**ИЩИТЕ  
на стр. 31**

Реклама

**ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА**

**№13  
(438)**

**ТВ-программа с 1 по 7 апреля 2024 года**

# ТЕЛЕК

**ЧЕРНОЗЕМЬЕ**

**36  
КАНАЛОВ  
ТВ**

**К КОМУ СЧАСТЬЕ  
ПРИХОДИТ  
С ВОЗРАСТОМ?**

**стр. 4**

**КАЛЕНДАРЬ  
КРАСОТЫ  
И ЗДОРОВЬЯ  
НА АПРЕЛЬ**

**стр. 27**

**ОТПРАВЛЯЕМСЯ  
В КУЛИНАРНОЕ  
ПУТЕШЕСТВИЕ**

**стр. 8**

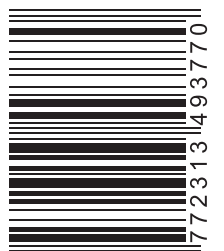
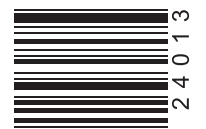
12+

# ЗОЯ БЕРБЕР

**МНЕ СПОКОЙНЕЕ, КОГДА  
ВСЁ ПОД КОНТРОЛЕМ**

**стр. 6**

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА



ISSN 2313-4933

Фото из личного архива Зои Бербер  
Фотограф: Александра Чистова





ИМПЕРАТОРСКИЙ  
МОНЕТНЫЙ ДВОРЪ

## К 155-летию таблицы Менделеева

Бесплатная юбилейная медаль для каждого россиянина!



0 руб.

Оплачивается только стоимость доставки –

349 руб.

### Нам есть чем гордиться, нам есть что сохранить для будущих поколений!

В России наука имеет богатую историю. Это не просто слово, это наша сила и гордость.

В этом году исполняется **155 лет** таблице Менделеева. Таблица Д. И. Менделеева – это фундаментальное открытие, одно из величайших достижений мировой науки, которое навсегда изменило ход истории человечества. И сегодня мы используем эти знания для создания новых технологий и улучшения жизни на Земле.

В честь Дмитрия Ивановича Менделеева, нашего соотечественника, и его гениального научного открытия Императорский Монетный Двор отчеканил памятную медаль как символ великого наследия русской науки.

Тираж юбилейной медали строго ограничен. **Каждый может заказать только одну памятную медаль.**

Памятная медаль, посвященная Д. И. Менделееву, является напоминанием о великих открытиях и изобретениях, благодаря которым Россия внесла значительный вклад в мировую науку и технологии. Эти достижения невозможно отменить или вычеркнуть из истории, они являются неотъемлемой частью нашего культурного наследия. Юбилейная дата гениального открытия мирового значения – это возможность отдать дань уважения русскому ученому и напомнить о важности научных исследований для развития всего человечества.

**Поддерживая коллекционирование таких медалей, мы сохраняем наше культурное наследие и передаем его будущим поколениям.** Сюжеты, изображенные на медалях, напоминают нам о великих достижениях и памятных событиях в истории России, которые служат источником гордости и вдохновения для наших детей.

### Закажите прямо сейчас!

Бесплатная линия резервирования

**8 (800) 234-32-19**

(ежедневно с 8:00 до 21:00)



или на сайте:

<https://imdvor.ru/mendeleev/>

Код резервирования

**12933103**



**БЕСПЛАТНО ДЛЯ КАЖДОГО РОССИЯНИНА ПРИ ОПЛАТЕ 349 РУБ. ЗА УПАКОВКУ И ПЕРЕСЫЛКУ**

Каждый гражданин России имеет право на получение **бесплатной** медали, оплатить нужно только стоимость доставки – **349 руб.**

Код резервирования:	<b>12933103</b>
Аверс:	Портрет Д. И. Менделеева и личная подпись ученого и годы жизни
Реверс:	Собирательный образ ученого на фоне земного шара; научные символы и элементы лабораторного оборудования; надпись: «Россия – миру»
Спецификация медали:	Диаметр – 33 мм, высокое качество чеканки «пруф-лайк»
Цена:	0 руб. (при условии оплаты за упаковку и пересылку 349 руб.)
Тираж:	Юбилейный тираж ограничен, каждый может заказать только 1 бесплатную медаль
Бесплатная линия резервирования:	<b>8 (800) 234-32-19</b> (ежедневно с 8:00 до 21:00)



## Дмитрий Власкин попал в «Такси под прикрытием»

На Первом канале – премьера сериала «Такси под прикрытием». В центре сюжета – лейтенант полиции Алексей Турбин. Он каждый день патрулирует улицы на специально оборудованном такси, чтобы найти опасных преступников, а параллельно проводит личное расследование.

Главную роль – лейтенанта полиции Турбина – сыграл актер Дмитрий Власкин. В сериале также снимались Кирилл Гребенщиков, Виктория Маслова, Юрий Кузнецов, Зоя Буряк, Сергей Интяков и другие.

– Хорошо ли я вожу машину – этот вопрос

мне задал режиссер Стас Шмелёв при утверждении на роль, и я незадолго до съемок ответил: «Очень!», – рассказывает Дмитрий Власкин. – Я действительно считаю себя хорошим

водителем. А в «Такси под прикрытием» это было важно – хотя, помимо погонь на авто, мы заранее прорабатывали и рукопашные бои. Вообще, я стараюсь все делать без фанатизма, но иногда бывает и так, что после сцены ты весь в синяках – так сказать, издержки профессии. Невозможно сниматься в экшене и быть без единой царапины. На площадке работали и каскадеры. Съемки сериала проходили в Санкт-Петербурге. Петропавловская крепость, Нарвские триумфальные ворота, вантовый мост – эти и другие достопримечательности города увидят зрители на экране.

Фото Первого канала



## У Антона Батырева – новая роль

В Санкт-Петербурге и его окрестностях стартовали съемки семейной комедии «Исполняющий обязанности», в которой снимаются Антон Батырев, Александр Самойленко, Дмитрий Хрусталёв, Игорь Жижкин, Елена Север и Михаил Евланов. Режиссером ленты выступает Миша Маралес.

В центре сюжета – детский дом, территорией которого пытается завладеть крупная строительная компания, чтобы создать там парк развлечений. Директор детского дома по прозвищу Дядя Саша (его играет Антон Батырев) при поддержке своих подопечных борется за его сохранение. Но глава строительной компании Борисов (в этой роли мы увидим Александра Самойленко) любыми способами хочет достичь поставленной цели... Выход фильма на большие экраны запланирован на весну 2025 года.

## Анастасия Денисова рассказала о «Зонтике для подруг»

На телеканале Домашний завершились съемки мелодрамы «Зонтик для подруг». Главные роли в сериале исполнили Анастасия Денисова, Юлия Юрченко и Лидия Милузина.

Ася, Лера и Надя – лучшие подружки со школы. У каждой из них своя жизнь, вот только отношения с мужчинами не складываются. Уставшие от вечных проблем с сильным полом, подружки дают друг другу клятву, что отныне в их жизни не будет предателей. Девушки больше не верят в отношения и не позволят мужчинам портить им жизнь. Но даже самые сильные клятвы теряют свою силу, когда приходит настоящая любовь...



– Я считаю, что наш сериал – настоящая инструкция для женщин, которые попали в похожую ситуацию, – рассказывает актриса Анастасия Денисова. – Нужно заниматься собой, иногда плакать, а потом брать себя в руки и делать саму себя счастливой! В проекте поднимаются важные жизненные темы: дружба, прощение, самореализация.

В фильме снимались Тарас Кузьмин, Сергей Иванов, Александр Дуда, Василий Шмаков, Михаил Данилюк и другие артисты. В режиссерском кресле – Кира Ангелина.

Фото пресс-службы телеканала Домашний

## Никита Панфилов сыграет хирурга

Актер Никита Панфилов (хорошо известный по сериалам «Лихач», «Пёс», «Акушер») снимается в новом детективе для канала НТВ – «Лепила». Он играет человека с непростой судьбой – молодого хирурга из Таджикистана Сергея Рашидова, который из-за несправедливых обвинений в наркоторговле вынужден бежать в Россию. Скрываясь, он берет себе имя Джура и работает дворником. Однажды во время уборки двора Сергей находит раненого человека, подбирает его и тайно лечит в своей камере. Выясняется, что спас он бандита, которого хотели устранить как конкурента. Теперь они оба оказываются в смертельной опасности...

В новой картине Никита Панфилов появится совсем в другом образе, для чего ему пришлось отрастить бороду.

Фото PR НТВ



## Сергей Светлаков вдохновился историей

На телеканале ТНТ – премьера приключенческой комедии «Казачок». Она о том, как подросток Стёпа прямоком из нашего времени попадает в XVII век и становится жителем казачьей станицы. Это продюсерский проект Сергея Светлакова. В ролях – Алексей Лукин, Виктория Разумовская, Алексей Кравченко, Олеся Судзиловская, Георгий Дронов, Максим Белбородов, Николай Шрайбер, Владимир Епифанцев и другие. Режиссером стал Игорь Зайцев («Тобол» и «Великая», криминальная драма «За час до рассвета»).

«Казачка» снимали в аутентичных исторических локациях в Псковской области – в пушкинских местах. Кроме того, авторы сериала специально для съемок выстроили целую станицу с церковью, домами и плотинами.

– Мы надеемся, что смотреть «Казачка» будут и 10-летние, и 17-летние, и 30-40-летние, и 70-летние зрители, – говорит Сергей Светлаков. – Мы хотели сделать произведение, которое расскажет о самых важных вещах, в которые мы искренне верим: о дружбе, любви, настоящем патриотизме... Причем расскажет не в назидательном, а в развлекательном ключе. Мы вдохновлялись фильмами, которыми было пронизано наше детство.

Фото телеканала ТНТ

## «Удивительные люди» продолжают удивлять

На телеканале «Россия» выходят в эфир очередные выпуски шоу «Удивительные люди». Одной из участниц проекта стала Галина Новикова из Москвы. Ей 64 года, и она – исследователь кружева. Галина Владимировна по фрагменту кружева может определить, где его связали. У нее есть своя личная коллекция (она собирает ее более 30 лет), в которую входит более тысячи экземпляров уникального плетения почти из всех стран мира – из России, Италии, Бельгии, Франции, Англии, Словакии, Мальты и других. Секреты мастерства она попробовала объяснить Евгению Папунаишвили, а Наталья Рагозина и вовсе взяла у знатока и умелицы урок по кружевоплетению.

## Творцу «Мёртвых душ» посвящается

215 лет назад, 1 апреля 1809 года, родился Николай Васильевич Гоголь. Он оставил после себя десятки бессмертных произведений. Давайте вспомним о гениальном художнике слова, его творчестве и увлечениях.

**1** Первое произведение Гоголя было выпущено под псевдонимом «В. Алов»

в 1829 году. «Идиллия в картинках», так назвал поэму «Ганц Кюхельgarten» автор. Николай Васильевич со своим слугой Якимом скупил весь непроданный тираж и сжёг (об этом рассказал после смерти писателя его слуга). Почему Гоголь уничтожил свою первую напечатанную книгу?

- а) Рецензия в прессе была неблагоприятной.  
б) Услышал, как смеются над автором В. Аловым поэты.  
в) Семья и любимая девушка не оценили его труд.



**2** Сюжет для поэмы «Мёртвые души» писателю подсказал Александр Пушкин, который во время кишинёвской ссылки услышал подобную историю. Считается, что идею ещё одного произведения тоже подарил Гоголю Александр Сергеевич. Кстати, за экземпляр этой пьесы-комедии, поставленной на сцене в мае 1836 года, император даровал автору бриллиантовый перстень. О какой пьесе идёт речь?

- а) «Женитьба». б) «Игроки». в) «Ревизор».

**3** О себе Гоголь писал так: «...хороший портной, недурно раскрашиваю стены алфрескою живописью, работаю на кухне и много кой-чего уже разумею из поваренного искусства». А ещё Гоголь был заядлым коллекционером. Какие именно предметы, не жалея средств, покупал Николай Васильевич для своей коллекции?

- а) Миниатюрные книги.  
б) Наперстки.  
в) Поварские ножи.

### ОТВЕТЫ

1-а. Рецензия в прессе была неблагоприятной.  
2-в. «Ревизор». 3-а. Гоголь был заядлым коллекционером маленьких книг, даже приобрел справочник по математике, которую не любил. Но издание в шестнадцатую долю листа он заказал специально для коллекции.



## СЕКРЕТ УСПЕХА

## О чём спросить на собеседовании?

Какие вопросы следует задать рекрутеру на собеседовании, чтобы не только расположить его к себе, показать свою заинтересованность, но и получить нужные сведения для принятия правильного решения?



## Обучение

Для многих соискателей возможность получить качественное обучение – достаточно весомый довод в пользу компании. Узнайте, как построен процесс обучения, существует ли система наставничества, как организована адаптация новых сотрудников?

## Детали процесса

В ходе собеседования рекрутер, скорее всего, расскажет вам о компании в целом, но после окончания встречи вы должны иметь представление о рабочем процессе и оценке достижений:

- Каких результатов ждет от вас руководитель после испытательного срока и что изменится после его успешного прохождения?
- Какой работой вам придется заниматься в течение дня?
- По каким критериям будет оцениваться ваша работа?
- Какой график работы вас ждет и будут ли иметь место переработки?
- С какими сложностями придется столкнуться в процессе?
- Почему появилась вакансия и есть ли возможность пообщаться с предшественником?
- Сможет ли вас кто-то заменить на время отпуска и нужно ли будет постоянно оставаться на связи в этот период?

## Материальные моменты

В случае если работодатель готов взять вас в штат, самое время уточнить, какая сумма заработной платы будет прописана в трудовом договоре, какая существует система бонусов и штрафов, а также поинтересуйтесь, что входит в компенсационный пакет (корпоративные скидки, полис ДМС и т.д.).

Совсем недавно в обществе царил культ молодости. Нельзя сказать, что сейчас он полностью ушел в прошлое – например, с ним можно столкнуться при устройстве на работу, если вы старше 45 лет.

**Н**о что касается личной жизни, правила перестают быть слишком строгими. Люди, которым уже далеко за 20 или даже 30, понимают, что тоже заслуживают счастья – и находят его! Просто с возрастом становится очевидно, что искать счастье нужно не так, как в юности.

## Возможность двигаться

Заметив боль в суставах и дискомфорт во время движения, многие считают, что активная часть жизни осталась позади. Но фокус в том, что регулярные и умеренные физические нагрузки благоприятно сказываются на здоровье в любом возрасте. Поэтому берите с собой супруга или подругу – и шагом марш в бассейн, фитнес-клуб, в парк! Даже если есть некоторые особенности здоровья, двигаться необходимо. Просто лучше делать это после консультации со специалистом. Вот увидите, спустя непродолжительное время улучшится настроение, а через месяц-другой вы почувствуете себя по-настоящему счастливыми.

**Народная мудрость: в 20 лет мы переживаем о том, что о нас подумают. В 40 лет нам всё равно, что о нас думают окружающие. В 60 лет мы понимаем, что о нас никто никогда не думал.**



# СЧАСТЬЕ приходит с возрастом!



## Детали

Преимущества  
элегантного возраста

Стройная фигура, лицо без морщин и никакой седины в шевелюре – вот преимущества молодых. Но не стоит забывать, что и у женщин элегантного возраста они есть! Жизненный опыт, уверенность в себе, внутренняя свобода – то, что ценят окружающие и что приходит только с годами.

Чего не стоит делать, так это молодиться внешне при помощи ультрасовременных вещей или подростковых повадок! Женщина в возрасте – это генерал, способный выиграть битву за счет знания стратегии и тактики. Она умеет подчеркивать свои достоинства и скрывать недостатки. И тогда элегантный образ начинает выглядеть ничуть не менее женственно, чем молодежный.

Синдром опустевшего гнезда наступает только те пары, которые не готовятся к моменту, когда дети станут самостоятельными. Есть смысл заранее позаботиться о хобби, на которое вы переключитесь, оставшись вдвоем.

## Жизнь без оглядки

Этим и хороши современные реалии: аргумент «а что люди скажут?» больше не работает! Какое дело окружающим, если вы ходите на танцы в ближайший клуб, занялись пением или записались в бассейн? Главное – чтобы вам было комфортно, чтобы вас окружали единомышленники. А там можно и новую специальность освоить, и с компьютером перейти на «ты», и заняться волонтерством. Если хочется двигаться вперед, смело отбросьте доводы типа «чего людей смешить в моем возрасте?» или «это только для молодежи». Вы и есть молодежь! А еще любая активность очень помогает наладить отношения с детьми и внуками. Ваш пример и их может вдохновить на новые увлечения. Разве это не счастье?

## Опыт как страховка

Счастье в том, что благодаря жизненному опыту вы можете действовать на опережение: не ждать, когда отношения развалятся, а «подстелить соломки»; не ждать, когда здоровье подкачает, а заблаговременно сходить к врачу... Счастье в зрелом возрасте заключается в том, что вы уже сформировавшаяся личность. Это позволяет жить в ладу с собственным телом и духом. Гармония ведь тоже одна из составляющих счастья.

## Расцвет отношений

В молодости люди во многом себе отказывают: то ждут, когда дети вырастут и встанут на ноги, то когда закончится важный проект на работе, то еще что-то неотложное. После пятидесяти наконец наступает время свободы! Дети уже самостоятельные, карьерным вершинам хочется предпочесть спокойствие и стабильность. Можно посвятить время личной жизни! Напрасно многие стесняются позволить себе флирт, боясь оценок морали. Ведь подавляя в себе сексуальные порывы, женщина рискует своим здоровьем и ощущением молодости. Так почему бы не порадовать мужа более яркой сексуальной активностью? Это шанс пережить второй (третий и так далее) медовый месяц.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

## Собачий сёрфинг

Что будет, если у серфингиста есть собака, которая обожает воду и не любит расставаться с хозяином? Правильно! Четвероногий друг легко обучится искусству скользить по воде на доске. На курортах, где отдыхают и тренируются серфингисты, все чаще открываются школы для их хвостатых друзей. И даже проводятся соревнования. Судьи учитывают, насколько уверенно питомец стоит на доске и как долго может скользить. Ну и, конечно, во внимание берется высота волн.



## «Сестра» Джоконды

В мадридском музее PRADO выставлен портрет, очень похожий на «Мону Лизу» из Лувра. Долгое время исследователи считали ее более поздней и не слишком удачной копией. Однако в ходе реставрации обнаружился замазанный черным пейзаж. Оказалось, что фон двух картин идентичен и созданы они были примерно в одно время. Скорее всего, мадридскую версию под присмотром Леонардо да Винчи написал кто-то из его учеников в той же мастерской. Заодно выяснилось, что у Моны Лизы все-таки были брови.



## 100 лет свечения

Привычная всем лампа накаливания имеет срок жизни около тысячи часов. Но в мире существует одна лампочка, которая светит почти постоянно с 1901 года. Ее назвали «Столетняя лампа». Понаблюдать за ней можно через специально установленную веб-камеру. Считается, что секрет долгого свечения в том, что нить накаливания не вольфрамовая, а углеродная, плюс светит она на малой мощности.



## От кого зависит успех?

Клакёрами называются «подсадные» зрители, которые своей реакцией влияют на рейтинг выступления. Они могут уничтожить произведение, оставив его, или поднять рейтинг, радостно и бурно отреагировав. К счастью, это явление встречается все реже. Но с ним сталкивались и великие. Например, Фёдору Шаляпину перед выступлением в «Ла Скала» в 1901 году предводитель клакеров предлагалкупить аплодисменты. Фёдор Иванович с негодованием отказался.

Светлана СИДОРЧУК



# ЧЕМ ОПАСНА БЕССОННИЦА, ИЛИ ПОЧЕМУ ЛЕКАРСТВА БОЛЬШЕ НЕ ПОМОГАЮТ?

## ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА ОТ РОССИЙСКИХ УЧЁНЫХ

**«Болят, ничего не помогает». Или «Мне прописали таблетки, а они не действуют». Знакомо?**

**Особенно если тебе далеко за 50 или даже 80. И дни, когда ничего не болит, стали редкими, как солнце в ноябре. Чувствуешь, как с каждым днём всё больше превращаешься в комок застарелых болячек. И не спишь по ночам...**

**Но не спешите ругать докторов. Или обвинять аптеки, что продают нам неэффективные «пустышки».**

**Российские учёные нашли причину, почему лекарства иногда не помогают. Ответ на этот вопрос Вас просто шокирует!**

### ПОЧЕМУ МЫ БОЛЕЕМ?

Вы удивитесь, но причина практически всех наших бед лежит в плохом сне. Да-да, вы не ослышались.

Нет, сам по себе недосып не является причиной серьёзных заболеваний. Но он, как спусковой крючок, может спровоцировать инсульт, гипертонический криз, нарушение памяти, заболевания сердца и даже сахарный диабет.

А всё потому, что при дефиците ночного сна активность вашего мозга начнёт стремительно снижаться. Мозг пытается компенсировать недосып. И активирует те части мозга, которые не должны работать.

Это как резервная электрическая станция у человека. Когда же резервы уже исчерпаны, клетки мозга начинают потихоньку отмирать и «выключаться», как перегоревшие лампочки.

Вы понимаете? Так ведь и до болезни Альцгеймера не далеко... Сойти с ума на старости лет?! Что может быть хуже?

Кроме того, сон позволяет мышцам расслабиться. А если вы спите мало? Или сон чуткий, прерывистый? Мышцы находятся в постоянном напряжении. Это касается и сердечной мышцы. И мышц, которые держат ваши суставы и позвоночник. Страдают все без исключения!

А сосуды? Они становятся зажаты мышцами! Их просвет сужается. В итоге кровь не поступает в должном объёме. А вместе с ней и кислород, и питательные вещества.

Следовательно, и лекарства при нарушенном кровотоке могут хуже действовать! Но выход из этого замкнутого круга есть!

### ЛЕЧИТЬСЯ ВО СНЕ — ЭТО РЕАЛЬНО!

И вот тут начинается старая песня: «болит, ничего не помогает», «мне прописали таблетки, а они не действуют». Да, не помогают. Потому что у вас проблемы со сном! А об этой простой причине многие даже не догадываются!

Не зря грамотные врачи первым делом задают вопрос: «А как Вы спите?». Итог один: пока вы страдаете нарушениями сна — болезни не уйдут!

Ведь если в лодке пробоина, то сколько ни вычерпывай воду, она снова наполнит лодку.

Но стоит наладить сон, как если не все, то большинство проблем со здоровьем решатся сами собой! Так сказать, «одним ударом убить семерых».

Но с возрастом сделать это самостоятельно крайне сложно. Увы, так устроена наша физиология. Уже после 45 лет снижается выработка мелатонина (гормона сна). К 60 его катастрофически не хватает.

Вот тут становится нужна помощь профессионала! В результате многолетних исследований был создан один из первых аппарат для лечения нарушений сна — «Selfdocs Vizion» («Вижн»). Аналогов которому на сегодняшний момент практически нет в мире!

### ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- **Нормализация и улучшение качества сна;**
- **Снижение общего напряжения и чувства усталости;**
- **При стрессе и эмоциональных нагрузках;**
- **Психосоматические расстройства;**
- **Головные боли, связанные с умственными и эмоциональными нагрузками;**
- **Депрессия.**

### МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО

Вы наверняка уже слышали, что есть аппараты для лечения суставов, позвоночника и даже желудка. Подобных предложений на рынке сейчас великое множество. Но вот аппарат для лечения нарушений сна появился недавно.

«Вижн» — это принципиально новый подход к лечению большинства заболеваний. Он может многое, к примеру — вернуть вам потерянный сон! Аппарат прошёл все клинические испытания, и является медицинским изделием.

Это значит, что вы можете быть уверены: качество — на высоте!

А недавно «Вижн» был представлен на Российской неделе здравоохранения — 2022. Самой значимой выставке достижений отечественной медицины. Где произвёл полнейший фурор.



Как среди медиков, так и среди простых людей. Всё потому, что помимо улучшения качества сна, у «Вижн» есть дополнительные супервозможности.

### ПОСМОТРИТЕ ДРУГИМИ ГЛАЗАМИ!

Так как лечебные импульсы аппарата поступают в мозг через сетчатку глаза, «Вижн» положительным образом воздействует и на органы зрения.

Это приятный бонус, который способствует улучшению зрения при таких заболеваниях, как:

- **Близорукость (миопия):** профилактика и лечение близорукости;
- **Дистрофия сетчатки:** снижение риска развития дистрофии сетчатки;
- **Астигматизм:** стабилизация работы аккомодационного аппарата глаза;
- **Глаукома:** нормализация внутриглазного давления;
- **Катаракта:** профилактика и лечение начальной стадии катаракты;
- **Атрофия зрительного нерва:** профилактика дегенерации зрительного нерва;
- **Спазм аккомодации:** расслабление мышечного аппарата глаза при длительной интенсивной нагрузке;
- **Астенопия (зрительная усталость):** устранение боли и дискомфорта в глазах.

Так, проводя процедуры на аппарате «Вижн», одним выстрелом можно убить двух зайцев. И наладить сон, и улучшить зрение. Здорово?

### ПРОСТО, НЕДОРОГО, ЭФФЕКТИВНО

«Вижн» сделан в виде специальной маски, которая полностью повторяет анатомическую форму черепа.

И для того, чтобы начать лечение, достаточно просто надеть аппарат на голову и нажать кнопку.

Эластичные крепления подойдут на любой объём головы.

Это не вы подстраиваетесь под аппарат, а аппарат подстраивается под вас! Ещё никогда лечение не было таким простым и комфортным. Процедуры легко можно проводить дома, самостоятельно. Согласитесь, это очень удобно! Что происходит во время сеанса?

Лечебные импульсы аппарата через сетчатку глаза поступают в головной мозг. И дают ему сигнал, что ваш организм устал и нуждается в отдыхе. В ответ получают реакцию нейронов головного мозга. И он начинает готовить организм ко сну.

Происходит общее расслабление мышечной мускулатуры, изменяется обмен веществ и работы внутренних органов.

Организм переключается в режим «энергосбережения».

Это нужно для того, чтобы утром вы встали бодрыми и отдохнувшими. Полными сил. Без головной боли, отёков и мешков под глазами.

Ваш сон становится глубоким, здоровым. Вы уже не просыпаетесь от каждого шороха.

А в случае пробуждения быстро засыпаете снова. На утро голова ясная. А по ощущениям, будто 20 лет скинули! И это уже после первых процедур!

### ОБРАТНАЯ СТОРОНА ТАБЛЕТКИ

Очень многие люди (возможно, и вы тоже) в борьбе с нарушением сна допускают одну, но очень серьёзную ошибку. Это снотворные!

А больше, как правило, врачи ничего не выписывают. На первый взгляд, снотворные кажутся вполне безобидными. Они помогают справиться с нарушениями сна и неврозами.

Но в действительности большинство из них вызывают быстрое привыкание, перерастающее в зависимость. Оказывают токсические действие и со временем разрушают организм. Они могут даже вывести из строя целые органы (печень, сердце, почки, а главное — головной мозг).

И чем дольше вы их принимаете, тем последствия страшнее.

### «ВИЖН» ЖЕ ДЕЙСТВУЕТ БЕРЕЖНО

- **Лечебный эффект часто наступает уже после первого применения;**
- **Не вызывает привыкания и не оказывает токсического действия;**
- **Дополнительно улучшает ещё и работу органов зрения;**
- **В отличие от снотворных, можно совмещать с любыми лекарственными препаратами;**
- **Отечественного производства, и имеет статус медицинского изделия.**

**Сколько вы уже лечите свои заболевания? Месяц, год, а может больше? Сколько уже потратили на таблетки, которые не помогают? И не помогут. К сожалению. Потому что вы идёте не тем путём. Выход в другой стороне! Только вздумайте! Ещё год назад для людей с нарушениями сна альтернативы практически не было. А сейчас у вас есть выбор! Российские учёные сделали вам поистине шикарный подарок в виде аппарата «Вижн». Вот она, медицина будущего, пользуйтесь! Не мучайтесь, хватит страдать. Подарите себе, наконец, шанс на здоровую, полноценную жизнь — закажите аппарат «Вижн». А если поторопитесь — успеете приобрести его до повышения цены. Звоните 8-800-505-57-42. И помните, жизнь одна. Запасной не будет!**



**МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!\***

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!**

**8 (800) 505-57-42**

**WWW.PRODEX.RU**

**ДОСТАВКА БЕСПЛАТНАЯ**

**БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА**

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка Почтой России или курьером до двери. Оплата при получении. ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. \*Акции действуют с 27.03.2024 по 27.04.2024 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



Зрители телеканала СТС с нетерпением ждут выхода на экраны второго сезона сериала «Тётя Марта».

**В** начале апреля он наконец стартует и порадует не только новыми поворотами сюжета, но и новыми персонажами. Так, в коллектив «Тёти Марты» влилась популярная актриса театра и кино, телеведущая Зоя Бербер. Мы расспросили ее о роли, о переходе на СТС и многом другом.

## Разные краски одной роли

– Зоя, «Тётя Марта» – ваш первый проект для СТС. Какой вас увидят зрители канала?

– Неоднозначной. Такую героиню я играю, наверное, впервые. Вера строит из себя хорошую, но не скрывает, что ради цели может пойти по головам. При этом она не стерва, скорее стервелочка. В ней есть разные краски, и этим роль особенно интересна. В жизни тоже нужно уметь быть разной, чтобы найти общий язык со всеми, особенно с детьми, которые лучше чувствуют фальшь. Но Вера все-таки пытается обмануть это чутье. Внешне образ тоже получился для меня новым. В отличие от меня Вера достаточно элегантная и деловая. Я больше за комфорт.

– Вы отмечали, что осторожно соглашаетесь на комедии. Почему «Тётя Марта»?

– Я осторожно соглашаюсь почему? Потому что комедия должна быть хорошей. «Тётя Марта» – один из тех проектов, которые зритель полюбил как раз потому, что это хорошо написанная и снятая история.

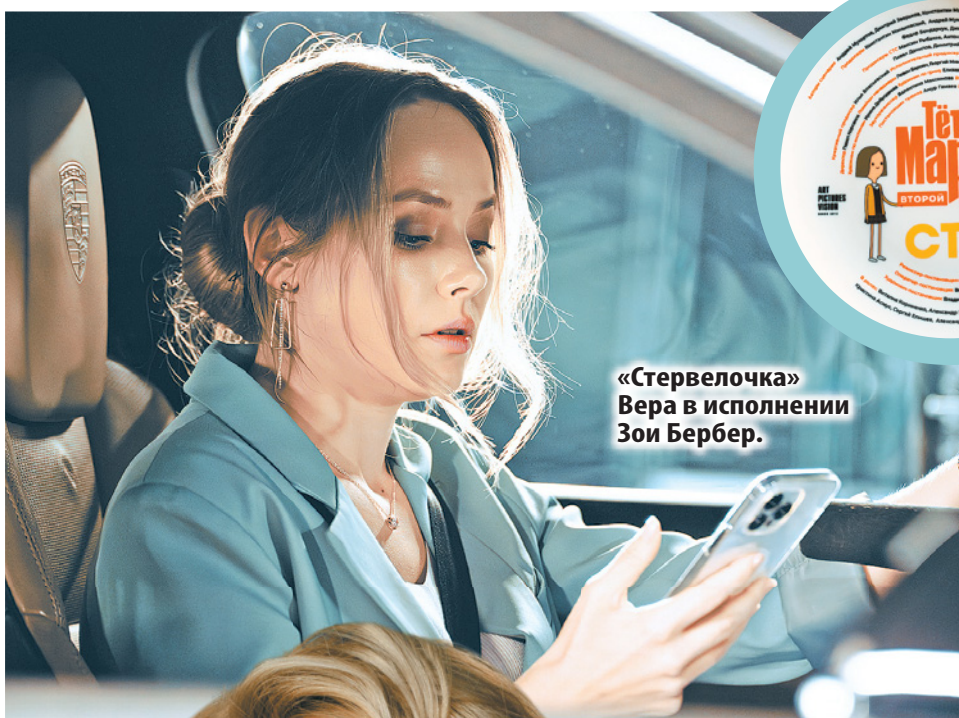
## Правильный диалог с детьми

– Если посмотреть посты ваших коллег про «Тётю Марту», кажется, что съёмки в этом проекте для всех особенные. Какие моменты вспоминаются?

– Самое яркое, как всегда, осталось за кадром. Например, то, как мы с Александром Метёлкиным раскалывались и громко хохотали, а вся группа была вынуждена ждать, пока мы просмеемся. Это наш первый совместный проект, но настроение друг друга удалось поймать достаточно быстро.

**Зоя БЕРБЕР:**

# Мне спокойнее, когда всё под контролем



«Стервелочка» Вера в исполнении Зои Бербер.



Он в какой-то момент сказал: «Все, мы встряли». А я отвечаю: «Мы – то ладно. Вот группа точно встряла». (Смеется.)

– Ваш личный материнский опыт помог находить общий язык с кинодетьми, которых в сериале немало?

– Да. Я считаю, важно держать дисциплину, детки иногда в этом нуждаются. Также нужно не ставить себя выше или ниже ребенка, а общаться так, будто вы одного возраста. При этом желательно, чтобы не ты превращался в десятилетку, а ребенок поднимался, например, лет до семнадцати или даже двадцати. Главное – диалог, и тогда все получится.

## Выходные на любой вкус

– Вы рассказывали, что любите со всеми общаться, приезжая на площадку. Без каких ещё привычек не обходится съёмочный день?

– Люблю шутить, смеяться, бодрить, желать приятного аппетита, по утрам включать музыку на гриме. Помню, в крайний съёмочный день заболта-

лись, и я забыла эту традицию. Потом вспомнила, а девочки говорят: «Мы-то думаем, чего не хватает». (Улыбается.)

– А выходной без чего не представляете?

– Иногда обходится без выходного – вот это жутко. А в выходной мне надо лежать, энергию копить. (Смеется.) Вообще, у меня распределение. Есть, например, день, когда надо сходить почистить пёршишки: сделать ноготочки, волосы подкрасить. Есть бытовой день, когда нужно прибраться, закупить что-то по хозяйству, разобрать вещи. Есть у нас день-балден, когда мы с дочкой ничего не делаем. Есть еще деловой день, когда нужно съездить на пробы, за документами, встретиться с людьми. Это, кстати, помогает объяснить дочке, почему у мамы выходной и она не дома.

## «Люблю всё, что бодрит»

– В бьюти-дни, когда нужно почистить пёршишки, есть любимые процедуры?

– Массаж люблю. Вообще все, что освежает и бодрит. Например, отросли ноготочки, и я уже переживаю: в кадре припрячу, кремиком намажу. Когда все процедуры сделаю, могу не волноваться. Также и в бытовой день: все закупила и уже спокойна, что как мама и хозяйка выполнила часть работы.

– Рациональный подход. Его, кстати, часто отмечают, когда про Дев говорят.

– Так комфортнее. Мне действительно спокойнее, когда все под контролем. У меня был молодой человек, который говорил: «Перестань все контролировать».

А потом появился другой, который сказал: «Давай расскажу, как все происходит, чтобы тебе было проще держать контроль над ситуацией». Вот за него я замуж выхожу. Он понял эту концепцию. (Смеется.)

## ПОДРОБНОСТИ

### Когда знание – сила

– А в целом астрология вам близка?

– Да, я даже училась, хоть и не окончила. У астролога Инны Любимовой есть школа, а Инна – мой хороший друг. В свое время мы так и познакомились: я пришла к ней на мероприятие и сказала: «Хочу с вами дружить». На что она ответила: «Давай сначала сделаем твою натальную карту». (Смеется.) Сделала: «Да, можем дружить».

– В работе этот опыт помогает? Например, знание, кто партнёр или режиссёр по знаку зодиака?

– Очень помогает, в том числе и на пробах. У Овнов, например, есть способность чувствовать лесть, но при этом они очень любят комплименты. То есть твоя задача – найти в Овне что-то действительно классное, что тебе самой нравится, и обратить на это внимание. Может, пройти



пробы это и не поможет, но плюс к карме точно обеспечит. (Улыбается.)

Подготовила  
Ольга БЕЛЬСКАЯ



Миллионы зрителей узнали и полюбили его после выхода на экраны сериала «Ментовские войны», где Дмитрий органично вжился в образ оперуполномоченного по прозвищу Джексон, хотя фильмография артиста значительно больше.

**В**от только некоторые из фильмов с участием Дмитрия: «Истребители», «Белый тигр», «Снайперы: Любовь под прицелом», «Братья по обмену», «Последнее путешествие Синдбада», «Чужой среди своих», «Физрук», «Великая», «Молодая гвардия»... Мы встретились с Дмитрием и поговорили о творчестве, музыке, семье и просто о жизни.

### «Мой герой обожает рок и внушек»

– Дмитрий, сейчас вы снимаетесь сразу в двух новых проектах, можете рассказать, каких именно?

– Меня наконец-то пригласили сняться в картине для детей, да еще в роли положительного персонажа, о чем я давно мечтал. Потому что режиссеры чаще видят меня в роли злодеев, хотя душа просит другого. И когда мне предложили роль современного продвинутого деда, который обожает рок и своих внушек, я сразу согласился. А вот другая картина предназначена для взрослого зрителя. Сюжет разворачивается на Севере, где живет мой герой, бывший моряк. Роль, опять же, положительная, и мне это очень приятно играть.

– Надо же! Вы играете деда, который любит рок, и сами обожаете музыку, выступаете

## Дмитрий БЫКОВСКИЙ:

# Семья держится на любви

### Кстати

#### Город с душой

– Вы живёте в Петербурге, куда переехали из Воронежа, больше 20 лет. Но сейчас всё чаще вас можно застать в Москве...

– Да, вся работа у меня сегодня практически здесь. Из Большого Драматического театра (БДТ), что в Петербурге, я ушел, отслужив там 13 лет. Теперь приглядываюсь к московским театрам. Возможно, скоро выйду на подмостки одного из них. Но якорь, брошенный в Петербурге, не срываю. Семья у меня там. И город этот очень люблю. В детстве у меня была книжка «Город Ленинград». Сколько себя помню, она всегда была со мной, я ее всю исчеркал, что-то в ней подчеркиваю, некоторые листочки хранятся у меня до сих пор.

с концертами. Можно сказать, прямое попадание...

– Я всегда говорю – петь не умею, но очень люблю. Я, скорее, поющий актер, нежели певец. Но без песен и музыки не могу. Помню, как в детстве за длинным столом в

деревне собиралась наша многочисленная родня, и тетушки затягивали песни на разные голоса. Их никто не учил, но все песни они по голосам раскладывали, и это так здорово звучало! Сейчас эта традиция, к сожалению, ушла. А я до сих пор помню:



сидишь у реки, а через речку голоса льются, да так красиво, хоть плачь. Я и в ресторанах раньше пел, подрабатывал. И как-то так получилось, что до сих пор пою. Выступаем с концертами по стране, недавно месяц гастролировали по Ростовской и Воронежской областям.

### Когда сбываются мечты

– Путёвку в большое кино вы получили, снимаясь в картине «Ментовские войны». А для вас какая картина была важной?

– Очень люблю свою роль в картине «Молодая гвардия», где сыграл председателя, полицая Соликовского. Режиссер Леонид Пляскин – шикарный, с ним прекрасно было работать. Говорю об этом со знанием дела, поскольку трудились вместе не в одной картине. Рядом с Леонидом всегда пробуждается фантазия.

– Знаю, что вы давно мечтали поработать в анимации. Мечта сбылась...

– Озвучивать мультики я хотел всегда. И ког-

да поступило предложение отдать свой голос Илье Муромцу в «Трех богатырях», готов был сам плавать день-два, лишь бы это сделать. Не могу объяснить, что происходит в душе, когда осуществляется мечта детства. Потом были другие мультики, на-

### Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Здоровья, добра и мирного неба. И ещё – чаще прощайте друг друга, не держите зла, зло разрушает человека.

пример, «Урфин Джюс и его деревянные солдаты», и это всегда было невероятно интересно: каждый раз я словно возвращался к себе самому. Скоро меня ожидает новая работа в анимации, и это снова большая радость.

Наталья АНОХИНА

### Детали

#### Счастье жить на земле

– Знаю, что ещё одна ваша давняя мечта – построить дом. С этим как обстоят дела?

– Участок под Петербургом приобрели, но до строительства дело не дошло, нет времени, хотя мне очень нравится жизнь на земле. Это абсолютное счастье. Приедешь летом к родителям в деревню, что в Воронежской области, возьмешь лошадку у соседа Валеры, уйдешь в поле, разведешь костерок... Дровишки трещат, а ты лошадку кормишь. И такая кругом благодать, спокойствие и тишина, что дух захватывает. Домой вернешься, а мама лапшечки домашней сделает, салатик настругает... Пока мама жива, езжу к ней, никакие моря меня не заманят.

– Как ваша жена относится к тому, что вас почти не бывает дома?

– С пониманием. Она женщина серьезная, знает, что такое ответственность. Наталья в недавнем прошлом подполковник полиции, по выслуге лет вышла на пенсию и теперь полностью посвятила себя семье. Она у нас хозяйка. Весь дом на ней. Бывает, сядем рядом, я отдыхаю, она тихонечко вышивает. Можем не говорить друг другу ни слова, но нам невероятно хорошо вместе. Больше скажу: я понял, что влюбляюсь в свою жену с каждым днем все больше и больше. И дочь у нас замечательная! Так что наша семья держится на любви. А что еще нужно для счастья?

ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ  
ДОМАШНИЙ ПОВАР  
БЛЮДА ИЗ МЯСА  
90 рецептов

## ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

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

12+ РЕКЛАМА

ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 5 АПРЕЛЯ. СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТЕ:



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

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование:

Журнал Домашний повар

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



Сегодня мы открываем новую рубрику – «Кулинарное путешествие». И начать наш маршрут мы решили со старинного подмосковного города Коломны.

**П**ервое, что видят путешественники, попадая в старую ее часть, остатки кремлевской стены. Защитное сооружение появилось в 1531 году. Из 16 башен до наших дней сохранились семь. Рядом с одной из них – Пятницкой – мы начнем наше кулинарное путешествие.

# КОЛОМНА:

## Город пастилы и калачей



1

### На заметку

#### Как добраться от Москвы

Доехать до Коломны можно:

- на электричке от Казанского вокзала до остановки «Коломна» или «Голутвин»;
- на машине 112 км по трассе М-5;
- на автобусе, который отправляется от станции метро «Котельники» до Коломны (Голутвина).



### Кстати

#### Чем ещё удивит Коломна?

Помимо хлеба насущного, Коломна порадует путешественников и массой культурных впечатлений.

#### Литературные места

- С городом ассоциируется первый русский писатель-романист Иван Лажечников, который родился в Коломне в 1790 году. «Русский Вальтер Скотт» увековечен в городе – одна из старых улиц названа в его честь.

- В Коломне жил и работал Борис Пильняк – советский писатель, представитель русской модернистской литературы XX века. Образ города можно узнать на страницах его рассказов и романов «Голый год», «Машины и волки», «Волга впадает в Каспийское море», «Соляной амбар».

- Приезжал сюда в гости к сестре писатель-реалист Александр Куприн. Его рассказ «Молитва господня» оставил для нас воспоминания о страшном урагане, прошедшем по местным лесам.

#### Кино на нашей улице

**Киношники очень любят Коломну – снимают здесь очень часто. Местные кинолюбые давно сбились со счета, но сходятся на одной цифре – как минимум 70 фильмов полностью или частично были сняты в Коломне. Вот некоторые из них:**

- фильмы Сергея Эйзенштейна «Стачка» (1924 г.) и «Александр Невский» (1938 г.);
- «Шведская спичка» (1954 г.);
- «Мачеха» (лидер проката 1973 г.);
- «Бриллианты для диктатуры пролетариата» (1975 г.);
- «Дамы приглашают кавалеров» (1980 г.);
- «Город Зеро» (1988 г.);
- «Француз» (1988 г.);
- «Артистка из Грибова» (1988 г.);
- «Бумер» (2003 г.);
- «Адмиралъ» (2008 г.);
- «Самый лучший день» (2015 г.).



2

**1** Пятницкие ворота – парадный въезд в Коломенский кремль. Свое название башня получила от стоявшей рядом деревянной церкви Параскевы Пятницы, которая считалась покровительницей торговли. Недалеко от ворот располагается «Калачная», в которой пекут калачи по старинным рецептам.

#### Калач по старинному рецепту

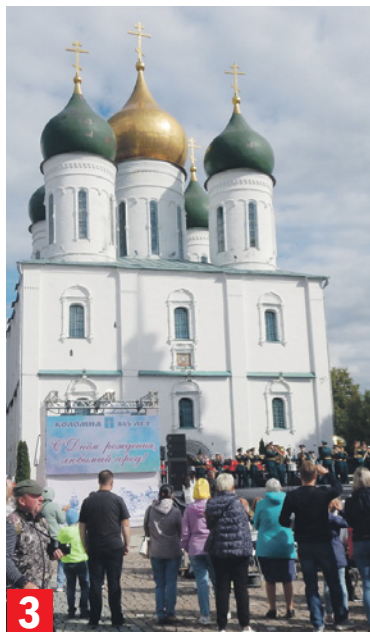
На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 267 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 250 г пшеничной муки
- 250 г муки-крупчатки
- 150 г влажной хмелевой или ржаной закваски
- 280-300 мл воды
- 1 ч. л. соли

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Смешать муку, воду и закваску, замесить тесто, накрыть теплым полотенцем, поставить в теплое место на 3 часа.
- 2 Подошедшее тесто разделить на 6 равных частей, скатать каждую в шар, накрыть полотенцем, оставить еще на 20-30 минут.
- 3 Каждый шар раскатать руками в «веретено» (широкое посередине, сужающееся к концам), соединить концы внахлест, надрезать широкую часть для предотвращения растрескивания.
- 4 Духовку разогреть до 250 градусов, стенки для создания пара сбрызнуть водой. Выпекать калачи 7-10 минут.



3

**2** От Пятницких ворот кремля начинается улица Пушкина, которая приведет к музейной фабрике пастилы. Тут можно не только приобрести пастилу, рецепт которой восстановлен по архивным и сохранившимся у жителей рецептам, но и самому ее приготовить.

#### Яблочная пастила

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 294 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1,2 кг антоновских яблок
- 400 г сахара
- 2 яичных белка

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яблоки тщательно вымыть, запечь в духовке до мягкости, протереть через сито.
- 2 В яблочное пюре добавить сахар, взбивать до побеления.
- 3 Отдельно взбить до крепких пиков яичные белки.
- 4 Осторожно смешать яблочное пюре и взбитые белки; небольшую часть отложить, остальное выложить на устланный пергаментом противень и равномерно по нему распределить.
- 5 Сушить пастилу в разогретой до 100 градусов духовке 6-7 часов; духовку необходимо периодически проветривать для выхода пара.
- 6 Готовую пастилу нарезать на части, смазать их отложенной смесью, наложить друг на друга и снова запечь в духовке (2 часа при температуре 100 градусов).



**3** Ежегодно в начале осени в Коломне проводится международный книжный фестиваль «Антоновские яблоки». Фестиваль органично соединяет литературу, музыку, садоводство и гастрономию. В рамках фестиваля гостей угощают различными местными лакомствами, в том числе и яблочным квасом.

#### Яблочный квас

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 37 ккал.

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг антоновских яблок
- 2-3 ст. л. сахара
- 1 ч. л. сухих дрожжей (или 10 г свежих)
- 2-3 веточки мяты
- горсть изюма

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яблоки очистить от жесткой сердцевины, нарезать небольшими ломтиками, переложить в кастрюлю, залить 2 л кипятка, довести воду до кипения, варить 5-7 минут, снять с огня, дать немного остыть.
- 2 Дрожжи с 2 ч. л. сахара развести в 100 мл теплого (35-40 градусов) яблочного отвара, оставить на 15-20 минут.
- 3 Перелить в кастрюлю с яблоками, добавить оставшийся сахар, перемешать, накрыть кастрюлю крышкой, оставить на 12-15 часов при комнатной температуре.
- 4 Готовый квас процедить, добавить изюм и листики мяты, охладить.





Я пыталась найти равновесие в своей жизни, которая стала существовать отдельно от меня.

**О**громная черная дыра в груди засасывает в глубокое отчаяние. Сложившиеся годами в моей голове теоретические выводы о том, как надо, перестали совпадать с практическими действиями. Результат: коллапс по всем фронтам – личная жизнь, работа, здоровье. Вывод: надо срочно все менять. Вопрос: как и с чего начать?

### Незнакомый новый мир

В детском летнем лагере я отдыхала всего один раз. Я росла тихим домашним ребенком, с кучей комплексов и обид на окружающий мир. Чтобы адаптировать меня к социуму, родители через знакомых достали путевку в престижный детский оздоровительный центр на морском побережье.

Меня собирали, как космонавта на Луну – не зная толком, что может пригодиться. В 13 лет впервые в жизни я уехала из дома одна и оказалась в новом, незнакомом и очень интересном мире. Это была отдельная вселенная со своими правилами и принципами.

В лагере мы познавали мир, становились на путь взросления, набирая опыта и впечатлений. Именно там меня с головой накрыла первая влюбленность. Моим идеалом и центром поклонения стал Юра.

– Ребята, на следующей неделе будет конкурс художественной самодеятельности. Кто хочет участвовать? – спросила нас после ужина воспитатель. – Каждый из вас умеет делать что-то лучше других, покажите свои таланты.

# Море, цветы и «капсула времени»

Человек, которому вы нужны, всегда найдёт способ быть рядом.  
Михаил Лермонтов



– А Мара на скрипке может играть, – вдруг сказала Катя, девочка, с которой я успела подружиться.

Я еще ничего не ответила, а меня уже записали в участники.

– Но у меня нет здесь скрипки, – попыталась увильнуть я от мероприятия.

– Найдем.

### Букет полевых цветов

В музыкальной школе я училась уже четыре года. Особых надежд не подавала, от занятий великой радости не испытывала и втайне мечтала бросить учебу навсегда. А тут надо представить свое умение на всеобщее обозрение. И теперь мне очень захотелось произвести впечатление на объект моей мечты.

После недельной репетиции с музыкальным работником лагеря я с дрожжами коленками вышла на сцену. Это было мое лучшее выступление в жизни. Ни до, ни после я больше не испытывала такого счастья и эйфории, как на том концерте. Я завоевала второе место, узнаваемость и дружбу ребят.

На следующий день на своей кровати, которая стояла у окна, я нашла букетик ароматных крымских полевых цветов. Мне очень хотелось верить, что это сделал Юра. Но его внимание было поглощено другой девочкой. Мне он просто кивал головой при встрече.

– В тебя Мишка втюрился, – просветила меня Катя. – Сама слышала, как он ребятам говорил: «Кто Марку обидит, будет иметь дело со мной».

И хотя этот хулиганистый мальчишка мне вовсе не нравился, чувство, что на тебя обратили внимание, оказалось очень приятным. До конца смены я была под надежной защитой.

Накануне отъезда перед прощальным костром мы торжественно заложили «капсулу времени» с заветными желаниями и посланиями в будущее. Никто не сомневался, что оно – прекрасное.

### Встреча в метро

В лагерь меня больше не отправляли. Сначала были какие-то проблемы с путевкой, потом я просто переросла этот возраст. И началась другая жизнь.

Я закончила музыкальную школу, потом музучилище, на дальнейшее обучение не хватило ни таланта, ни желания. Стала преподавать теорию музыки. Вышла замуж. Мы познакомились в автобусе. Он сел напротив меня, долго смотрел, а потом пересел рядом. Мы вышли на одной остановке и пошли в одном направлении. Он был хорошим парнем, но на мир мы смотрели разными глазами.

Мне понятно, почему мы разошлись. Непонятно, почему поженились. Часто во сне я уносилась в лагерь своего детства, мне казалось, что там я оставила что-то важное. Я искала, сама не зная, что, и не находила.

Однажды в метро увидела Юру. Узнала его сразу, несмотря на то, что прошло уже больше десяти лет. Тот же независимый

и уверенный взгляд, глаза цвета стали. Хотела подойти сразу, но испугалась. Вошла за ним в вагон, стала разглядывать, а потом вышла на той же станции и окликнула его.

– Вы кто? – раздраженно спросил он.

– Мы вместе были в летнем лагере, давно еще... – залепетала я.

– От меня-то что надо?

Он посмотрел сквозь меня, даже не пытаясь вспомнить, пожал плечами и ушел в толпу. А я осталась, разочарованная и опустошенная, потерявшая детскую мечту.

### Снова поездка на море

Летели дни, месяцы складывались в годы, мне уже глубоко за тридцать. Живу на автомате: утро-день-ночь, пустая квартира, надоевшая работа.

– У меня тур по городам Крыма, а я разболелась так некстати. Поезжай вместо меня, – ошарашила предложением родственница.

И я поехала.

Нашу группу привезли на экскурсию. Я шла за экскурсоводом, прислушиваясь к его рассказу. Вдруг мне показалось, что меня кто-то окликнул: Мара.

Я давно уже Марианна, даже Марианна Сергеевна, а то смешное имя осталось в далеком детстве.

– Мара? – снова услышала я. – Это точно ты, вернее, вы...

Передо мной стоял высоченный симпатичный мужчина с улыбкой до ушей.

Мозг и тело провели штурмовую атаку – безрезультатно. Этого субъекта я видела впервые.

– Я не мог ошибиться... Мара?!

– Марианна... Сергеевна, – на всякий случай уточнила я.

В тот же миг меня оторвали от земли и закружили в диком вихре.

– Нашел! Наконец-то тебя нашел, скрипачка ты моя ненаглядная!

Это был Мишка, тот самый озорной мальчишка из детского лагеря, влюбленный в меня, как оказалось, всю жизнь.

### И прошло четыре года

– Мама, а правда, что свои заветные желания вы с папой закопали в волшебный ящик? – маленький сын забирается ко мне на колени. – Когда доставать его пойдем, чтобы они исполнились?

– Это «капсула времени», – смеется муж, обнимая и целуя меня. – Мое заветное желание исполнилось на все сто!

А я улыбнулась и промолчала. Я просто была счастлива.

МАРИАННА

#### ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



## Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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



ПЕРВЫЙ



23.00 «Большая игра». (16+)

05.00 «Доброе утро»  
09.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «АнтиФейк». (16+)  
10.00 «Жить здорово!» (16+)  
10.50 Информационный канал. (16+)  
12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Информационный канал. (16+)  
15.15 Премьера. «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 18.30 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.00 «Владимир Познер. 90 минут». (16+)  
01.45 Подкаст.Лаб. (16+)  
03.00 Новости

РОССИЯ 1



14.55 «Наши». (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 «Наши». (12+)  
16.00 Вести  
16.30 «Малахов». (16+)  
17.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.05 Вести. Местное время  
21.20 «НЕУКРОТИМАЯ НЕУПОКОВА». (16+)  
Зоя Неупокоева - помощница адвоката, делает большие успехи в карьере. Но в личной жизни у неё не всё так гладко. Её начальник и возлюбленный Роман уже который год не решается на следующий шаг.  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)  
03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

НТВ



08.25 «ПЁС». (16+)

04.55 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)  
Капитан Евгений Чагин, прибыв на вызов, где фермер убил троих бандитов, выясняет, что фермер - его одноклассник, и немного «корректирует» место преступления.  
22.15 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+)  
01.50 «МЕЧ». (16+)

СТС



06.40 «Маша и Медведь». (0+)

06.00 Ералаш. (0+)  
06.30 «Машины страшилки». (0+)  
06.40 «Маша и Медведь». (0+)  
07.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
11.05 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)  
12.10 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)  
19.30 «ЦИРК». (16+)  
Детдомовец Тимофей, бабник Сева и неженка Валик, который и шага не сделает без матери, попадают на исправительные работы в цирк под руководство Боцмана.  
21.55 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)  
00.20 «БЛИЗНЕЦЫ». (18+)  
Рив - один из команды охотников, сражающихся с могущественным кланом вампиров.  
02.25 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)  
05.05 «6 кадров». (16+)  
05.15 «Мультфильмы». (16+)  
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



12.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)

07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)  
09.30 «Сокровища императора». (16+)  
12.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)  
17.40 «1+1». (16+)  
20.00 «КАЗАЧОК». (16+)  
Вступив в конфликт с местными подростками, Степа случайно падает в деревенский колодец и попадает в прошлое, в казачью станицу 1612 года во время нападения на нее крымских татар.  
21.00 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)  
23.00 «Это нормально?» (18+)  
00.00 «Новая фабрика звезд». (16+)  
01.50 «Я тебе не верю». (16+)  
02.35 «Импровизация. Команды». (16+)  
04.10 Студия «Союз». (16+)  
05.45 «Импровизация». (16+)

РЕН



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 «Военная тайна». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 «Засекреченные списки». (16+)  
17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ТРИ ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)  
22.15 «Смотреть всем!» (16+)  
23.30 «Документальный спецпроект». (16+)  
00.30 «РИТМ-СЕКЦИЯ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)  
06.40 Пятница News. (16+)  
07.20 Секреты на кухне. (16+)  
08.30 Черный список. (16+)  
10.30 Адский шеф. (16+)  
13.30 Битва шефов. (16+)  
00.00 «ДЯВЯВОЛЬСКОЕ ОКО». (18+)  
01.20 Пятница News. (16+)  
01.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)  
03.30 «Гонка жизни». (16+)  
04.00 Пятница News. (16+)  
04.20 Черный список. (16+)

Ю

05.40 «Маша и Медведь». (0+)  
08.30 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)  
Драматичное произведение о любви во всех её проявлениях: любовь взрослой женщины и молодого мужчины, любовь за деньги, а также несчастная и жертвенная любовь.  
10.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
13.55 «Супермама». (16+)  
16.55 «Беременная в 45». (16+)  
19.40 «Я стесняюсь своего тела». (16+)  
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «СЕМЬЯ». (16+)  
03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.00 Утилизатор. (16+)  
06.10 Дорожные войны 2.0. (16+)  
07.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.30 Дорожные войны. (16+)  
09.10 «СОЛДАТЫ». (16+)  
14.30 Притворщики. (16+)  
16.30 Улётное видео. (16+)  
19.00 Решала. (16+)  
21.00 Охотники. (16+)  
22.00 Антимагия. (16+)  
23.00 Заступницы. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 Решала. (16+)  
05.10 За гранью реального. (16+)

МИР

06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
06.15 Евразия. Регионы. (12+)  
06.25 «УБИТЬ ДРОЗДА» (16+)  
08.10, 10.20 «СЛАБОЕ ЗВЕНО». (16+)  
10.10 Белорусский стандарт. (12+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
18.50 Игра в кино. (16+)  
22.25 «ЕЛКИ-ПАЛКИ». (16+)  
00.20 Любимые актеры 2.0. (16+)  
00.55 Союз нерушимый. (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТРажение  
10.10 Родительское собрание  
11.10 «Коллеги». (12+)  
11.50 04.50 «За дело! Поговорим». (12+)  
15.10 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (12+)  
17.00 «Дискуссионный клуб TV Губернии». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.40 «ОТРАЖЕНИЕ РАДУГИ». (16+)  
22.25 «ГОРОД ЗЕРО». (16+)  
00.05 «Олимпиада Гитлера». (16+)

ПОБЕДА

04.25 «Путь к Победе» (16+)  
05.25 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)  
06.50 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)  
09.10 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЫШКИ». (16+)  
Весной 1941 года в Подольске четверо молодых людей разоблачают шпиона. Этот случай положил начало их большой дружбе. Перед самым началом войны Саша, Коля и Гена становятся курсантами военного училища... В октябре сорок первого эти мальчики уходят первыми к рубежам обороны Москвы.  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «ВЫСОТА 89». (16+)  
02.45 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (12+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». «Котики, вперед!» «Три кота». «Буба». (6+)  
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)  
07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
07.50 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
08.25 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)  
08.55 «Маша и Медведь». (0+)  
10.45 «Котик Мормотик». (0+)  
11.05 «Династер». (6+)  
11.30 «Простоквашино». (0+)  
13.35 «Инфинити Надо». (6+)  
14.10 «Тобот». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.50 «Гризли и лемминги». (6+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (6+)  
17.00 «Цветяшки!» (0+)  
17.15 «Сказочный патруль». (0+)  
18.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
19.00 «Смешарики». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)  
21.20 «Лунтик». (0+)  
22.00 «Карбот». (6+)  
22.30 «Дикие скричеры!» (6+)  
22.55 «Гризли и лемминги». (6+)  
00.00 «Элвин и бурундуки». (6+)  
01.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)  
02.00 «Эмми и Гуру». (0+)  
03.00 «Енотки. Первые слова». (0+)  
04.00 «Улётная доставка». (0+)

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)  
07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+)  
07.30 «Машинки Мокаса». (0+)  
08.00, 11.05, 19.00, 23.30, 04.30 «Барбоскины». (0+)  
08.25, 13.30 «Маша и Медведь». (0+)  
09.00, 20.00 «Сказочный патруль». (0+)  
09.25 «Геройчики. Страшный праздник». (0+)  
10.00, 22.00 «Фиксики». (0+)  
10.30 «Четверо в кубе». (0+)  
11.45 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
13.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)  
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)  
15.15 «Мотофайтеры». (6+)  
15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
17.00 «Простоквашино». (0+)  
17.25 «Чик-Чикино». (0+)  
18.00 «Фиксики. Дай пять! Паутина». (0+)  
19.25, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
20.40 Сказка на ночь. «Цветяшки! Вкусные истории», «Машины сказки». (0+)  
21.15 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+)  
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)  
23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу. Кукла раздора». (0+)  
00.00 «Куми-куми 12+»  
00.30 «Буба». (6+)  
01.35 «Котики, вперед!» (0+)  
02.25 «Смешарики». (0+)  
03.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)  
04.00 «Геройчики». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

04.00 Историада. (12+)  
04.55 «Прорыв». Историко-художественная панорама. (12+)  
05.30, 09.45, 13.30 Мемориалы России. (12+)  
06.00, 17.50 Семь дней истории. (12+)  
06.10, 21.40 Книжные аллеи. (12+)  
06.40 История российских кадетских корпусов. (6+)  
07.10 В поисках Византии. (12+)  
08.00 Школа русских побед. (12+)  
08.45 Артековский закат. (12+)  
10.15 Суверенное государство Российское. (12+)  
10.55, 11.25 Народный фронт Победы. (12+)  
12.00 Карибский кризис. Последствие. (12+)  
12.55 Легенды науки. (12+)  
14.00 Обыкновенная история. (6+)  
14.10 Судьба одного химика. (12+)  
14.55 Последние свидетели. (12+)  
16.00 Архивы истории (12+)  
16.15 Ступени Победы (12+)  
17.00 Тайное становится явным. (12+)  
17.15 Россия. Связь времен. (12+)  
17.55 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)  
18.45 Герои подполья. (12+)  
19.00 Соперничество. Русские французы. (12+)  
20.00, 20.50 Без срока давности. (16+)  
22.15 Не дожидетесь! (12+)  
23.05 Испанская кровь. (12+)

VJU HISTORY

06.00 Последние голоса Первой мировой войны. (16+)  
06.50 100 чудес света. (16+)  
07.45, 08.45 Великолепные памятники Франции. (12+)  
09.45 Настоящая история викингов: Рассвет викингов в долине королей. (12+)  
10.35 Настоящая история викингов: Работогровля викингов. (12+)  
11.30 Карты убийств: Перестрелка на Сидней-Стрит. (16+)  
12.20 Загадки планеты Земля. (16+)  
13.10 Как убили Джона Кеннеди. (16+)  
15.15 Две сестры. (16+)  
16.10, 17.10 Великолепные памятники Франции. (12+)  
18.10, 19.10 Меч из огня. (12+)  
20.05 Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+)  
21.00 Загадки планеты Земля. (16+)  
21.50, 22.45 48 часов до победы. (16+)  
23.40, 00.40 Великолепные памятники Франции. (12+)  
01.35 Настоящая история викингов: Рассвет викингов в долине королей. (12+)  
02.25 Настоящая история викингов: Работогровля викингов. (12+)  
03.10 Карты убийств. (16+)  
03.55 Загадки планеты Земля. (16+)  
04.40 Древняя история Сибири. (12+)

ДОКТОР

06.00, 11.10, 18.50, 02.20 О самом главном. Симптоматический синдром. (12+)  
06.50, 07.20 На приеме у доктора Ямщиковой. (12+)  
07.50 Доктор на работе. (12+)  
10.45 Медицинский репортёр. Чем рискуют медсестры на работе. (12+)  
12.10 На приеме у психолога. Несчастливая любовь. (12+)  
12.40 На приеме у психолога. Защита от манипуляций. (12+)  
13.05 Тайны мозга. Механизм эмоций. (12+)  
14.05 О самом главном. Польза имбиря. (12+)  
15.00 Доктор на работе. Прямой эфир  
17.55 «Навидеоидно». (12+)  
18.20 На приеме у доктора Сыченикова. (12+)  
19.50, 05.05 От первого лица. Ирина Роднина. Как воспитать чемпиона? (12+)  
20.20, 05.30 От первого лица. Максим Скулачёв. Как победить старость? (12+)  
20.45, 03.15 Большой скачок. Микробиота: на страже здоровья. (12+)  
21.15, 03.40 Большой скачок. Доктор на работе (12+)  
21.45 О самом главном. Всё о каше. (12+)  
22.40 Доктор на работе (12+)  
01.35 Эпоха антибиотиков. (12+)  
04.10 Большой скачок. (12+)



РОССИЯ К  
Культура

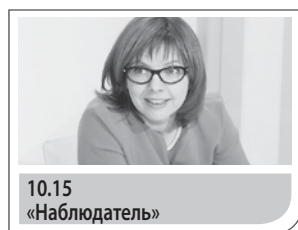
ТВЦ

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5-й КАНАЛ

ГУБЕРНИЯ  
ВОРОНЕЖ



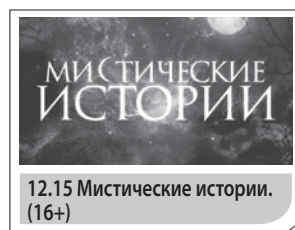
10.15  
«Наблюдатель»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Черные дыры. Белые пятна
- 07.50 «Невский ковчег»
- 08.20 «Почерк эпохи» с Кириллом Яро»
- 08.45 «МЕРТВЫЕ ДУШИ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.15 XX век
- 13.00 «Мальчики державы»
- 13.30 Эпизоды
- 14.10 «ПУТЕШЕСТВИЕ МИССИС ШЕЛТОН»
- 15.50 «Агора»
- 17.15 80 лет со дня рождения Владимира Крайнева
- 18.40 «Рассказы из русской истории»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.05 «Свидетели времени»
- 21.45 «Сати. Нескучная классика...»
- 00.15 «ПОРУС»
- 02.20 «Роман в камне»



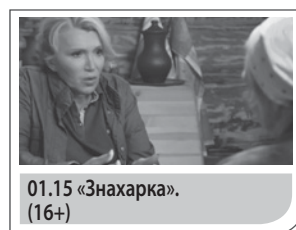
13.40 «Мой герой». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 04.55 «Актёрские судьбы». (16+)
- 08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
- 10.40 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 10.55 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СИННИЧКА». (16+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 03.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ЯБЛОНЯ РАЗДОРА». (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Клеймо Гайдая». (16+)
- 18.10 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 22.35 Специальный репортаж. (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.45 «90-е». (16+)
- 01.30 «Иван Бортник. Злой мальчик». (16+)



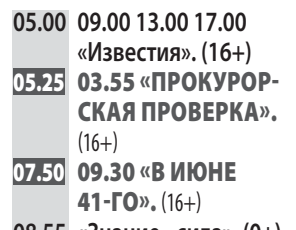
12.15 Мистические истории. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.35 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 11.00 Знаки судьбы. (16+)
- 12.15 Мистические истории. (16+)
- 13.30 Кадони шоу. (16+)
- 14.35 Гадалка. (16+)
- 16.15 «Слепая». (16+)
- 18.05 «КАРПОВ». (16+)
- Зотов заставляет Вадима сотрудничать, угрожая посадить его пасынка. Вадим с микрофоном должен получить признания Карпова в убийстве Юры.
- 21.00 «МАЖОР». (16+)
- 23.15 «БЛИЗНЕЦЫ-ДРАКОНЫ». (16+)
- 01.30 «ПЕРЕВОД НЕ ТРЕБУЕТСЯ». (16+)
- 03.00 Дневник экстрасенса с Дарией Воскобоевой. (16+)
- 05.15 «Мультфильмы». (0+)



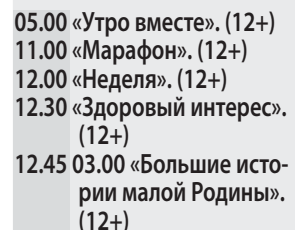
01.15 «Знахарка». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.15 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «СЕМЕЙНЫЕ ПРИЗРАКИ». (16+)
- 23.05 «Понять. Простить». (16+)
- 01.15 «Знахарка». (16+)
- 01.50 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)
- 04.20 Давай разведёмся! (16+)



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

- 05.25 03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 07.50 09.30 «В ИЮНЕ 41-ГО». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 12.40 13.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
- 17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.20 13.25 01.00 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ». (12+)
- 13.40 15.05 17.15 04.00 «РАЗВЕДЧИКИ». (16+)
- 18.00 «Ленинград. Снять блокаду». (16+)
- 18.50 19.55 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.25 Сыновья уходят в бой. (12+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «КАДКИНА ВСЯКИЙ ЗНАЕТ». (12+)



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 12.45 03.00 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 13.15 18.15 «Актуальное интервью». (12+)
- 13.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ЗАСТУПНИКИ». (16+)
- 16.30 «ПАРФЮМЕРША 2». (16+)
- 17.30 «Собрание сочинений». (12+)
- 17.45 «Территория успеха». (12+)
- 18.45 22.45 01.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.30 «Спортивная семья». (12+)
- 22.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 23.00 «КАНИКУЛЫ ДЖОЙ». (16+)
- 03.30 «Документальное кино». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.00 10.05 13.55 15.45 Новости
- 07.05 19.00 21.25 23.45 Все на Матч!
- 10.10 Лица страны. (12+)
- 10.30 «Вы это видели». (12+)
- 11.35 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
- 12.35 Смешанные единоборства. Э. Бланчфилд - М. Фирот. UFC. Трансляция из США. (16+)
- 14.00 «Есть тема!»
- 15.25 Специальный репортаж. (12+)
- 15.50 «Громко»
- 16.55 Футбол. «Кубань» (Краснодар) - «Динамо» (Махачкала). Первая Лига
- 19.25 Баскетбол. ЦСКА - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). Единая лига ВТБ
- 21.45 Футбол. «Интер» - «Эмполи». Чемпионат Италии
- 00.30 Фрирайд. Мировой тур. (6+)
- 01.00 География спорта. (12+)
- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. 1/4 финала. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 05.30 «Что за спорт?»
- 08.25 09.10 16.00 16.15 16.45 21.50 02.15 04.50 Спецрепортаж. (12+)
- 08.55 Лица страны. (12+)
- 09.30 01.45 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 10.05 11.35 02.30 Биатлон. Чемпионат России. (0+)
- 12.30 География спорта. (12+)
- 13.05 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 14.30 «Спортивный интерес». (12+)
- 14.55 «Магия большого спорта». (12+)
- 15.25 01.15 05.05 Неделя КХЛ. (12+)
- 17.05 23.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 20.50 «Громко». (12+)
- 22.10 «Есть тема!» (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.30 «ЭСПЕН В КОРОЛЕВСТВЕ ТРОЛЛЕЙ». (6+)
- 07.05 «ЭСПЕН В ПОИСКАХ ЗОЛОТОГО ЗАМКА». (6+)
- 09.05 «Я СРАЖАЮСЬ С ВЕЛИКАНАМИ». (12+)
- 11.05 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ». (16+)
- 12.55 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+)
- 14.55 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ 3.0». (16+)
- 16.40 «ТУТСИ». (16+)
- 19.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (16+)
- 21.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-3». (16+)
- 23.05 «ВИДИМОСТЬ ГНЕВА». (16+)
- 01.20 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)
- 03.20 «ДЖЕЙН Эйр». (12+)
- 05.15 Мультсериал. (6+)
- 05.30 «Фин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.05 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.55 «ЕЛКИ ЛОХМАТЫЕ». (6+)
- 09.30 «ЕЛКИ-8». (6+)
- 11.10 «ЕЛКИ-9». (12+)
- 13.10 «АВАНТЮРИСТЫ». (12+)
- 15.00 «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!». (16+)
- 17.00 17.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.55 «ЕЛКИ». (12+)
- 20.35 «ДЕНЬ ДУРАКА». (16+)
- 22.25 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)
- 00.05 «ГРЕЦКИЙ ОРЕШЕК». (16+)
- 01.40 «ДРУГ НА ПРОДАЖУ». (16+)
- 03.20 «ОН - ДРАКОН». (12+)
- 05.00 Мультфильм. (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.50 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- 03.20 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 05.05 «КАК ЗНАТЬ». (16+)
- 07.25 «КАК ВЫЖИТЬ БЕЗ СМАРТФОНА». (18+)
- 09.10 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 11.10 «СЕКС ПО ДРУЖБЕ». (16+)
- 13.10 «ДОМАШНЕЕ ВИДЕО». (18+)
- 14.55 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (18+)
- 17.20 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- Боевик, приключения
- 19.30 «НЯНЬКИ». (12+)
- 21.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 23.20 «ТРЕТИЙ НЕ ЛИШНИЙ». (18+)
- 07.15 Мультфильмы. (0+)
- 08.25 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)
- 09.40 «ВАЛЕНТИНА». (16+)
- 11.25 «ОТСТАВНОЙ КОЗЫ БАРАБАНЩИК». (12+)
- 12.45 «ПРО БИЗНЕСМЕНА ФОМУ». (12+)
- 14.15 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА». (12+)
- 16.05 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?». (16+)
- 17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)
- 19.45 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+)
- 21.30 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)
- 23.55 «НЕ СТРЕЛЯЙТЕ В БЕЛЫХ ЛЕБЕДЕЙ». (12+)
- 02.15 «НА ЯСНЫЙ ОГОНЬ». (16+)
- 03.40 «ВОЗВРАТА НЕТ». (16+)
- 05.15 «СЛУГА». (18+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА-8». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2012 г. В ролях: Мария Порошина, Ярослав Бойко
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВЕТЕР В ЛИЦО». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ГРИГОРИЙ Р.» (18+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ОСТРОВ НЕУЖУБНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЗНАК ИСТИННОГО ПУТИ». (16+)
- Сериал. Триллер, детектив, Россия, 2012 г. В ролях: Валентина Талызина, Алексей Секирин, Алла Захарова, Алексей Рахманов

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «МАРГОША». (16+)
- 13.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Сеня и Федя решили открыть собственный бизнес - закусную на колесах. Совместная работа не ладится с первого дня...
- 16.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Шеф-повар Виктор Барин ушёл на пенсию, а Элеонора Андреевна встретила мужчину своей мечты. Михаил Джекович по-прежнему отвечает за порядок в «Элеоне», шеф-повар ресторана «Victor» назначили Сеню...
- 21.55 «ДЫЛДЫ». (16+)
- 01.05 6 кадров. (16+)
- 03.50 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «В 6 ЧАСОВ ВЕЧЕРА ПОСЛЕ ВОЙНЫ». (6+)
- 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Рахманинов. Колокольный звон русской души. (0+)
- 12.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.00, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
- 13.55, 15.15 «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВНУЧКОЙ». 1-2 серии. (12+)
- 16.40 «СЫН ПОЛКА». 1 серия. (12+)
- 18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 21.00, 03.55 Старица Сепфора. Во тьме увидеть свет. (0+)
- 22.00, 22.35, 03.25 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Апокалипсис. Глава 10. (16+)
- 00.05 Прямая линия жизни. (16+)
- 00.55 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 01.45 Глобус православия с Марией Бутиной. (12+)
- 02.35 Во что мы верим. (0+)
- 04.40 Путешествие к сердцу дворцов. (0+)

Православный календарь

1 апреля  
Седмица 3-я Великого поста. Глас 2. Мчч. Хрисанфа и Дарии и с ними мчч. Клавдия трибуна, Иларию, жены его, Иасона и Мавра, сынов их, Диодора пресвитера и Мариана диакона.



Прав. Софии, кн. Случкой. Прп. Симеона Псково-Печерского. Мчч. Панхария. Прп. Вассы Псково-Печерской. Прп. Иннокентия Комельского, Вологодского. Прп. Симеона Дайбабского (Серб.). Исп. Иоанна. Прмц. Матроны. Иконы Божией Матери, именуемой «Умиление», Смоленской.

Великий пост.  
« Бог есть любовь, следовательно, отвержение любви или злопамятство есть отречение от Бога». Свт. Игнатий Брянчанинов

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Чарт Золотой граммофон Русского Радио. (16+)
- 10.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00 ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 12.30 Топ-30. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.30 10 самых! (16+)
- 16.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 17.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20, 18.55 10 самых! (16+)
- 19.20 Знаешь ли ты? (16+)
- 20.20 Сплетни-шейкер. (16+)
- 21.00 Хой... жив Все тайны «Сектора Газа». (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 Хиты по-русски. (16+)
- 23.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (18+)
- 01.30 Топ-30. (16+)
- 03.30 Караокинг. (16+)



1 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 <p>09.20 «АнтиФейк». (16+)</p>	 <p>09.55 О самом главном. (12+)</p>	 <p>08.25 «ПЁС». (16+)</p>	 <p>12.05 Уральские пельмени. (16+)</p>	 <p>02.05 «Я тебе не верю». (16+)</p>	 <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p>			
<p>05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «АнтиФейк». (16+) 10.00 «Жить здорово!» (16+) 10.50 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Премьера. «Давай поженемся!» (16+) 16.05 «Мужское / Женское». (16+) 17.00 18.30 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+) 21.00 «Время» 22.00 «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 00.00 Подкаст.Лаб. (16+) 03.00 Новости</p>	<p>05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «Наши». (12+) 16.00 Вести 16.30 «Малахов». (16+) 17.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «НЕУКРОТИМАЯ НЕУПОКОЕВА». (16+) После успешного завершения дела Гордеевой Зое предлагают стать следователем. Новую работу ей приходится совмещать с воспитанием племянников, которые теперь живут вместе с ней. 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+) 03.50 «МОРОЗОВА». (16+)</p>	<p>04.50 «ЛЕГАВАЙ». (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ПЁС». (16+) 10.00 «Сегодня» 10.35 «ПЁС». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.00 «Сегодня» 16.45 «За гранью». (16+) 17.50 «ДНК». (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+) Чагин рассказывает Жуку подробности о поездке в лес, где он нашел кострище. Он выясняет, что Габи приехала к ресторану «Двор», пересела в машину и исчезла. 22.15 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+) 23.35 «Сегодня» 00.00 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+) 02.45 «МЕЧ». (16+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+) 06.30 «Машины страшилки». (0+) 06.40 «Маша и Медведь». (0+) 08.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+) 11.00 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+) 12.05 Уральские пельмени. (16+) 12.35 «Пришельцы в доме». (6+) 14.20 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+) 16.50 «ЦИРК». (16+) 21.35 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». (16+) 00.00 «КРУЧЕ НЕКУДА». (16+) 02.00 «ХРОНИКИ ХУАДУ: ЛЕЗВИЕ РОЗЫ». (18+) 03.40 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+) 05.15 «Мультфильмы». (16+) 05.50 Ералаш. (0+)</p>	<p>07.00 «Утро ТНТ». (16+) 09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+) 09.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+) 19.00 «КАЗАЧОК». (16+) Назар пытается учинить расправу над Степой. Его спасает дочка Атамана Аленка, объясняя казакам, что Степа спас ее во время нападения крымчаков. Атаман принимает решение сохранить ему жизнь и отдать на «воспитание» в семью казака Чурилы, который должен научить его казацкой мудрости. 21.00 «1+1». (16+) 23.15 «Это нормально?» (18+) 00.15 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+) 02.05 «Я тебе не верю». (16+) 02.50 «Импровизация. Команды». (16+) 04.30 Студия «Союз». (16+) 06.00 «Импровизация». (16+)</p>	<p>05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.10 «Тайны Чапмана». (16+) 20.00 «ПРЕСТУПНИК». (16+) 22.05 «Смотреть всем!» (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 «ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ». (16+)</p>			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
<p>05.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+) 06.40 Пятница News. (16+) 07.20 Секреты на кухне. (16+) 08.20 Черный список. (16+) 09.10 Битва шефов. (16+) 11.30 Адский шеф. (16+) 14.40 Битва шефов. (16+) 19.00 Кондитер. Дети. (12+) 20.20 Битва шефов. (16+) 22.30 Молодые ножи. (16+) 00.00 «ДЕВИЧИЙ ИСТОЧНИК». (18+) 01.20 Пятница News. (16+) 01.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+) 03.30 «Гонка жизни». (16+) 04.00 Пятница News. (16+)</p>	<p>06.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.20 Дорожные войны. (16+) 09.10 «СОЛДАТЫ». (16+) 14.30 Притворщики. (16+) 16.30 Улётное видео. (16+) 19.00 Решала. (16+) 21.00 Охотники. (16+) 22.20 Антиматия. (16+) 23.00 Заступницы. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 02.40 Решала. (16+) 05.10 За гранью реального. (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТРАЖЕНИЕ 10.10 11.05 20.40 «ОТРАЖЕНИЕ РАДУГИ». (16+) 12.00 «Вспомнить всё». (12+) 15.10 «ГОРОД ЗЕРО». (16+) 17.00 «Такие разные». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 18.15 «Вечер вместе». (12+) 22.25 «УСПЕХ». (12+) 23.55 «Фильм Нуар». (12+) 00.40 «Первая помощь». (12+) 01.50 ОТРАЖЕНИЕ. Главное. (12+) 04.50 «За дело!» (12+)</p>	<p>04.25 «Путь к Победе» (16+) 05.20 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+) 07.30 «КРИК ТИШИНЫ». (12+) 09.15 «У КАЖДОГО СВОЯ ВОЙНА». (16+) История простых замоскворецких пацанов, на детство и отрочество которых выпала война и послевоенный быт с коммуналками, нищетой, царящими вокруг насилием и несправедливостью. Отец Борки - контуженый сразу после Победы орденсец... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+) 02.55 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)</p>
Ю	МИР	ПОБЕДА	ПОБЕДА
<p>05.20 «Маша и Медведь». (0+) 08.25 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+) 10.40 «Моя свекровь - монстр». (16+) 13.55 «Супермама». (16+) 17.25 «Ждули». (16+) 19.40 «Я стесняюсь своего тела». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «СЕМЬЯ». (16+) Глава криминальной элиты Аслан случайно знакомится с психологом Девин. Девушка начинает консультировать Аслана, и вскоре у них возникает чувства друг к другу, но жизнь герою усложняет его влиятельная семья. 03.30 «Моя свекровь - монстр». (16+)</p>	<p>05.00, 06.25 «СЛАБОЕ ЗВЕНО». (16+) 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости 06.15 Сделано в Содружестве. (12+) 08.15, 10.10 «СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА». (16+) 13.15 Мировое соглашение. (16+) 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+) 16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+) 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 18.50 Игра в кино. (16+) 22.25 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (16+) 00.05 Наше кино. (16+) 01.10 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ». (16+)</p>	<p>04.25 «Путь к Победе» (16+) 05.20 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+) 07.30 «КРИК ТИШИНЫ». (12+) 09.15 «У КАЖДОГО СВОЯ ВОЙНА». (16+) История простых замоскворецких пацанов, на детство и отрочество которых выпала война и послевоенный быт с коммуналками, нищетой, царящими вокруг насилием и несправедливостью. Отец Борки - контуженый сразу после Победы орденсец... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+) 02.55 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)</p>	<p>04.25 «Путь к Победе» (16+) 05.20 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+) 07.30 «КРИК ТИШИНЫ». (12+) 09.15 «У КАЖДОГО СВОЯ ВОЙНА». (16+) История простых замоскворецких пацанов, на детство и отрочество которых выпала война и послевоенный быт с коммуналками, нищетой, царящими вокруг насилием и несправедливостью. Отец Борки - контуженый сразу после Победы орденсец... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+) 02.55 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)</p>

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». «Котики, вперед!» «Три кота». «Буба». (6+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+) 07.50 «Робокар Поли и его друзья». (0+) 08.25 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+) 08.55 «Котёнок Шмяк». (0+) 10.45 «Это супер!» (0+) 11.10 «Диностер». (6+) 11.40 «Фиксики». (0+) 13.35 «Инфинити Надо». (6+) 14.10 «Тобот». (6+) 14.30 «Навигатор. Новости». (0+) 14.50 «Смешарики. Пин-код». (6+) 16.00 Час «Союзмультфильма». (6+) 17.00 «Цветняшки!» (0+) 17.15 «Сказочный патруль». (0+) 18.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 19.00 «Оранжевая корова». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.20 «Лунтик». (0+) 22.00 «Карбот». (6+) 22.30 «Дикае скричеры!» (6+) 22.55 «Гризли и лемминги». (6+) 00.00 «Элвин и бурундуки». (6+) 01.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 02.00 «Эмми и Гуру». (0+) 03.00 «Енотки. Первые слова». (0+) 04.00 «Улётная доставка». (0+)</p>	<p>06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+) 07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+) 07.30 «Машины Мока». (0+) 08.00, 11.05, 19.00, 23.30, 04.30 «Барбоскины». (0+) 08.25, 13.30 «Маша и Медведь». (0+) 09.00, 20.00 «Сказочный патруль». (0+) 09.25, 04.00 «Геройчики». (0+) 10.00, 18.00, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+) 10.30 «Четверо в кубе». (0+) 11.45 «Школьный автобус Гордон». (0+) 13.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+) 15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+) 15.15 «Мотофайтеры». (6+) 15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 17.00 «Простоквашино». (0+) 17.25 «Чик-Чирикано». (0+) 19.25, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.40 Сказка на ночь. «Цветняшки! Загадочные истории», «Машины сказки». (0+) 21.15 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+) 22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+) 23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+) 00.00 «Куми-куми 12+» 00.30 «Буба». (6+) 01.35 «Котики, вперед!» (0+) 02.30 «Смешарики». (0+) 03.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+) 05.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)</p>	<p>06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+) 07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+) 07.30 «Машины Мока». (0+) 08.00, 11.05, 19.00, 23.30, 04.30 «Барбоскины». (0+) 08.25, 13.30 «Маша и Медведь». (0+) 09.00, 20.00 «Сказочный патруль». (0+) 09.25, 04.00 «Геройчики». (0+) 10.00, 18.00, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+) 10.30 «Четверо в кубе». (0+) 11.45 «Школьный автобус Гордон». (0+) 13.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+) 15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+) 15.15 «Мотофайтеры». (6+) 15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 17.00 «Простоквашино». (0+) 17.25 «Чик-Чирикано». (0+) 19.25, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.40 Сказка на ночь. «Цветняшки! Загадочные истории», «Машины сказки». (0+) 21.15 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+) 22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+) 23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+) 00.00 «Куми-куми 12+» 00.30 «Буба». (6+) 01.35 «Котики, вперед!» (0+) 02.30 «Смешарики». (0+) 03.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+) 05.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ДОКТОР
<p>01.30, 05.45, 09.30, 13.35, 22.05 Мемориалы России. (12+) 02.00, 17.45 Семь дней истории. (12+) 02.10 Книжные аллеи. (12+) 02.40 История российских кадетских корпусов. (6+) 03.10 В поисках Византии. (12+) 04.00 Школа русских побед. (12+) 04.45 Артековский закат. (12+) 06.15 Суверенное государство Российской. (12+) 06.55, 07.25, 12.00 Народный фронт Победы. (12+) 08.00 Карибский кризис. Последствия. (12+) 08.55, 13.00 Легенды науки. (12+) 10.00 Обыкновенная история. (6+) 10.10 Судьба одного химика. (12+) 10.55 Последние свидетели. (12+) 12.30 Народовластие. (12+) 14.05 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+) 15.00 Сопrotивление. Русские французы. (12+) 16.00 Архивы истории (12+) 16.15 Ступени Победы (12+) 17.00 Тайное становится явным. (12+) 17.15 Россия. Связь времен. (12+) 17.55 Россия научная. Великие имена. (12+) 18.15 Не дожидесь! (12+) 19.05 Испанская кровь. (12+) 20.00 Секреты истории (16+) 22.40 Пешком по Москве. (6+) 22.55 Экспозиция войны. (12+)</p>	<p>06.00 Маутхаузен: лагерь невоzврата. (16+) 06.55 100 чудес света. (16+) 07.55, 08.55 Великолепные памятники Франции. (12+) 09.55, 10.50 Меч из огня. (12+) 11.45 Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+) 12.35 Загадки планеты Земля. (16+) 13.25 100 чудес света. (16+) 14.25 Роберт Кеннеди - несостоявшийся президент США. (16+) 15.20 Две сестры. (16+) 16.10, 17.05 Великолепные памятники Франции. (12+) 18.05 Меч из огня. (12+) 19.05 Рассвет древних цивилизаций: Карфаген. (12+) 20.05 Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пивака. (12+) 21.00 Загадки планеты Земля. (16+) 21.50 48 часов до победы. (16+) 22.45 Маутхаузен: лагерь невоzврата. (16+) 23.45, 00.45 Великолепные памятники Франции. (12+) 01.40, 02.30 Меч из огня. (12+) 03.20 Очень странные экспонаты: Скарабей, ковчег и скала. (12+) 04.10 Загадки планеты Земля. (16+) 04.50 48 часов до победы. (16+)</p>	<p>06.00, 11.15, 18.50, 02.25 О самом главном. Как уберечь пожилого от падений? (12+) 06.55 На приеме у психолога. Несчастливая любовь. (12+) 07.20 На приеме у психолога. Защита от манипуляций. (12+) 07.50 Доктор на работе. Лучшее. (12+) 10.45 #Навидеовидно. (12+) 12.10 От первого лица. Ирина Роднина. Как воспитать чемпиона? (12+) 12.40 От первого лица. Максим Скулачёв. Как победить старость? (12+) 13.10 Тайны мозга. Стадия строительства. (12+) 14.05 О самом главном. Всё о каше. (12+) 15.00 Доктор на работе. Прямой эфир 17.55 Большой скачок. Антибиотики. (12+) 18.20 Большой скачок. Микробиота: на страже здоровья. (12+) 19.50, 05.05 Скажите, доктор! Заболевание молочных желез. (12+) 20.15, 05.30 Скажите, доктор! Бесплодие. (12+) 20.45, 03.20 Медицинский репортёр. (12+) 21.15, 04.10 Проздоровье. Стыд, вина, обиды. (12+) 21.45 О самом главном. (12+) 22.40 Доктор на работе (12+) 01.30 Генетический код. (12+) 03.45 Медицинский репортёр. Чем рискует медсестры на работе. (12+)</p>	

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



РОССИЯ К  
Культура



13.30 «ПОРУС»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 15.15 «Пастер и Кох»
- 07.55 «Забытое ремесло»
- 08.10 «Почерк эпохи»
- 08.40 22.30 «МЕРТВЫЕ ДУШИ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 00.00 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.15 XX век
- 13.00 «Мальчики державы»
- 13.30 00.15 «ПОРУС»
- 14.35 Эпизоды
- 16.15 «Сати. Нескучная классика...»
- 17.15 «Коллекция»
- 17.45 Рахманиновские дни. Николай Луганский. Концертный зал имени П.И. Чайковского. 2023 год
- 18.45 Больше, чем любовь
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.05 Искусственный отбор
- 21.45 «Белая студия»
- 02.30 «Роман в камне»

ТВЦ



22.35 «Закон и порядок». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
- 10.40 02.05 «Гипноз и эстрада». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СИНИЧКА». (16+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 03.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: МЕСТЬ ЧЕРНОБОГА». (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Метр с кепкой». (16+)
- 18.10 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Война со звёздным папой». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Тайная комната. Кейтгейт». (18+)
- 01.25 «Неидеальные звёзды». (16+)

ТВ-3



21.00 «МАЖОР». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.35 16.15 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 10.00 14.35 Гадалка. (16+)
- 11.00 Знаки судьбы. (16+)
- 12.15 Мистические истории. (16+)
- 13.15 «Старец». (16+)
- 18.05 «КАРПОВ». (16+)
- Карпов берется за расследование убийства одинокой женщины, которая играла в детских спектаклях. Света благодаря посещениям психотерапевта постепенно восстанавливает в памяти события той злополучной ночи, когда Карпов выстрелил в нее.
- 21.00 «МАЖОР». (16+)
- 23.15 «ПРОФЕССИОНАЛ». (18+)
- 01.30 «ПЕРЕВОД НЕ ТРЕБУЕТСЯ». (16+)
- 03.00 Дневник экстрасенса. (16+)

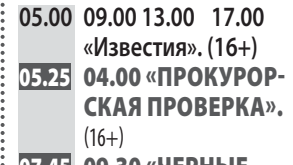
ДОМАШНИЙ



07.25 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.30 «Порча». (16+)
- 12.50 «Знахарка». (16+)
- 13.25 «Верну любимого». (16+)
- 14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.35 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «СЕМЕЙНЫЕ ПРИЗРАКИ». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 01.30 «Знахарка». (16+)
- 02.00 «Верну любимого». (16+)
- 02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.50 Тест на отцовство. (16+)
- 04.30 Давай разведёмся! (16+)

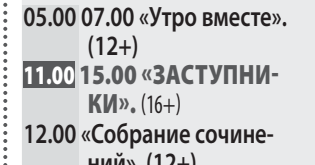
5-й КАНАЛ



07.25 Давай разведёмся! (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.25 04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 07.45 09.30 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 08.20 «Страна советов». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 12.40 13.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
- 17.30 02.45 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ЗАСТУПНИКИ». (16+)
- 12.00 «Собрание сочинений». (12+)
- 12.15 00.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 12.30 «Спортивная семья». (12+)
- 12.45 18.00 «Депутатский журнал». (12+)
- 13.00 16.30 «ПАРФЮМЕРША 2». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 03.00 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.30 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 00.15 «Футбол губернии». (12+)
- 22.00 «Документальное кино». (12+)
- 23.00 «Я ЗНАЮ, КАК СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ!». (16+)
- 01.00 «Дискуссионный клуб ТВ Губернии». (12+)

ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.20 13.25 01.00 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ». (12+)
- 13.40 15.05 17.15 04.00 «РАЗВЕДЧИКИ». (16+)
- 18.00 «Ленинград». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 «КАЗАЧЬЯ ЗАСТАВА». (12+)
- 02.05 «КАДКИНА ВСЯКИЙ ЗНАЕТ». (12+)

СПОРТ

- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Наши иностранцы». (12+)
- 07.00 10.05 15.45 Новости
- 07.05 15.00 16.50 19.30 22.00 00.30 Все на Матч!
- 10.10 15.25 Специальный репортаж. (12+)
- 10.30 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Финал. Спринт
- 15.50 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
- 17.15 Футбол. «СКА-Хабаровск» - «Динамо» (Москва). FONBET Кубок России. 1/4 финала
- 19.45 Футбол. «Химки» (Московская область) - «Ростов» (Ростов-на-Дону). FONBET Кубок России. 1/4 финала
- 23.00 Дартс. OLMPIBET Международная лига. Тур 3
- 01.00 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 01.30 Баскетбол. ЦСКА - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). Единая лига ВТБ. (6+)
- 06.00 13.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 «Громко». (12+)
- 08.50 04.50 Лица страны. (12+)
- 09.05 12.30 16.00 20.55 02.15 Спецрепортаж. (12+)
- 09.30 20.30 Неделя КХЛ. (12+)
- 10.05 11.00 02.30 03.25 Биатлон. Чемпионат России. (0+)
- 14.55 Что по спорту? (12+)
- 15.25 01.25 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
- 16.15 «Физрук. Будущее за настоящим». (6+)
- 16.55 23.25 Лыжные гонки. Кубок России. (0+)
- 18.55 Смешанные единоборства. (16+)
- 21.10 География спорта. (12+)
- 21.35 «Вы это видели». (12+)
- 22.25 «В поисках самой сложной трассы». (12+)
- 01.50 «Спортивный интерес». (12+)
- 05.05 «Второе дыхание». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 05.50 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (16+)
- 07.25 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (16+)
- 09.25 «ВИДИМОСТЬ ГНЕВА». (16+)
- 11.45 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
- 14.05 «ДЖЕЙН Эйр». (12+)
- 16.30 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (12+)
- 19.00 «АРТУР И МИНИПУТЫ». (12+)
- 21.05 «АРТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (6+)
- 22.55 «АРТУР И ВОЙНА ДВУХ МИРОВ». (12+)
- 00.50 «МЕМУАРЫ ГЕЙШИ». (16+)
- 03.05 «ДИАНА: ИСТОРИЯ ЛЮБВИ». (12+)
- 04.45 «СПЕНСЕР». (16+)
- 05.30 «Пин-код». «Три кота». Мультсериалы. (6+)
- 07.25 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.10 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)
- 09.50 «ЁЛКИ». (12+)
- 11.30 «ГРЕЦКИЙ ОРЕШЕК». (16+)
- 13.10 «ДЕНЬ ДУРАКА». (16+)
- 15.05 «ОН - ДРАКОН». (12+)
- 17.00, 17.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.55 «ТАЙНЫЙ САНТА». (12+)
- 20.25 «КАЛЕНДАРЬ МА(И)Я». (6+)
- 22.10 «ЁЛКИ ЛОХМАТЫЕ». (6+)
- 23.45 «МИРА». (16+)
- 01.50 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 03.25 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (12+)
- 05.10 «Кентервильское привидение». Мультфильм. (6+)
- 06.00 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 07.25 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 09.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.00 «СВАТЫ». (16+)
- 14.00 «ЗНАХАРЬ». (16+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «РОДСТВЕННИКИ». (16+)
- 23.00 «МАЖОР-3». (18+)
- Сериял. Россия, 2018 г. В ролях: Павел Прилучный, Карина Разумовская, Дмитрий Шевченко, Александр Обласов, Любовь Аксёнова
- 01.00 «БОЛЬШОЙ СНЕГ». (12+)
- 03.05 «КОНЕЦ ПРЕКРАСНОЙ ЭПОХИ». (16+)
- 04.45 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЁРА». (16+)
- 05.00 «ПРОСТУШКА». (16+)
- 02.55 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- 04.45 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 06.30 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 08.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- 10.30 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 12.10 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (12+)
- 14.10 «ДЕНЬ РАДИО». (18+)
- Комедия, Россия, 2008 г.
- 16.05 «НЯНЬКИ». (12+)
- 17.50 «СОКОРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+)
- 19.30 «БАТЯ». (16+)
- 21.00 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
- 23.05 «ШЕСТОЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
- 07.30 Мультфильм. (0+)
- 07.50 Мультфильм. (12+)
- 08.45 «СКОРЫЙ ПОЕЗД». (12+)
- 10.30 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)
- 13.30 «ИСТОРИЯ АСИ КЛЯЧИНОЙ, КОТОРАЯ ЛЮБИЛА, ДА НЕ ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)
- 15.20 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
- 18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)
- 19.50 «МИМИНО». (12+)
- 21.30 «КЛАССИК». (16+)
- 23.25 «СВОИ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)
- 01.10 «Большой-большой ребенок. Юрий Богатырев». (12+)
- 01.50 «ОСЕННИЕ СВАДЬБЫ». (12+)
- 03.05 «ВАКАНСИЯ». (12+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.00 «МАРГОША». (16+)
- Марго приходится признать Ане и самой себе, что она влюбилась в Калугина...
- 13.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Первый визит санитатора и сразу же большие проблемы...
- 17.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- В «Элеоне» важный гость - известный писатель Виктор Олегович...
- 21.55 «ДЫЛДЫ». (16+)
- Кто-то угрожает Роману расправой за отношения с Ириной, подозревая падую на Михаила...
- 01.05 6 кадров. (16+)
- 03.55 «Три кота». (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.10 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 09.00 Top15 Like FM. (16+)
- 10.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 12.00 Звёзды о звёздах. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Кто следующий? (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 20.30 Плейлист | Весна. (16+)
- 20.40 Отвратились: забытые легенды 90-х. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 Муз'итив. (16+)
- 23.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 00.30 Хиты по-русски. (18+)
- 01.30 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ЖИЛА-БЫЛА ДЕВОЧКА». (6+)
- 06.25 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Старица Сепфора. Во тьме увидит свет. (0+)
- 12.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.00, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
- 13.55 «ПРОСТИ-ПРОЩАЙ». (0+)
- 15.25, 16.45 «СЫН ПОЛКА». 1-2 серии. (12+)
- 18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 21.00 Донбасс. Битва за правду. (16+)
- 22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Апокалипсис. Глава 11. (16+)
- 00.10 Спас-стрим. (16+)
- 00.50 День Патриарха. (0+)
- 01.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 01.55 Профессор Осипов. (0+)
- 02.25 Во что мы верим. (0+)
- 03.15 Поле битвы. (16+)
- 03.45 Обитель. Кто мы? (0+)
- 04.40 Путешествие к сердцу дворцов. Зимний дворец. (0+)

Православный календарь

2 апреля  
Седмица 3-я Великого поста. Глас 2.  
Мц. Фотины (Светланы) самарянки, ее сыновей мчч. Виктора, нареченного Фотином, и Иосии; мцц. Анатолии, Фотиды, Параскевы, Кириакии, Домнины и мч. Севастиана.



Мцц. Александры, Клавдии, Евфрасии, Матроны, Иулиании, Евфимии и Феодосии. Прпп. Иоанна, Сергия, Патрикия и прочих, во обители св. Саввы убиенных. Свт. Никиты, исп., архиеп. Аполониадского. Прп. Евфросина Синозерского, Новгородского. Сщмч. Владимира пресвитера. Сщмч. Василия диакона.  
Великий пост.  
«Гнев – небезопасный для всякого советник; что предпринято в гневе, то никогда не бывает благоразумно». Свт. Григорий Богослов



ПЕРВЫЙ

ЖИТЬ ЗДОРОВО!
10.00 «Жить здорово!» (16+)

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «АнтиФейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!» (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ТАКСИ ПОД ПРИБИТОМ». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 «Виктор науки». (12+)
01.25 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ

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 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «НЕУКРОТИМАЯ НЕУПОКОЕВА». (16+)
На свалке рабочие обнаруживают труп мужчины с ужасающей деталью - вырезанным на теле смайликом. Перед смертью его пытали, нанесли множественные ножевые ранения таким образом, чтобы он как можно дольше не умирал.
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

НТВ

08.25 «ПЁС». (12+)

04.55 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)
Зоя Шентис рассказывает, что делала алиби бывшей жене депутата Сельдина. Сельдин забирает из полиции заявление Зои, и Чагина выпускают.
22.15 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+)
02.45 «МЕЧ». (16+)

СТС

05.10 «6 кадров». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Машины страшилки». (0+)
06.40 «Маша и Медведь». (0+)
08.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
11.00 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
12.05 Уральские пельмени. (16+)
13.05 «Коати. Легенда джунглей». (6+)
14.55 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». (16+)
17.15 «ЦИРК». (16+)
21.35 «МЕДАЛЬОН». (16+)
23.35 «СКОРОСТЬ: АВТОБУС 657». (18+)
01.25 «НАЧАТЬ СНАЧАЛА». (12+)
03.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
05.10 «6 кадров». (16+)
05.15 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ

09.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)

07.00 «Утро ТНТ». (16+)
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)
09.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
19.00 «КАЗАЧОК». (16+)
Казаки решают отправить гонца в Нижний Новгород к Пожарскому. Степа пытается достроить колодец и параллельно постигает казачье ремесло. В это время казак-карлик Иргай сообщает, что соседняя станица снова покусилась на их урожай.
21.00 «СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА». (16+)
23.00 «Это нормально?» (18+)
00.00 «РОДНЫЕ». (16+)
02.05 «Я тебе не верю». (16+)
02.50 «Импровизация. Команды». (16+)
04.25 Студия «Союз». (16+)
06.00 «Импровизация». (16+)

РЕН

15.00 «Засекреченные списки». (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 «Документальный спецпроект». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 03.05 «Тайны Чапмана». (16+)
20.00 «ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ». (16+)
22.00 «Смотреть всем!» (16+)
00.30 «НОЧЬ В ОСАДЕ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)
06.40 Пятница News. (16+)
07.20 Секреты на кухне. (16+)
08.00 Черный список. (16+)
09.40 Кондитер. Дети. (12+)
11.00 Адский шеф. (16+)
13.30 На ножах. (16+)
21.20 Молодые ножи. (16+)
00.00 «СКВОЗЬ ТЕМНОЕ СТЕКЛО». (18+)
01.30 Пятница News. (16+)
01.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)
03.30 «Гонка жизни». (16+)
04.00 Пятница News. (16+)
04.20 Черный список. (16+)

ЧЕ!

06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
07.20 Дорожные войны. (16+)
09.10 «СОЛДАТЫ». (16+)
14.30 Притворщики. (16+)
16.30 Улётное видео. (16+)
19.00 Решала. (16+)
21.00 Охотники. (16+)
22.00 Антимagia. (16+)
23.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Решала. (16+)
05.10 За гранью реального. (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 Отражение
10.10 «ОТРАЖЕНИЕ РАДУГИ». (16+)
11.50 «Очень личное». (12+)
15.10 «УСПЕХ». (12+)
17.00 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.40 21.30 03.45 «ЗАБЫТЫЙ». (16+)
22.25 «ГРАЧИ». (16+)
23.55 «Фильм Нуар». (12+)
00.45 Отражение. Главное. (12+)
05.30 «Книжные аллеи. Адреса и строки». (12+)

Ю

05.15 «Маша и Медведь». (0+)
08.25 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
10.35 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)
Чтобы заслужить звание победительниц проекта, невестки и свекрови должны стать одной командой и превзойти конкуренток на кухне. Невестки под строгим контролем своих свекровей будут покупать продукты, готовить обед и сервировать стол.
13.55 «Супермама». (16+)
16.40 «Мама в 16». (16+)
20.00 «Я стесняюсь своего тела». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «СЕМЬЯ». (16+)

МИР

05.00, 02.55 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
05.35, 06.25 «УБИТЬ ДРОЗДА». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
06.15 Вот такая петрушка. (12+)
10.10, 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
13.15 Мирное соглашение. (16+)
16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
22.25 «ЗАЙЧИК». (16+)
00.15 «ЕЛКИ-ПАЛКИ». (16+)
01.50 Наше кино. (16+)

ПОБЕДА

05.45 «Путь к Победе» (16+)
06.40 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)
14.00 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
В стране царят голод и разруха. Города контролируются криминальными группировками, они приходят незамеченными под покровом ночи и легко исчезают с места преступления. Банда, действующая в Ростовене-Дону, грабит продовольственный склад, но майор ОББ Егор Драгун подозревает, что это дело рук не обычных уголовников...
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
02.25 «КРАЙ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». «Котики, вперёд!» «Три котика». «Буба». (6+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)
07.50 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
08.25 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
08.55 «Три котика». (0+)
11.10 «Диностер». (6+)
11.40 «Ник-изобретатель». (0+)
13.35 «Инфинити Надо». (6+)
14.10 «Тобот». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.50 «Смешарики. Пин-код». (6+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (6+)
17.00 «Цветняшки!» (0+)
17.15 «Сказочный патруль». (0+)
18.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
19.00 «Оранжевая корова». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Лунтик». (0+)
22.00 «Карбот». (6+)
22.30 «Дикие скричеры!» (6+)
22.55 «Гризли и лемминги». (6+)
00.00 «Элвин и бурундуки». (6+)
01.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
02.00 «Эмми и Гуру». (0+)
03.00 «Енотки. Первые слова». (0+)
04.00 «Улётная доставка». (0+)

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+)
07.30 «Машины Мокас». (0+)
08.00, 11.05, 19.00, 23.30, 04.30 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00, 20.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.25, 04.00 «Геройчики». (0+)
10.00 «Фиксики. Дай пять! Паутина». (0+)
10.30 «Четверо в кубе». (0+)
11.45 «Школьный автобус Гордон». (0+)
13.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
15.15 «Мотофайтеры». (6+)
15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00 «Простоквашино». (0+)
17.25 «Чик-Чиркино». (0+)
18.00, 22.00 «Фиксики». (0+)
19.25, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.40 Сказка на ночь. «Цветняшки! Учимся решать конфликты». «Машины сказки». (0+)
21.15 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». (0+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)
23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
00.00 «Куми-куми 12+»
00.30 «Буба». (6+)
01.35 «Котики, вперед!» (0+)
02.30 «Смешарики». (0+)
03.00 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)
05.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!

00.00 Школа русских побед. (12+)
00.45 Артековский загал. (12+)
01.45, 05.30, 09.35, 17.55 Мемориалы России. (12+)
02.15 Суверенное государство Российское. (12+)
04.00 Карибский кризис. Последействие. (12+)
04.55, 09.00, 21.35 Легенды науки. (12+)
06.00 Обыкновенная история. Свет и тень. (12+)
06.10 Судьба одного химика. (12+)
06.55 Последние свидетели. (12+)
08.30 Народовластие. (12+)
10.05 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)
11.00 Соперничество. Русские французы. (12+)
12.00, 12.50 Без срока давности. (16+)
13.40 Книжные аллеи. (12+)
14.15 Не дожидесь! (12+)
15.05 Испанская кровь. (12+)
16.00 Архивы истории. (12+)
16.15 Ступени Победы. (12+)
17.00 Тайное становится явным. (12+)
17.15 Россия. Связь времен. (12+)
17.45 Семь дней истории. (12+)
18.30 Жил-был Дом. (12+)
19.00 Экспозиция войны. (12+)
20.00 Рафаэль. Князь искусства. (12+)
22.10 Великая Северная война. (12+)
22.45 Беспамятство. (12+)

HISTORY

06.10 48 часов до победы. (16+)
07.00 100 чудес света. (16+)
08.00 Древняя история Сибири. (12+)
08.30, 09.25 Великолепные памятники Франции. (12+)
10.25 Меч из огня. (12+)
11.25 Рассвет древних цивилизаций: Карфаген. (12+)
12.25 Загадки планеты Земля. (16+)
13.15 48 часов до победы. (16+)
14.10 Солдаты на собачьих упряжках. (12+)
15.10 Две сестры. (16+)
16.05 Планета сокровищ: Африка. (6+)
17.05 Планета сокровищ: Индия. (6+)
18.05 Рассвет древних цивилизаций: Германские племена. (12+)
19.05 Рассвет древних цивилизаций: Арабы. (12+)
20.05 Очень странные экспонаты: Батарея, кричащая мушкетером и железная рука. (12+)
21.00 Загадки планеты Земля. (16+)
21.50, 22.40 Испания: подготовка к войне. (16+)
23.30, 00.25 Великолепные памятники Франции. (12+)
01.25 Меч из огня. (12+)
02.15 Рассвет древних цивилизаций: Карфаген. (12+)
03.05 Очень странные экспонаты: Римляне, забытые сокровища и пивьяка. (12+)
03.55 Загадки планеты Земля. (16+)

ДОКТОР

06.00, 11.15, 18.50, 02.25 О самом главном. Воздух, животы, метеоризм. (12+)
06.55 От первого лица. Ирина Роднина. Как воспитать чемпиона? (12+)
07.25 От первого лица. Максим Скулачёв. Как победить старость? (12+)
07.55, 22.45 Доктор на работе. (12+)
10.45 Большой скачок. Антибиотик. (12+)
12.15 Скажите, доктор! Заболевания молочных желез. (12+)
12.40 Скажите, доктор! Бесплодие. (12+)
13.10 Тайны мозга. Недостающая часть. (12+)
14.05 О самом главном. Ответы на вопросы о гриппе. (12+)
15.00 Доктор на работе. Прямой эфир. (12+)
17.55 Медицинский репортёр. Чем рискуют повара и кондитеры? (12+)
18.20 Проздоровье. Стыд, вина, обида. (12+)
19.50, 05.05 Метод исследования. Заболевания сосудов. (12+)
20.20, 05.30 Метод исследования. Заболевания сердца. (12+)
20.50, 03.20 Это лечится. Астма. (12+)
21.15, 04.15 Под контролем. (12+)
21.45 О самом главном. (12+)
01.30 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
03.45 Это лечится. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



18.45 Больше,  
чем любовь

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 15.15 «Королевство»
- 07.55 18.30 «Забывшее ремесло»
- 08.10 «Почерк эпохи»
- 08.40 22.30 «МЕРТВЫЕ ДУШИ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.15 XX век
- 13.00 «Мальчики державы»
- 13.30 00.15 «ПОРУС»
- 14.35 Искусственный отбор
- 16.10 «Белая студия»
- 17.15 «Библейский сюжет»
- 17.45 Рахманиновские дни. Константин Емельянов, Александр Сладковский и Государственный симфонический оркестр Республики Татарстан. 2023 год
- 18.45 Больше, чем любовь
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 Линия жизни
- 21.45 Власть факта
- 02.25 «Роман в камне»

ТВЦ



22.35 «Хватит слухов!»  
(16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
- 10.40 02.05 «Гипноз и криминал». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СИНИЧКА-2». (16+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 03.25 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ИГОЛКА В СТОГЕ СЕНА». (16+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Жизнь как песня». (16+)
- 18.10 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 «90-е. Гудбай, Америка!» (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Приговор». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.50 «Пивной путч Адольфа Гитлера». (12+)

ТВ-3



08.35 «Слепая». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
- 08.35 16.15 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 10.00 14.35 Гадалка. (16+)
- 11.00 Знаки судьбы. (16+)
- 12.15 Мистические истории. (16+)
- 13.15 «Старец». (16+)
- 18.05 «КАРПОВ». (16+)
- 20.00 «КАРПОВ: СЕЗОН ВТОРОЙ». (16+)
- Карпов возвращается в психиатрическую клинику, где проходил принудительное лечение после срыва. Ему предстоит столкнуться с демонами прошлого и помочь молодому человеку, чью невесту незаконно удерживают в клинике.
- 21.00 «МАЖОР». (16+)
- 23.15 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». (18+)
- 01.30 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (16+)

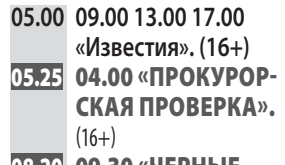
ДОМАШНИЙ



10.30 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 «Понять. Простить». (16+)
- 11.40 00.25 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.25 «Знахарка». (16+)
- 01.55 «Верну любимого». (16+)
- 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.45 Тест на отцовство. (16+)
- 04.25 Давай разведёмся! (16+)

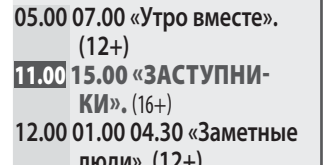
5-й КАНАЛ



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

- 05.25 04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 08.20 09.30 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 12.40 13.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
- 17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.20 13.25 01.10 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ». (12+)
- 13.40 15.05 17.15 04.00 «РАЗВЕДЧИКИ». (16+)
- 18.00 «Лучшие самолеты Сухог». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Наталей Метлиной. (12+)
- 23.15 «ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «ЗАСТУПНИКИ». (16+)
- 12.00 01.00 04.30 «Заметные люди». (12+)
- 12.30 18.30 01.30 «Футбол губернии». (12+)
- 13.00 16.30 «ПАРФЮМЕРША 2». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 14.45 «Спортивная семья». (12+)
- 17.30 04.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 00.30 «От 7 до 17». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «Формула здоровья». (12+)
- 20.30 22.30 03.30 «Легенды спорта». (12+)
- 23.00 «ПИТЕР. ЛЕТО. ЛЮБОВЬ». (16+)
- Эллиот решает кардинально изменить свою жизнь. Он отправляется в Санкт-Петербург, где живет его сводный брат Федор, с которым он никогда не виделся...

СПОРТ

- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 Фирайд. Мировой тур. (6+)
- 07.00 10.05 13.55 Новости
- 07.05 22.30 01.00 Все на Матч!
- 10.10 15.25 Специальный репортаж. (12+)
- 10.30 «Вид сверху». (12+)
- 11.00, 12.25 Лыжные гонки. Кубок России. Финал
- 14.00 «Есть тема!»
- 15.50 Футбол. «Урал» (Екатеринбург) - «Локомотив» (Москва). FONBET Кубок России. 1/4 финала
- 18.00 Футбол. «Балтика» (Калининградская область) - ЦСКА. FONBET Кубок России. 1/2 финала
- 20.15 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). FONBET Кубок России. 1/2 финала. Прямая трансляция
- 23.00 Дартс. OLIMPBET Международная лига. Тур 3. Прямая трансляция
- 01.30 «Вы это видели». (12+)
- 02.30 «Якушин. Первый среди первых». (12+)
- 06.00 23.25 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Золотой стандарт Владимира Юрзинова». (12+)
- 08.25 «7 сторон силы». (0+)
- 09.00 География спорта. (12+)
- 09.30 05.30 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
- 10.05 Дартс. Международная лига. (0+)
- 12.15 Небесная грация. (0+)
- 12.30 16.55 19.10 21.30 04.35 Спецрепортаж. (12+)
- 13.05 Смешанные единоборства. (16+)
- 14.55 19.30 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 17.10 21.45 «Вид сверху». (12+)
- 17.35 18.20 Лыжные гонки. Кубок России. (0+)
- 22.10 «Есть тема!» (16+)
- 21.15 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 03.00 03.45 Лыжные гонки. Кубок России. Финал. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 08.15 Топ чарт. (16+)
- 08.40, 15.00, 18.00, 21.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Новое Радио. (16+)
- 10.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Кто следующий? (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Битва фанклубов. (16+)
- 16.30 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 18.20, 18.55 10 самых! (16+)
- 19.20 Доктор Боль. (16+)
- 19.55 Сплетни-шейкер. (16+)
- 20.30 Плейлист | Весна. (16+)
- 20.40 На измене. (16+)
- 22.00 Хиты по-русски. (16+)
- 23.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 00.30 Муз'итив. (18+)
- 01.30 Топ-30. (16+)
- 03.10 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.30 «АРТУР И МИНИПУТЫ». (12+)
- 08.25 «АРТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (6+)
- 10.15 «АРТУР И ВОЙНА ДВУХ МИРОВ». (12+)
- 12.10 «МЕМУАРЫ ГЕЙШИ». (16+)
- 15.00 «ПРИНЦЕССА МОНАКО». (16+)
- 17.00 «МАРТОВСКИЕ ИДЫ». (16+)
- 19.00 «ДЖОБС: ИМПЕРИЯ СОБЛАЗНА». (12+)
- 21.30 «ПРЕДЕЛ РИСКА». (16+)
- Триллер, США, 2011 г.
- 23.40 «ПАРАНОЙЯ». (12+)
- 01.40 «ПРИНЦЕССА МОНАКО». (16+)
- 03.15 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)
- 05.10 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.50 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.25 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.10 «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (6+)
- 09.55 «Ёлки ЛОХМАТЫЕ». (6+)
- 11.30 «ТАЙНЫЙ САНТА». (12+)
- 13.05 «МИРА». (16+)
- 15.20 «БИТВА». (6+)
- 17.00, 17.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.55 «ВОЛКОВАД ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)
- 21.40 «1612». (16+)
- 00.30 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)
- 02.15 «ЁЛКИ-9». (12+)
- 03.50 «ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
- 06.00 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 07.30 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 09.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.00 «СВАТЫ». (16+)
- 14.00 «ЗНАХАРЬ». (16+)
- Сериал. Россия, 2018 г.
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «РОДСТВЕННИЧКИ». (16+)
- 23.00 «МАЖОР-3». (18+)
- 01.00 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!» (12+)
- 02.40 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
- 04.10 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (16+)
- 05.00, 09.30, 15.00, 04.10 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машинки страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 09.00, 14.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 17.10, 18.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 19.00, 20.00 «КАРМЕЛИТА». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)
- 23.10, 23.40 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.15 Суббота News 2024. (16+)
- 00.30, 01.20 «ЗИМОРДОК». (16+)
- 02.00 Интервью со звездами. Гарик Мартиросян. (16+)
- 03.20 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.00 «МАРГОША». (16+)
- 13.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Марина просит Сеню сыграть роль парня своей подруги Ленки, чтобы её привлекла молодой человек, с которым они недавно расстались...
- 16.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Из-за пожара отель не работает. Элеонора идёт на крайние меры для спасения «Элеона»...
- 22.00 «ДЫЛДЫ». (16+)
- Финальная игра. Перед Михаилом встает сложный выбор - кто сегодня будет играть...
- 01.10 6 кадров. (16+)
- 04.00 «Три кота». (0+)
- 07.00 Мультифильмы. (0+)
- 08.30 «СТО ДНЕЙ ПОСЛЕ ДЕТСТВА». (12+)
- 10.15 «ДВОЕ В ПУТИ». (12+)
- 11.35 «ОДИН ИЗ НАС». (16+)
- 13.30 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (12+)
- 15.00 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+)
- 16.35 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРСАГА». (12+)
- 18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)
- 19.55 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)
- 21.30 «НЕЖДАННО-НЕГАДАННО». (12+)
- 23.05 «ЛЮБОВЬ ЗЕМНАЯ». (12+)
- 00.45 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОСТЯКА». (12+)
- 02.55 «УБИТЬ ДРАКОНА». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПИРОГОВ». (0+)
- 06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Донбасс. Битва за правду. (16+)
- 12.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.00, 13.30, 13.55, 14.20 Монастырская кухня. (0+)
- 14.45 «СЫН ПОЛКА». 2 серия. (12+)
- СССР, 1981 г.
- 16.00 «ПОВОРОТ». (12+)
- СССР, 1978 г.
- 18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.55, 03.45 День Ангела. Преподобный Серафим Вырицкий. (0+)
- 21.30 Война и вера. (12+)
- 22.00, 22.35, 03.15 Поле битвы. (16+)
- 23.05 Апокалипсис. Глава 12. (16+)
- 00.15 Спас-стрим. (16+)
- 00.55 День Патриарха. (0+)
- 01.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 01.55 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 02.25 Во что мы верим. (0+)
- 04.15 Война и вера. (12+)
- 04.40 Путешествие к сердцу дворцов. (0+)

Православный календарь

3 апреля  
Седмица 3-я Великого поста. Глас 2.  
Прп. Серафима Вырицкого.



Прп. Иакова еп., исп. Свт. Кирилла, еп. Кавказского. Свт. Фомы, патриарха Константинопольского. Сщмч. Владимира Пресвитера.

Великий пост.  
«Начало безгневия есть молчание уст при смущении сердца; средина – молчание помыслов при тонком смущении души; а конец – непоколебимая тишина придыхании вражбх ветров».  
Прп. Иоанн Лествичник



ПЕРВЫЙ



05.00 «Доброе утро»

- 05.00 «Доброе утро»  
09.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «АнтиФейк». (16+)  
10.00 «Жить здорово!». (16+)  
10.50 Информационный канал. (16+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Информационный канал. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 18.30 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.10 Подкаст. Лаб. (16+)  
03.00 Новости

РОССИЯ 1



16.30 «Малахов». (16+)

- 05.00 Утро России  
09.00 Вести. Местное время  
09.30 Утро России  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 «Наши». (12+)  
16.00 Вести  
16.30 «Малахов». (16+)  
17.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.05 Вести. Местное время  
21.20 «НЕУКРОТИМАЯ НЕУПОКOEBA». (16+)  
После корпоративной вечеринки на пляже у озера находят изувеченную девушку - Карину Якушкину. Она едва жива и вскоре впадает в кому. У жертвы нет левого ботинка.  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)  
03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

НТВ



08.25 «ПЁС». (16+)

- 04.55 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)  
22.15 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (16+)  
00.55 «Поздняков». (16+)  
01.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)  
02.10 «Агентство скрытых камер». (16+)  
02.40 «МЕЧ». (16+)

СТС



06.40 «Маша и Медведь». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
06.30 «Машины страшилики». (0+)  
06.40 «Маша и Медведь». (0+)  
08.15 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
11.00 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)  
12.05 Уральские пельмени. (16+)  
13.25 «БРИЛЛИАНТОВЫЙ ПОЛИЦЕЙСКИЙ». (16+)  
15.20 «НЯНЬКИ». (16+)  
17.15 «ЦИРК». (16+)  
21.35 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)  
23.45 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)  
XIV век. В Европе свирепствует чума. Виновницей смертоносной беды признают беззащитную девушку, подозревая её в колдовстве.  
01.35 «БЛИЗНЕЦЫ». (18+)  
03.20 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)  
05.10 «Мультфильмы». (0+)  
05.50 Ералаш. (0+)

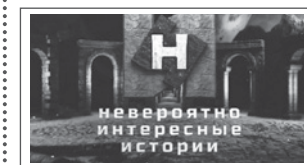
ТНТ



09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)  
09.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)  
19.00 «КАЗАЧОК». (16+)  
Стёпа узнаёт, что из-за него, его прямому предку есаулу Говору угрожает опасность, а значит и всему Стёпиному роду. Казаки получают депешу от Пожарского и решают не идти на помощь ополчению, а Стёпу из-за спора с Назаром кидают в яму. Атаман Марков объявляет о свадьбе своей дочери Алёнки с казаком Назаром.  
21.00 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)  
23.30 «Это нормально?» (18+)  
00.30 «Невеста. Экстра любовь». (16+)  
01.45 «Я тебе не верю». (16+)  
02.30 «Импровизация. Команды». (16+)  
04.05 Студия «Союз». (16+)  
05.40 «Импровизация». (16+)

REN



14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)

- 05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
10.00 «Засекреченные списки». (16+)  
11.00 «Как устроен мир». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 «Неизвестная история». (16+)  
17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ЧЕЛОВЕК-МУРАВЕЙ И ОСА». (12+)  
22.10 «Смотреть всем!» (16+)  
00.30 «ВЫЖИВШАЯ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)  
06.40 Пятница News. (16+)  
07.20 Секреты на кухне. (16+)  
08.20 Черный список. (16+)  
10.00 Черный список. (16+)  
10.50 Адский шеф. (16+)  
13.10 Четыре свадьбы. (16+)  
19.00 Большие девочки. (16+)  
22.00 Пацанки рулят. (16+)  
00.00 «ПРИЧАСТИЕ». (18+)  
01.20 Пятница News. (16+)  
01.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (16+)  
03.20 «Гонка жизни». (16+)  
03.50 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.15 «Маша и Медведь». (0+)  
08.25 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)  
10.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
13.55 «Супермама». (16+)  
16.45 «Чад из ада». (12+)  
«Чад из ада» - реалити, в котором родители избалованных мажоров-подростков обращаются за помощью, а их капризных и неуправляемых чад отправляют на 4 дня в обычные, часто многодетные семьи.  
19.45 «Я стесняюсь своего тела». (16+)  
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «СЕМЬЯ». (16+)  
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)  
06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.20 Дорожные войны. (16+)  
09.10 «СОЛДАТЫ». (16+)  
10.15 «СОЛДАТЫ-2». (16+)  
14.30 Притворщики. (16+)  
16.30 Улётное видео. (16+)  
19.00 Решала. (16+)  
21.00 Охотники. (16+)  
22.00 Антиматрица. (16+)  
23.00 Заступницы. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 Решала. (16+)  
05.10 За гранью реального. (16+)

МИР

- 05.00, 02.55 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
06.15 (Не) фантастика (12+)  
06.25, 10.10, 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
08.05, 11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
09.05, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)  
18.50 Игра в кино. (16+)  
22.25 «МИМИНО». (16+)  
00.25 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТРАЖЕНИЕ  
10.10 20.40 03.45 «ЗАБЫТЫЙ». (16+)  
12.00 «Свет и тени». (16+)  
15.10 «ПАСПОРТ». (16+)  
17.00 «Формула здоровья». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
22.25 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)  
23.55 «Фильм Нуар». (12+)  
00.45 ОТРАЖЕНИЕ. Главное. (12+)  
05.30 «Книжные аллеи. Адреса и строки». (12+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе» (16+)  
05.25 «ВЕСУРИ». (16+)  
06.50 «ПАУК». (16+)  
14.20 «ПАЛАЧ». (16+)  
Во время празднования Дня Победы на окраине Москвы убит семнадцатилетний Петя Яковлев. Подозрение падает на его друга Лешу Пономарева, с которым они соперничали за внимание девушки, но майора Черкасова, расследующего дело, настаивает не типичная жестокость преступления. . . Вскоре последовало ещё несколько убийств. . .  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)  
02.40 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз», «Котики, вперёд!», «Три кота», «Буба». (6+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
07.50 «Роботар Поли и его друзья». (0+)  
08.25 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)  
08.55 «Команда Флоры». (0+)  
10.45 «Мастерская «Умелые ручки». (0+)  
11.10 «Диностер». (6+)  
11.40 «Отель у овечек». (0+)  
13.35 «Инфинити Надю». (6+)  
14.10 «Тобот». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.50 «Смешарики. Пин-код». (6+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Цветняшки!» (0+)  
17.15 «Сказочный патруль». (0+)  
18.50 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
19.00 «Оранжевая корова». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Лунтик». (0+)  
22.00 «Карбот». (6+)  
22.30 «Дикие скричеры!» (6+)  
22.55 «Гризли и лемминги». (6+)  
00.00 «Элвин и бурундуки». (6+)  
01.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)  
02.00 «Эмми и Гуру». (0+)  
03.00 «Енотки. Первые слова». (0+)  
04.00 «Улётная доставка». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)  
07.00, 18.30, 02.00 «Лунтик». (0+)  
07.30 «Машины Мокас». (0+)  
08.00, 11.05, 19.00, 23.30, 04.30 «Барбоскины». (0+)  
08.25, 13.30 «Маша и Медведь». (0+)  
09.00, 20.00 «Сказочный патруль». (0+)  
09.25, 04.00 «Геройчики». (0+)  
10.00, 18.00 «Фиксики». (0+)  
10.30 «Четверо в кубе». (0+)  
11.45 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
13.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)  
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)  
15.15 «Мотофайтеры». (6+)  
15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
17.00 «Простоквашино». (0+)  
17.25 «Чик-Чиркино». (0+)  
19.25, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
20.40 Сказка на ночь. «Цветняшки! Говорим о здоровье», «Машины сказки». (0+)  
21.15 «Маша и Медведь», «Машины страшилики». (0+)  
22.00 «Фиксики. Дай пять! Паутина». (0+)  
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)  
23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)  
00.00 «Куми-куми 12+»  
00.30 «Буба». (6+)  
01.35 «Котики, вперед!» (0+)  
02.30 «Смешарики». (0+)  
03.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилики», «Машины сказки». (0+)  
05.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365

- 00.00 Карибский кризис. Последствия. (12+)  
00.55, 05.00, 17.55 Легенды науки. (12+)  
01.30, 05.35, 14.10, 21.25 Мемориалы России. (12+)  
02.00, 23.00 Обыкновенная история. (6+)  
02.10 Судьба одного химика. (12+)  
02.55 Последние свидетели. (12+)  
04.00 Народный фронт Победы. (12+)  
04.30 Народовластие. (12+)  
06.05 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)  
07.00 Сопrotивление. Русские французы. (12+)  
08.00, 08.50 Без срока давности. (16+)  
09.40, 21.55 Книжные аллеи. (12+)  
10.15 Не дожидетесь! (12+)  
11.05 Испанская кровь. (12+)  
12.00 Секреты истории. (16+)  
14.40, 18.30 Пешком по Москве. (6+)  
15.00 Экспозиция войны. (12+)  
16.00 Архивы истории (12+)  
16.15 Ступени Победы. (12+)  
17.00 Тайное становится явным. (12+)  
17.15 Россия. Связь времен. (12+)  
17.45 Семь дней истории. (12+)  
18.45 Беспамятство. (12+)  
20.00 Историада. (12+)  
20.55 Они были первыми. (12+)  
22.30 История российских кадетских корпусов. (6+)  
23.10 Я погиб под Демянском. (12+)

VJU HISTORY

- 06.10 Испания: подготовка к войне. (16+)  
06.55 100 чудес света. (16+)  
07.55 Древняя история Сибири. (12+)  
08.25, 09.25 Планета сокровищ. (6+)  
10.25 Рассвет древних цивилизаций: Германские племена. (12+)  
11.25 Рассвет древних цивилизаций: Арабы. (12+)  
12.25 Загадки планеты Земля. (16+)  
13.10 48 часов до победы. (16+)  
14.10 Выдающиеся женщины: Мадам Чан Кайши. (12+)  
15.05 Две сестры. (16+)  
16.00 Планета сокровищ: Ближний Восток. (6+)  
17.00 Планета сокровищ: Латинская Америка. (6+)  
18.00 Времена гигантов. (12+)  
19.05 Кто убил неандертальца? (16+)  
20.05 Очень странные экспонаты: Древний компьютер, голубь и нанотехнологии Рима. (12+)  
21.00 Загадки планеты Земля. (16+)  
21.50, 22.40 Испания: подготовка к войне. (16+)  
23.30, 00.30 Планета сокровищ. (6+)  
01.25, 02.20 Рассвет древних цивилизаций. (12+)  
03.10 Очень странные экспонаты. (12+)  
03.55 Загадки планеты Земля. (16+)  
04.40 Древняя история Сибири. (12+)  
05.10 Испания: подготовка к войне. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 11.15, 18.50, 02.10 О самом главном. Как перестать «заедать» стресс? (12+)  
06.55 Скажите, доктор! Заболевания молочных желез. (12+)  
07.20 Скажите, доктор! Бесплодие. (12+)  
07.50, 22.40 Доктор на работе. (12+)  
10.45 Проздоровье. Стыд, вина, обида. (12+)  
12.10 Метод исследования. Заболевания сосудов. (12+)  
12.40 Метод исследования. Заболевания сердца. (12+)  
13.10 Тайны мозга. Бесконечность. (12+)  
14.05 О самом главном. Как снизить внутриглазное давление. (12+)  
15.00 Доктор на работе. Прямой эфир  
17.55 Это лечится. Астма. (12+)  
18.20 Под контролем. Что такое мигрень. (12+)  
19.50, 20.20, 03.00, 05.05, 05.30 На приёме у доктора Ямщиковой. (12+)  
20.45, 03.25 Научные сенсации. Излечить неизлечимое. (12+)  
21.35 О самом главном. Полезные свойства киселя. (12+)  
01.25 Я, человек. (12+)  
04.15 Медицина будущего. Генетика. (12+)  
04.40 Медицина будущего. Мозг. (12+)



РОССИЯ К  
Культура

ТВЦ

ТВ-3

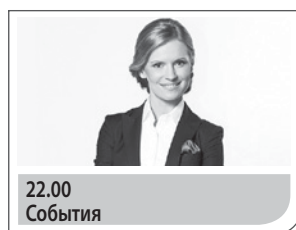
ДОМАШНИЙ

5-й КАНАЛ

ГУБЕРНИЯ  
ВОРОНЕЖ



16.10 «2 Верник 2»



22.00 События



21.00 «МАЖОР». (16+)



13.30 «Верну любимого». (16+)

06.30 «Пешком...»  
07.00 15.15 «Спящие гиганты»  
07.55 18.30 «Забывшее ремесло»  
08.10 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»  
08.40 22.30 «МЕРТВЫЕ ДУШИ»  
10.15 «Наблюдатель»  
11.15 01.15 XX век  
13.00 «Мальчики державы»  
13.30 00.15 «ПОРУС»  
14.35 «Острова»  
16.10 «2 Верник 2»  
17.15 «Пряничный домик»  
17.45 Рахманиновские дни  
18.45 «Никита Богословский»  
19.45 Главная роль  
20.05 Открытая книга  
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»  
21.05 «Кавказская пленница». Это же вам не лезгинка, а твист!»  
21.45 «Энигма»  
02.25 «Роман в камне»  
03.00 Перерыв в вещании

06.00 «Настроение»  
08.10 «Доктор И...» (16+)  
08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)  
10.40 02.05 «Гипноз и власть». (16+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 События  
11.50 «СИНЧИКА-2». (16+)  
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)  
14.50 Город новостей  
15.05 03.30 «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ: ИГОЛКА В СТОГЕ СЕНА». (16+)  
16.55 «Актёрские драмы». (16+)  
18.10 «НАСТЕНЬКА». (16+)  
22.35 «10 самых...» (16+)  
23.05 «Легенды эстрады. Любви как трамплин». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.30 «Петровка, 38». (16+)  
00.45 «90-е. Всегда живой». (16+)  
01.25 «Дорогие товарищи. Сокровища Зыкиной». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)  
08.00 «Леди Баг и Суперкот». (6+)  
08.35 16.15 «Слепая». (16+)  
09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)  
10.00 Гадалка. (16+)  
11.00 Знаки судьбы. (16+)  
12.15 Мистические истории. (16+)  
13.15 «Старец». (16+)  
14.35 Гадалка. (16+)  
18.05 «КАРПОВ: СЕЗОН ВТОРОЙ». (16+)  
Зотов узнает, что никто не собирается расследовать убийство в доме Вересова. Понимая, что не справится один, Зотов решает найти Карпова и подключить к делу.  
21.00 «МАЖОР». (16+)  
23.15 «СМЕРТЕЛЬНАЯ ТРОПА». (18+)  
01.00 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (16+)  
02.45 Сверхъестественный отбор. (16+)  
05.45 «Мультфильмы». (0+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)  
07.15 Давай разведёмся! (16+)  
08.15 Тест на отцовство. (16+)  
10.30 «Понять. Простить». (16+)  
11.40 00.35 «Порча». (16+)  
12.55 «Знахарка». (16+)  
13.30 «Верну любимого». (16+)  
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)  
14.40 «Преступления страсти». (16+)  
19.00 «КОНТРОЛЬНАЯ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ». (16+)  
23.20 «Понять. Простить». (16+)  
01.35 «Знахарка». (16+)  
02.05 «Верну любимого». (16+)  
02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)  
02.55 Тест на отцовство. (16+)  
04.35 Давай разведёмся! (16+)

05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)  
05.25 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)  
07.55 09.30 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)  
08.35 «День ангела». (0+)  
12.40 13.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)  
17.30 «СЛЕД». (16+)  
21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)  
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)  
04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)  
02.40 «СЛЕД». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.00 «Сегодня утром». (12+)  
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)  
11.00 01.10 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (12+)  
13.25 15.05 17.15 «ТАНКИСТ». (16+)  
18.00 «Лучшие самолеты Сухого». (16+)  
18.50 «Специальный репортаж». (16+)  
19.55 «По горячим следам». (16+)  
20.10 «Код доступа». (12+)  
22.45 «Между тем». (12+)  
23.15 «НЕПОДСУДЕН». (12+)

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)  
11.00 «ЗАСТУПНИКИ». (16+)  
12.00 17.45 01.30 04.30 «Формула здоровья». (12+)  
12.30 18.15 «Легенды спорта». (12+)  
13.00 «ПАРФЮМЕРША 2». (16+)  
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)  
14.30 «День вместе». (12+)  
15.00 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА». (16+)  
16.30 «ПАРФЮМЕРША 3». (16+)  
17.30 22.45 «Спортивная семья». (12+)  
18.45 22.30 «Служу Отечеству». (12+)  
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)  
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)  
20.00 22.00 01.00 «Арт-Проспект». (12+)  
20.30 00.30 04.00 «Мастерская спорта». (12+)  
23.00 «ПОЗВОНИТЕ МЫШКИНУ». (12+)  
Ермак Мышкин - крайне неуверенный в себе человек, который всю жизнь хотел стать актёром.  
03.00 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

**МАТЧ!** МАТЧ! ТВ  
06.00 «Кто кого?» (12+)  
06.30 «Вид сверху». (12+)  
07.00 08.30 13.55 15.45 Новости  
07.05 15.50 18.45 21.30 00.30 Все на Матч!  
08.35, 11.15, 12.35 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. (0+)  
14.00 «Есть тема!»  
15.25 Специальный репортаж. (12+)  
16.25 «Большой хоккей». (12+)  
16.55 Мини-футбол. «Синара» (Екатеринбург) - «Ухта». Чемпионат России. ПАРИ-Суперлига. Прямая трансляция  
19.15 Футбол. «Ахмат» (Грозный) - «Оренбург». FONBET Кубок России. 1/4 финала. Прямая трансляция  
22.30 Профессиональный бокс. А. Мазур - Л. Джафет. Олимпбет. Путь чемпиона. Прямая трансляция из Ярославля  
01.00 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)

**МАТЧ! СТРАНА**  
06.00 01.05 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)  
07.50 10.00 13.00 Новости  
07.55 «Десятка!» (12+)  
08.10 Что по спорту? (12+)  
08.35 12.15 19.00 Лица страны. (12+)  
08.55 «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)  
09.30 «Вид сверху». (12+)  
10.05 Дартс. Международная лига. (0+)  
12.30 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)  
13.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)  
14.55 «Что за спорт?» (12+)  
15.25 19.30 «Ручная работа». (12+)  
16.00 00.15 04.50 Спецрепортаж. (12+)  
16.20 «7 сторон силы». (12+)  
16.55 02.50 Биатлон. Чемпионат России. (0+)  
19.15 «Мой первый тренер». (12+)  
20.00 Премия РБ-2024. (6+)  
23.00 «Есть тема!» (16+)  
00.35 «Большой хоккей». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

**VIJU TV1000**  
05.55 «МАРТОВСКИЕ ИДЫ». (16+)  
07.40 «ПРЕДЕЛ РИСКА». (16+)  
09.50 «ПАРАНОЙЯ». (12+)  
11.55 «ДЖОБС: ИМПЕРИЯ СОБЛАЗНА». (12+)  
14.25 «СПЕНСЕР». (16+)  
16.40 «ДИАНА: ИСТОРИЯ ЛЮБВИ». (12+)  
19.00 «ПИСЬМА К ДЖУЛЬЕТТЕ». (16+)  
21.05 «АЛЕКС И ЭММА». (16+)  
23.00 «ДВОЕ ВО ВСЕЛЕННОЙ». (16+)  
Мелодрама, Италия, 2016 г.  
01.25 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (16+)  
03.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (16+)  
04.35 «ПИСЬМА К ДЖУЛЬЕТТЕ». (16+)  
06.20 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)

**VIJU TV1000 РУССКОЕ**  
05.30 «Пин-код». «Три кота». Мультсериалы. (6+)  
07.10 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
07.45 «1612». (16+)  
10.35 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)  
12.40 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)  
15.20 «ЕЛКИ». (12+)  
17.00, 17.55 «СКЛИОСОВСКИЙ». (16+)  
18.55 «ЕЛКИ-8». (6+)  
20.40 «СЧАСТЬЕ В КОНВЕРТЕ». (12+)  
22.35 «ОВЕЧКА ДОЛЛА БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (12+)  
01.00 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)  
02.25 «ДЕНЬ ДУРАКА». (16+)  
03.55 «ГРЕЦКИЙ ОРЕШЕК». (16+)  
05.20 Мультфильм. (6+)

**КИНОКОМЕДИЯ**  
01.15 «ШЕСТОЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)  
03.35 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (18+)  
06.00 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (12+)  
08.00 «ДЕНЬ РАДИО». (18+)  
09.55 «ДОМАШНЕЕ ВИДЕО». (18+)  
11.40 «НЯНЬКИ». (12+)  
13.25 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)  
15.30 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)  
17.25 «РЭД». (16+)  
Комедия, триллер, боевик  
19.30 «НА МОРЕ!» (16+)  
21.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (12+)  
Комедия, приключения, Венгрия, Франция, 2012 г.  
23.25 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (12+)

**МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**  
08.45 «АЭЛИТА, НЕ ПРИСТАВАЙ К МУЖЧИНАМ». (12+)  
10.20 «ЦВЕТЫ ЗАПОЗДАЛЫЕ». (12+)  
12.05 «ВЗРОСЛЫЙ СЫН». (16+)  
13.40 «ВОСПИТАНИЕ ЖЕСТОКОСТИ У ЖЕНЩИН И СОБАК». (18+)  
15.15 «ВЕЧЕРНИЙ ЛАБИРИНТ». (12+)  
16.35 «ВЫ МНЕ ПИСАЛИ». (12+)  
18.15 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-3». (16+)  
19.55 «ЗИГЗАГ УДАЧИ». (12+)  
21.30 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)  
22.55 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)  
00.40 «Человек с бульвара Капуцинов. 20 лет спустя». (12+)  
01.25 «ЕХАЛИ В ТРАМВАЕ ИЛЬФ И ПЕТРОВ». (12+)

**ДОМ КИНО**  
06.05 «Авёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)  
09.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)  
Сериал. Россия, 2001 г. В ролях: Владимир Гостюхин, Владислав Галкин, Наталья Егорова  
11.00 «СВАТЫ». (16+)  
14.00 «ЗНАХАР». (16+)  
17.00 «СВАТЫ». (16+)  
21.00 «РОДСТВЕННИЧКИ». (16+)  
23.00 «МАЖОР». (16+)  
01.10 «ВСЁ ХОРОШО». (16+)  
Россия, 2021 г. В ролях: Майк Малтон, Егор Корешков, Полина Гухман  
02.45 «МАМА, НЕ ГОРИЮ». (16+)  
04.10 «МАМА, НЕ ГОРИЮ-2». (16+)

**СУББОТА!**  
05.00, 06.25, 09.40, 04.00 «Маша и Медведь». «Машинные сказки». Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
06.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)  
09.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)  
17.10, 18.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)  
19.00, 20.00 «КАРМЕЛИТА». (16+)  
21.00, 22.00 Моя жена рулит. (16+)  
23.20, 23.50 «МАХАБХАРАТА». (16+)  
00.20 Суббота News 2024. (16+)  
00.30, 01.20 «ЗИМОРДОК». (16+)  
02.10 Интервью со звездами. Анна Хилькевич. (16+)  
03.20 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)

**СТС LOVE**  
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)  
09.00 «МАРГОША». (16+)  
Выпив шаманский напиток, Марго начинает разговаривать мужским голосом...  
13.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)  
Федя обнаруживает у себя седой волос...  
17.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)  
Айнура устраивает плеваника в «Элеон», София хочет возобновить отношения с управляющим, а Павел пытается помириться с Дашей...  
22.00 «ДЫЛДЫ». (16+)  
Михаил попадает в пикантную ситуацию с Лерой...  
01.05 6 кадров. (16+)  
04.00 «Три кота». (0+)

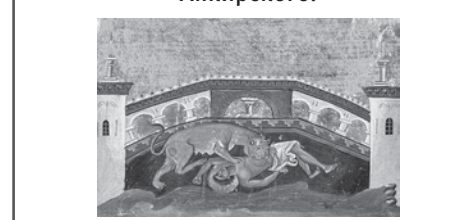
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**СПАС**  
05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 «РУССКИЙ ВОПРОС». (0+)  
06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)  
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
11.00 День Ангела. Преподобный Серафим Вырицкий. (0+)  
11.35 Война и вера. (12+)  
12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
13.00, 13.30, 13.55 Монастырская кухня. (0+)  
14.25 «ПОВОРОТ». (12+)  
16.25 «САМЫЙ МЕДЛЕННЫЙ ПОЕЗД». (6+)  
18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
20.55 Зоино стояние: чудо под грифом «секретно». (12+)  
22.00, 22.35 Поле битвы. (16+)  
23.05 Апокалипсис. Глава 13. (16+)  
00.30 Спас-стрим. (16+)  
01.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
01.55 В поисках Бога. (12+)  
02.25 Во что мы верим. (0+)  
03.15 Поле битвы. (16+)  
03.45 Зоино стояние: чудо под грифом «секретно». (12+)  
04.40 Путешествие к сердцу дворцов. Павловск. (0+)

Православный календарь

4 апреля  
Седмица 3-я Великого поста. Глас 2.  
Сщмч. Василия, пресвитера Анкирского.



Мц. Дросиды, дочери царя Траяна, и с нею дев Аглаиды, апостолы Дарии, Мамфусы, Таисы. Прп. Исаакия Далматского.

**Великий пост.**  
« Будем перед каждой молитвой рассматривать свою совесть и, находя в ней злопамятство, искоренять его молитвою за врагов и благословением их».  
Свт. Игнатий Брянчанинов

МУЗЫКА

**МУЗ-ТВ**  
05.00 Муз'итив. (16+)  
06.10 #ЯНАМУЗТВ. (16+)  
07.00 Каждое утро. (16+)  
08.40 PRO-новости. (16+)  
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)  
10.00 Плейлист | Весна. (16+)  
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)  
12.00 Хиты по-русски. (16+)  
13.00 Консервы. (16+)  
14.00 Кто следующий? (16+)  
15.00 PRO-новости. (16+)  
15.20 В десятку! (16+)

16.00 Love чат. (16+)  
17.00 Моя волна. (16+)  
18.00 PRO-новости. (16+)  
18.20 Знаешь ли ты? (16+)  
19.20 Её звали Алла... (16+)  
19.55 Хит-Сториз. Света «Суперхиты». (16+)  
20.30 Плейлист | Весна. (16+)  
20.40 Бюст всемогущий. Эффект Семенович. (16+)  
21.40 PRO-новости. (16+)  
22.00 Муз'итив. (16+)  
23.20 Плейлист | Весна. (16+)  
00.30 Рок нон-стоп. (16+)  
01.30 Муз'итив. (16+)



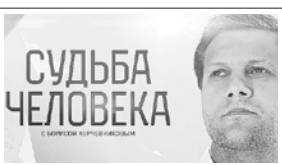
ПЕРВЫЙ



19.45 «Поле чудес». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»  
09.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «АнтиФейк». (16+)  
10.00 «Жить здорово!» (16+)  
10.50 Информационный канал. (16+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Информационный канал. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 Премьера. «Давай поженемся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.40 «Человек и закон». (16+)  
19.45 «Поле чудес». (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)  
23.30 «Матадор». (16+)  
00.30 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)

- 05.00 Утро России  
09.00 Вести. Местное время  
09.30 Утро России  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)  
16.00 Вести  
16.30 Прямой эфир. (16+)  
17.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.15 Вести. Местное время  
21.30 «Удивительные люди. Новый сезон». (12+)  
23.55 «Истории Большой Страны». (12+)  
00.55 «УДАР ЗОДИАКА». (12+)  
Вчерашний следователь, а сегодня безработная Ольга понимает, что, после того как она «копала» под вице-мэра города, работы ей не найти - не то что в органах, а просто никакой!

НТВ



16.50 «ДНК». (16+)

- 04.55 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.50 «ДНК». (16+)  
17.55 «Жди меня». (12+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «ЧЕРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)  
Жук, Фомин и Щекин, отслежив дорожные камеры, выясняют, где находится черный фургон Глеба, но обнаруживают его уже сожжённым. Чагин встречается с мужем одной из убитых женщин...  
00.00 «Своя правда» с Романом Бабаюном. (16+)  
02.10 «Квартирный вопрос». (0+)  
03.05 «МЕЧ». (16+)

СТС



06.00 Ералаш. (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
06.30 «Машины страшлики». (0+)  
06.40 «Маша и Медведь». (0+)  
08.00 «ЦИРК». (16+)  
10.05 Безумные изобретения. (12+)  
10.40 Импровизаторы. (16+)  
11.40 Уральские пельмени. (16+)  
12.20 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
20.00 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
21.30 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
22.55 Премьера! Импровизаторы. (16+)  
00.00 ОКнутые люди. (16+)  
01.00 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)  
02.00 «ХРОНИКИ ХУАДУ: ЛЕЗВИЕ РОЗЫ». (18+)  
03.40 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)  
05.15 «Мультфильмы». (0+)  
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



10.00 «Однажды в России». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
Каждое утро по будням с 7 до 9 утра зрителей будут встречать ведущие Анна Хилькевич и Анатолий Цой, а также их гости. Кроме того, в шоу «Утро ТНТ» будет множество полезных рубрик, актуальных новостей и развлекательного контента.  
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)  
09.30 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)  
10.00 «Однажды в России». (16+)  
14.00 «КАЗАЧОК». (16+)  
18.00 «Комеди Клуб». (16+)  
22.00 «Лига Городов». (16+)  
23.30 Stand up. (16+)  
00.30 «Галустян Плюс». (16+)  
02.00 «Я тебе не верю». (16+)  
02.50 «Импровизация. Команды». (16+)  
04.25 Студия «Союз». (16+)  
06.00 «Импровизация». (16+)

REN



17.00 «Главные тайны мира». (16+)

- 05.00 18.00 01.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрим утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)  
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
10.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
17.00 «Главные тайны мира». (16+)  
20.00 «АНГЕЛ МСТИ». (16+)  
21.50 «БУН». (16+)  
23.40 «ПО СЛЕДУ ХАКЕРА». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 06.30 Секреты на кухне. (16+)  
07.20 Черный список. (16+)  
09.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)  
11.50 Битва шефов. (16+)  
16.10 Большие девочки. (16+)  
19.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)  
21.40 Погнали! (16+)  
22.40 За волшебством. (16+)  
23.50 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)  
01.20 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)  
02.40 Пятница News. (16+)  
03.10 Черный список. (16+)

Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)  
08.25 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)  
10.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
13.55 «Супермама». (16+)  
Психологическое семейное реалии, в котором каждую неделю четыре мамочки соревнуются за звание лучшей. С понедельника по четверг они ходят друг к другу в гости и оценивают все и вся.  
17.00 «Селянка-горожанка». (16+)  
20.20 «Мама в 16». (16+)  
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «Измены». (16+)  
03.55 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)  
06.40 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.20 Дорожные войны. (16+)  
09.10 «СОЛДАТЫ-2». (16+)  
Сермал повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.  
14.30 Улётно видео. (16+)  
18.00 «+100500». (16+)  
23.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 Утилизатор. (16+)

МИР

- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
06.15 Спецрепортаж. (12+)  
06.25, 10.10, 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
08.05, 11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)  
09.05, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
16.15 Дела судебные. (16+)  
18.50 Миллион за 5 минут. (16+)  
19.30 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)  
21.30 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (16+)  
23.10 «ЗНАХАРЬ». (16+)  
01.45 Наше кино. История большой любви. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТРажение  
10.10 «ЗАБЫТЫЙ». (16+)  
12.00 «Человек и судьба». (12+)  
15.10 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)  
17.00 «Служу Отечеству». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.40 «ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ». (12+)  
22.50 «НЕУДАЧНИКИ». (16+)  
00.30 «ДИКАЯ ОХОТА КОРОЛЯ СТАХА». (12+)  
02.45 ОТРажение. (12+)

ПОБЕДА

- 04.20 «Путь к Победе» (16+)  
05.15 «ЧЕРНЫЙ ПЁС». (16+)  
06.55 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. УПРЕЖДЮЩИЙ УДАР». (16+)  
08.50 «ШАКАЛ». (16+)  
16.30 «ОПЕРАЦИЯ «САНА». (16+)  
Разгар Холодной войны и гонка вооружений. Ученые, инженеры и конструкторы Союза напряженно работают в обстановке совершенной секретности, но американцы откуда-то узнают о каждом шаге советских разработчиков нового вида баллистической ракеты «Сатана»...  
23.59 «Путь к Победе» (16+)  
01.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)  
02.30 «ДНЕПРОВСКИЙ РУБЕЖ». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилэ», «Котики, вперед!», «Три кота», «Буба». (6+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
07.50 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
08.25 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)  
08.55 «Черепашки». (0+)  
10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)  
11.15 «Диностер». (6+)  
11.45 «Ум и Хрум». (0+)  
13.35 «Инфинити Надю». (6+)  
14.10 «Тобот». (6+)  
14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)  
Лауреат Международного фестиваля детских и молодежных цирков «Все начинается с мечты!» Обладательница Гран-при фестиваля-конкурса циркового искусства «Новое течение!» В гостях у Саши и Маши - Полина Балагур!  
14.50 «Смешарики. Пин-код». (6+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.05 «Геройчики». (0+)  
19.10 «Гурбозавры». (0+)  
Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины!  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Барбоскины». (0+)  
23.00 «Бодо Борода. Путешествия». (0+)  
00.35 «Ералаш». (6+)  
01.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)  
02.30 «Фиксики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)  
07.00, 18.30, 02.00 «Лунтики». (0+)  
07.30 «Машинки Мокаса». (0+)  
08.00, 11.05, 19.00, 23.30 «Барбоскины». (0+)  
08.25, 13.30 «Маша и Медведь». (0+)  
09.00, 20.15 «Сказочный патруль». (0+)  
09.25 «Геройчики». (0+)  
10.00, 18.00, 22.00 «Фиксики». (0+)  
10.30 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)  
11.45 «Школьный автобус Гордон». (0+)  
13.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)  
15.00 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)  
15.15 «Мотофайтеры». (6+)  
15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
17.00 «Простоквашино». (0+)  
17.25 «Чик-Чикино». (0+)  
19.25, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
20.00 МУЛЬТПремьера! «Кожечки-собачки. Милые песни. Мама», «Геройчики. Страшный праздник», «Фиксики. Дай пять! Паутина». (0+)  
20.40 Сказка на ночь. «Цветняшки! Веселимся с Цветняшками», «Машины сказки». (0+)  
21.15 «Маша и Медведь», «Машины страшлики». (0+)  
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)  
23.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)  
00.00 «Куми-куми 12+»  
00.30 «Буба». (6+)  
01.35 «Котики, вперед!» (0+)  
02.30 «Смешарики». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365

- 00.00, 22.55, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)  
00.30 Народовластие. (12+)  
01.00, 13.15 Легенды науки. (12+)  
01.35, 10.00, 18.25, 21.30 Мемориалы России. (12+)  
02.05 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)  
03.00 Сопrotивление. Русские французы. (12+)  
04.00, 04.50 Без срока давности. (16+)  
05.40 Книжные аллеи. (12+)  
06.15 Не дожидесь! (12+)  
07.05 Испанская кровь. (12+)  
07.55 Секреты истории. (16+)  
10.35 Экспозиция войны. (12+)  
11.35 Рафаэль. Князь искусства. (12+)  
14.20 Жил-был Дом. (12+)  
14.50 Беспаматство. (12+)  
16.00 Архивы истории. (12+)  
16.15 Ступени Победы. (12+)  
17.00 Тайное становится явным. (12+)  
17.15 Россия. Связь времен. (12+)  
17.45 Семь дней истории. (12+)  
17.50 Они были первыми. (12+)  
18.55 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
19.10 Я погиб под Демянском. (12+)  
20.00 Школа русских побед. (12+)  
20.45 Бункер-42. Капсула времени. (12+)  
22.00 Ключ на шпиле Государевой башни. (12+)

VJU HISTORY

- 06.05 Испания: подготовка к войне. (16+)  
06.45 100 чудес света. (16+)  
07.45, 08.40 Планета сокровищ. (6+)  
09.45 Времена гигантов. (12+)  
10.45 Кто убил неандертальца? (16+)  
11.45 Очень странные экспонаты: Древний компьютер, голубь и нанотехнологии Рима. (12+)  
12.35 Загадки планеты Земля. (16+)  
13.25 48 часов до победы. (16+)  
14.20 Выдающиеся женщины: Коко Шанель. (12+)  
15.20 Лиссабон во Вторую мировую: шпионы, золото, дипломатия. (16+)  
16.20 Планета сокровищ: Европа. (6+)  
17.20 Планета сокровищ: Юго-восточная Азия. (6+)  
18.20, 19.15 Майя. Рожденные Легенды. (12+)  
20.05 Карты убийств: Соляной отравитель. (16+)  
21.00 Загадки планеты Земля. (16+)  
21.50, 22.40 Испания: подготовка к войне. (16+)  
23.30, 00.25 Планета сокровищ. (6+)  
01.25 Времена гигантов. (12+)  
02.20 Кто убил неандертальца? (16+)  
03.15 Очень странные экспонаты. (12+)  
04.00 Загадки планеты Земля. (16+)  
04.45 Древняя история Сибири. (12+)  
05.15 Испания: подготовка к войне. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 11.10, 18.45, 02.10 О самом главном. Польза имбиря. (12+)  
06.55 Метод исследования. Заболевания сосудов. (12+)  
07.20 Метод исследования. Заболевания сердца. (12+)  
07.50, 22.40 Доктор на работе. (12+)  
10.40 Это лечится. Астма. (12+)  
12.10, 12.35 На приеме у доктора Ямшиковой. (12+)  
13.05 Хитрая память. (12+)  
14.05 О самом главном. Полезные свойства киселя. (12+)  
15.00 Доктор на работе. Лучшее. (12+)  
17.55 Научные сенсации. Излечить неизлечимое. (12+)  
Какие неизлечимые болезни скоро уйдут в прошлое?  
19.40, 05.05 Еда. Чай и кофе. (12+)  
20.10, 05.30 Еда. Сахар. (12+)  
20.40, 03.00 #Навидеоидно. (12+)  
21.10, 04.10 На приеме у Кирилла Лыско. Как продлить молодость. (12+)  
21.40 О самом главном. Чем лечить кашель в домашних условиях? (12+)  
01.25 Я, человек. (12+)  
03.25 Медицинский квест. Синдром хронической усталости. (12+)  
04.40 На приеме у доктора Сыченикова. Болит спина. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



16.15  
«Энигма»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 15.00 «Семена, которые спасут человечество»
- 07.40 18.30 «Забывтое ремесло»
- 08.00 «Почерк эпохи»
- 08.30 21.25 «МЕРТВЫЕ ДУШИ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 15.45 «Роман в камне»
- 11.45 «Кавказская пленница». Это же вам не лезгинка, а твист!»
- 12.45 Открытая книга
- 13.15 «ПОРУС»
- 14.20 Власть факта
- 16.15 «Энигма»
- 17.15 Письма из провинции
- 17.45 Musica Sacra Nova. Духовная музыка из бывшего СССР
- 18.45 Больше, чем любовь
- 19.45 01.35 «Искатели»
- 20.30 Линия жизни
- 22.55 «2 Верник 2»
- 00.05 «ТАЙНА ВАНДОМСКОЙ ПЛОЩАДИ». (16+)

ТВЦ ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.25 «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В ПРИМЕТЫ». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «ВЕРА БОЛЬШЕ НЕ ВЕРИТ В ПРИМЕТЫ». (16+)
- 12.30 «ЦВЕТ ЛИПЫ». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ЦВЕТ ЛИПЫ». (12+)
- 16.55 «Короли эпизода». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «ДАМА ТРЕФ». (12+)
- 20.00 «МАГАЗИНЧИК НА КОЛЁСАХ». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Хорошие песни». (12+)
- 00.20 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
- 01.45 «Петровка, 38». (16+)
- 02.00 «Игорь Тальков. Последний аккорд». (16+)
- 02.50 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (12+)

3 ТВ-3



11.00 Новый день. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.35 16.45 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 11.00 Новый день. (16+)
- 11.45 Гадалка. (16+)
- 12.15 Мистические истории. (16+)
- 13.15 Гадалка. (16+)
- 14.35 Вернувшиеся. (16+)
- 18.30 Человек-невидимка. (16+)
- 19.45 «МАЖОР». (16+)
- 21.45 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)
- Фрэнк работает перевозчиком - человеком, который доставит что угодно, куда угодно. Во время ужина с отцом Фрэнку звонят с предложением вывезти некий груз из банка.
- 23.45 «ЛОВКИЕ РУКИ». (18+)
- 01.30 Мистические истории. (16+)

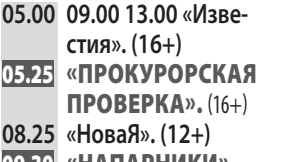
ДОМАШНИЙ



14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 01.00 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Преступления страсти». (16+)
- 19.00 «КАК СПАСТИ ВЛЮБЛЁННУЮ ЖЕНЩИНУ». (16+)
- 23.20 Уютное утро. (16+)
- 23.50 «Понять. Простить». (16+)
- 02.00 «Знахарка». (16+)
- 02.25 «Верну любимого». (16+)
- 02.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.20 Тест на отцовство. (16+)

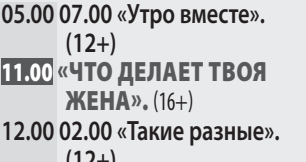
5 5-й КАНАЛ



05.00 09.00 13.00 «Известия». (16+)

- 05.25 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 08.25 «Новая». (12+)
- 09.30 «НАПАРНИКИ». (16+)
- 12.40 13.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.15 01.00 Они потрясли мир. (16+)
- 01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 05.00 «ТАНКИСТ». (16+)
- 09.20 «Ищу своих». (12+)
- 10.10 21.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 10.25 «По горячим следам». (16+)
- 10.45 13.25 «БЕРЕГ». (12+)
- 14.20 15.05 17.15 «Диверсанты». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 20.30 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.55 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГОРНОЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ЧТО ДЕЛАЕТ ТВОЯ ЖЕНА». (16+)
- 12.00 02.00 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «ПАРФЮМЕРША З». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 15.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 17.30 «Формула здоровья». (12+)
- 18.00 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.15 «Легенды спорта» (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «Я НЕ НАВИЖУ ДЕНЬ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)
- 03.00 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Большой хоккей». (12+)
- 07.00 08.10 15.25 Новости
- 07.05 23.30 Все на Матч!
- 08.15 Небесная грация. (0+)
- 08.35 Бiatлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Марафон. Женщины
- 10.50 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Финал. Женщины. 10 км
- 12.30 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Финал. Мужчины. 15 км
- 14.40 Футбол. FONBET Кубок России. Обзор. (6+)
- 15.30 03.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 19.25 Баскетбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - УНИКС (Казань). Единая лига ВТБ
- 21.25 Футбол. «Айнтрахт» (Франкфурт) - «Вердер». Чемпионат Германии
- 00.30 «Рецептура». (6+)
- 01.00 Баскетбол. «ПАРМА» (Пермский край) - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). Единая лига ВТБ. (6+)
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 18.25 «Вы это видели». (12+)
- 08.50 16.00 04.40 Спецрепортаж. (12+)
- 09.05 05.05 «Ручная работа». (12+)
- 09.30 05.30 «Большой хоккей». (12+)
- 10.05 00.50 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 11.55 «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)
- 12.30 «Вид сверху». (12+)
- 13.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 15.05 «Мой первый тренер». (12+)
- 15.25 21.15 Страна смотрит спорт. (12+)
- 16.20 02.40 Бiatлон. Чемпионат России. (0+)
- 19.25 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 21.40 23.10 Лыжные гонки. Кубок России. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 08.15 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Топ-30. (16+)
- 11.25 10 самых! (16+)
- 12.00 Top15 Like FM. (16+)
- 13.00 Лига клипов. (16+)
- 13.30 Перемотка. (16+)
- 14.30 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Новое Радио чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Сплетни-шейкер. (16+)
- 18.55 Дискотека МУЗ-ТВ «Золотые хиты-2021». (16+)
- 20.25 Народное диско. (16+)
- 21.30 Танцпол. (16+)
- 23.30 DFM - Dance chart. (16+)
- 00.30 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000
- 06.45 «АЛЕКС И ЭММА». (16+)
- 08.40 «ДВОЕ ВО ВСЕЛЕННОЙ». (16+)
- 11.10 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
- 13.05 «АРТУР И МИНИПУТЫ». (12+)
- 15.05 «АРТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (6+)
- 17.00 «АРТУР И ВОЙНА ДВУХ МИРОВ». (12+)
- 19.00 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ». (16+)
- 20.45 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+)
- 22.45 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ 3.0». (16+)
- 00.30 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
- 02.05 «ЧУДО». (12+)
- 03.45 «ТУТСИ». (16+)
- VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.30 «Пин-код», «Три ката». Мультисериалы. (6+)
- 06.45 «Смешарики». Мультисериал. (6+)
- 07.20 «СЧАСТЬЕ В КОНВЕРТЕ». (12+)
- 09.20, 03.15 «ЁЛКИ-8». (6+)
- 11.00 «ОВЕЧКА ДОЛЖНА БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (12+)
- 13.20 «БИЛЕТ НА VEGAS». (16+)
- 15.00 «ЗВЕЗДНЫЙ РАЗУМ». (16+)
- 17.00, 17.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.55 «ЁЛКИ-9». (12+)
- 20.50 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)
- 00.25 «ТАЙНЫЙ САНТА». (12+)
- 01.50 «КАЛЕНДАРЬ МА(И)Я». (6+)
- 04.45 Мультфильмы. (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.15 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 07.35 «Три богатыря и Шамханская царица». Мультфильм. (12+)
- 09.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.00 «СВАТЫ». (16+)
- 14.00 «ЗНАХАРЬ». (16+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 «МАЖОР». (16+)
- 01.10 «РОДНЫЕ». (16+)
- Россия, 2021 г. В ролях: Сергей Бурунов, Ирина Пегова, Сергей Шакуров
- Что делать человеку, которому осталось жить всего год? Конечно, отправиться навстречу своей заветной мечте!
- 02.45 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
- 04.15 «ДЖУНГЛИ». (16+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00, 07.00, 13.20, 03.45 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультисериалы. (0+)
- 06.40 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 12.50 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 17.10, 18.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 19.00, 20.00 «КАРМЕЛИТА». (16+)
- 21.00, 22.00 Богиня шопинга. (16+)
- 23.00, 23.40 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 00.05 Суббота News 2024. (16+)
- 00.10, 01.10 «ЗИМОРОДОК». (16+)
- 01.50 Интервью со звездами. Анна Семенович. (16+)
- 03.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три ката». Мультисериал. (0+)
- 09.00 «МАРГОША». (16+)
- Марго представляется невестой Гоши. Мама в восторге...
- 13.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Когда-то это должно было произойти. Сеня и Федя борются с коррупцией, спогонами, драками и стрельбой...
- 16.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Новый следователь допрашивает весь персонал... Элеонора переехала к Михаилу Джековичу, но вскоре они понимают, что жить вместе - не лучшая идея...
- 21.55 «ДЫЛДЫ». (16+)
- 01.00 6 кадров. (16+)
- 04.00 «Три ката». (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.25 «ТРЕТИЙ НЕ ЛИШНИЙ». (18+)
- 03.10 «ПРОСТУШКА». (16+)
- 05.05 «КТО ТВОЯ БАБУШКА, ЧУВАК?» (12+)
- 06.45 «ОСТОРОЖНО, КЕНГУРУ!» (18+)
- 08.25 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+)
- 10.05 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- 12.10 «БАТЯ». (16+)
- 13.40 «ДОМАШНЕЕ ВИДЕО». (18+)
- 15.25 «НА МОРЕ!» (16+)
- 17.20 «РЭД-2». (12+)
- 19.30 «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (16+)
- 21.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 23.15 «ПРИШЕЛЬЦЫ 2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (12+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.35 «ХОЖДЕНИЕ ПО МУКАМ». (16+)
- 12.00 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО». (12+)
- 13.40 «ДЕТИ ДОН-КИХОТА». (12+)
- 15.05 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
- 17.55 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)
- 19.20 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
- 21.00 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (12+)
- 22.35 «ВИИ». (12+)
- 00.00 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)
- 01.30 «ТЕГЕРАН-43». (12+)
- 03.55 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ СОМНЕВАЕТСЯ». (12+)
- 05.15 «ДО СВИДАНИЯ, МАЛЬЧИКИ!». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-8». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ». (16+)
- 13.00, 14.00, 21.00, 22.00 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ТАНЦЫ МАРИОНЕТОК». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «РОКОВАЯ ОШИБКА». (16+)
- 05.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 06.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- Сериал, семейная сага, Россия, 2017 г. В ролях: Карина Андоленко, Виктор Добродоров, Павел Баршак, Дарья Мороз

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СЧАСТЛИВЫЙ РЕЙС». (0+)
- 06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Зоино стояние: чудо под грифом «секретно». (12+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.00, 13.30, 13.55 Монастырская кухня. (0+)
- 14.20 «ПОДРАНКИ». (12+)
- СССР, 1977 г.
- 16.15 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ». (12+)
- СССР, 1976 г.
- 18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.50 Завещание святителя Митрофана Воронежского. (0+)
- 22.00 Глобус православия с Марией Бутиной. (12+)
- 23.00 Русский ковчег с Яном Таксормом. (12+)
- 00.00 Зоино стояние: чудо под грифом «секретно». (12+)
- 01.00 Завещание святителя Митрофана Воронежского. (0+)
- 02.00, 02.30, 02.55, 03.25 Поле битвы. (16+)
- 03.55 Русский ковчег с Яном Таксормом. (12+)
- 04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

5 апреля  
Седмица 3-я Великого поста. Глас 2.  
Прмч. Никона еп. и 199 учеников его.

Мчч. Филита, Лидии, сурпруги его, Македона, Феопрепия, Кроида и Амфилохия, чад их. Прп. Никона, игумена Киево-Печерского. Мч. Василия Мангазейского. Сщмч. Константина пресвитера. Сщмчч. Василия, Стефана пресвитеров, прмч. Или, прмчц. Анастасии, Варвары, мч. Алексия. Прп. Сергия исп.

Великий пост.  
«Если упадет на тебя гнев, поспешнее гони его подальше от себя – и будешь радоваться во все дни жизни твоей».  
Прп. Антоний Великий



ПЕРВЫЙ



21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». (16+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Наше всё». (12+)
11.05 «ПроУют». (0+)
12.15 «Поехали!». (12+)
13.10 «СОБАЧЬЕ СЕРДЦЕ». (12+)
15.50 «Баня, водка, гармонь, Голливуд». (16+)
17.00 «Я люблю мою страну». (0+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Эксклюзив». (16+)
19.10 «Владимир Жириновский. Прямая речь». (12+)
20.05 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
21.00 «Время»
21.35 «КВН». (16+)
23.50 «Эннио. Маэстро». (16+)
02.40 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



08.35 «По секрету всему свету»

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.50 «В кругу друзей»
12.50 «Доктор Мясников». (12+)
14.00 Вести
14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
17.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
21.00 «ЖИЗНЬ СПРАВОК НЕ ДАЁТ». (16+)
Юля мечтает стать дизайнером, но теряет всё, когда умирает её отец Юрий. Квартиры и счета арестовывают за долги.
00.40 «КРЫЛЬЯ ПЕГАСА». (12+)
04.00 «ПРИМЕТА НА ЧАСТЬЕ». (16+)

НТВ



10.20 «Главная дорога». (16+)

- 04.50 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
06.20 «Жди меня». (12+)
07.20 «Смотр». (0+)
08.00 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Секрет на миллион». (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 Следствие вели... (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
21.20 «Звезды». (16+)
23.00 «МЕЖДУНАРОДНАЯ ПИЛОРАМА». (18+)
23.45 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
00.25 Квартирник НТВ. (16+)
01.50 «Дачный ответ». (0+)
02.45 «МЕЧ». (16+)

СТС



08.00 ПроСТО кухня. (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
07.30 12.45 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
08.00 ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Премьера! Безумные изобретения. (12+)
10.30 Прятки. (16+)
11.40 Премьера! ОКнутые люди. (16+)
13.55 Впервые на СТС. «Волки и овцы. Бее-зумное превращение». (6+)
15.35 Впервые на СТС. «Волки и овцы. Ход свиньей». (6+)
17.05 «ВЕНОМ». (16+)
19.05 «Леди Баг и Супер-Кот. Пробуждение силы». (6+)
21.05 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)
23.00 «ДЕДУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
01.00 «НАЧАТЬ СНАЧАЛА». (12+)
03.00 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
04.55 «6 кадров». (16+)

ТНТ



23.00 «Женский стендап». (18+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)
08.30 «Хочу перемен». (16+)
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)
09.30 «Салон». (16+)
Тот самый проект о быстрых преображениях. Ведущая Анна Хилькевич и её команда помогают гостям меняться до неузнаваемости, параллельно решая их проблемы.
10.05 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
16.30 «Новая Битва экстрасенсов». (16+)
21.30 «Невеста. Экстра любовь». (16+)
23.00 «Женский стендап». (18+)
00.00 «Такое кино». (16+)
00.35 «Лига городов». (16+)
01.35 «Я тебе не верю». (16+)
02.25 «Импровизация. Команды». (16+)
04.00 Студия «Союз». (16+)
05.20 «Импровизация». (16+)
05.30 «Приключения Пилли». (16+)

РЕН



09.00 «Минтранс». (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Минтранс». (16+)
10.00 Самая полезная программа. (16+)
11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «Добровэфир». (16+)
20.00 «МСТИТЕЛИ: ФИНАЛ». (16+)
Железного человека, Тора и другие оставшихся в живых «Мстителей» ждёт решающая и самая масштабная битва с Таносом.
23.30 «БИТВА ЗА ЗЕМЛЮ». (16+)
01.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- ПЯТНИЦА
05.00 «Тайны Медовой долины». (12+)
05.30 Пятница News. (16+)
06.00 «Простоквашино». (0+)
07.30 Секреты на кухне. (16+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Четыре свадьбы. (16+)
22.50 Большие девочки. (16+)
01.40 «ШПИОН, КОТОРЫЙ МЕНЯ КИНУЛ». (16+)
03.20 Пятница News. (16+)
03.40 Черный список. (16+)
Ю
05.40 «Маша и Медведь». (0+)
09.15 «Селянка-горожанка». (16+)
Реали-эксперимент «Селянка-Горожанка» — это возможность для двух девушек из разных слоев общества переосмыслить собственную жизнь. Жительница мегаполиса и деревенская труженица на три дня поменяются местами. Им предстоит проверить себя на прочность...
14.15 «Беременная в 45». (16+)
18.35 «Мама в 16». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (16+)
04.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)
ЧЕ
06.00 Утилизатор. (16+)
06.20 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)
07.10 Утилизатор. (12+)
08.00 Утилизатор. (16+)
09.30 «СОЛДАТЫ-2». (16+)
20.00 «СОЛДАТЫ-3». (16+)
21.00 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
01.20 «Топчик-2». (16+)
Признайся, тебе давно хотелось ответить Максиму из «+100500». Мы тебя услышали!
02.10 «Топчик». (16+)
02.40 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)
03.30 Утилизатор. (16+)
05.50 Улётное видео. (16+)
МИР
05.00 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
06.00 Всё, как у людей. (6+)
06.15, 09.05 Мультфильмы. (6+)
06.50 «ЗАЙЧИК». (16+)
08.40 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (16+)
09.30 Фазендалайф. (6+)
10.00 Погода в мире
10.10 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (16+)
12.05, 16.15, 18.45 «ЖИТЬ СНАЧАЛА». (16+)
Сериял. Драма, 2009 г. Молодая девушка по несправедливому обвинению попадает в тюрьму. Даже оказавшись в таком чудовищном положении, героиня стойко преодолевает обрушившиеся на нее трудности.
16.00, 18.30 Новости
ОТР
06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 «Календарь». (12+)
10.30 «ЗАМОРОЖЕННЫЙ». (12+)
11.55 «ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ». (12+)
15.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
18.05 «Вечер вместе». (12+)
19.30 «Вспомнить всё». (12+)
20.00 «ЗЕЛЁНАЯ КАРЕТА». (16+)
21.30 «ДЖЕКИ». (16+)
23.00 «ЧЕЛОВЕК ИЗ ПОДОЛЬСКА». (18+)
00.30 «ЧЕТВЕРГ». (16+)
ПОБЕДА
04.40 «ЛЕДОКОЛ». (16+)
06.35 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
10.20 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)
14.10 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАББАТ». (16+)
В СССР перестройка, «холодная война» в самом разгаре. На этом фоне развивается история двух влюбленных — Мити и Ани. Родители Ани — диссиденты — вынуждены были вместе с дочерью эмигрировать в Америку. Митя остается в СССР. Его отец — генерал разведки, советник генсека, активно выступает за вывод войск из Афганистана.
01.00 «ТАНКИ». (16+)
02.30 «Я ПОДАРИЮ ТЕБЕ ПОБЕДУ». (16+)
03.00 «Фиксики». (0+)

ДЕТСКИЕ

- КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние пташки. «Панда и петушок Лука», «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Цветяшки!» (0+)
07.50 «Петроникс». (0+)
08.20 «Машинки Мокса». (0+)
09.40 «Мини-Мишки». (0+)
11.00 «Семья на ура!» (0+)
11.30 «Лунтик». (0+)
13.00 «Это супер!» (0+)
13.25 «Смешарики. Спорт». (0+)
14.45 «Барбоскины». (0+)
16.00 «Чик-Чиррино». (0+)
18.20 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
Отважные Смешарики отправляются в самое сердце джунглей, где их ждут опасные приключения, свирепые туземцы, до зубов вооруженные гаджетами, расхитители гробниц и невероятные испытания. Задача проста - всего-навсего спасти мир!
19.35 «Смешарики. Дежавю». (6+)
Крош решает устроить незабываемый день рождения Копатыча. Он обращается в агентство «Дежавю», которое обещает своим клиентам удивительные путешествия во времени.
21.00 «Мини-Мишки». (0+)
21.20 «Буба». (6+)
23.00 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
00.35 «Ералаш». (6+)
01.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
03.00 «Фиксики». (0+)
МУЛЬТ
06.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Песенки для малышей». (0+)
09.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Анимашки». (0+)
10.40 «Маша и Медведь. Анимашки: Порядочек, Что ты ешь?, Правильные правила». (0+)
10.50 «Маша и Медведь. Ты ж моя лапочка». (0+)
11.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
12.00, 02.00 «Геройчики. Обещания Флая». (0+)
12.10 «Кошечки-собачки. Праздник урожая». (0+)
12.20 «Мини-Мишки. Потерянное слово». (0+)
12.25 «Сказочный патруль. Рыбный день». (0+)
12.35 МУЛЬТсюрприз. (0+)
19.00 МУЛЬТпремьер! «Сказочный патруль. Рыбный день» (0+), «Геройчики. Обещания Флая» (0+), «Буба. Неожиданный гость» (6+), «Ник-изобретатель. Исчезающий вид» (0+), «Кошечки-собачки. Праздник урожая» (0+), «Маша и Медведь. Анимашки: Порядочек, Что ты ешь?, Правильные правила» (0+), «Маша и Медведь. Ты ж моя лапочка» (0+), «Черепашки. Конкурс» (0+), «Мини-Мишки. Потерянное слово» (0+)
20.05 «Мини-Мишки». (0+)
Увлекательный анимационный спин-офф сериала «Ми-ми-мишки» ответит на большие вопросы вашего маленького ребенка.
21.20 «Ми-ми-Мишки». (0+)
Компания разных зверей живёт в лесу и веселится.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

- 365 ДНЕЙ ТВ
00.00, 00.50 Без срока давности. (16+)
01.45, 13.55 Книжные аллеи. (12+)
02.15 Не дожидесь! (12+)
03.05 Испанская кровь (12+)
04.00 Секреты истории (16+)
06.05, 15.00 Обыкновенная история. (6+)
06.15, 13.25, 17.30, 21.35 Мемориалы России. (12+)
06.45 Пешком по Москве. (6+)
07.05 Экспозиция войны. (12+)
08.05 Рафаэль. Князь искусств. (12+)
09.45, 21.00 Легенды науки. (12+)
10.15 Великая Северная война. (12+)
10.50 Беспамятство. (12+)
12.00 Историяда: Цензура в Средние века. (12+)
12.55 Они были первыми. (12+)
14.30 История российских кадетских корпусов: Кадеты. Морской корпус. (6+)
15.10 Я погиб под Демянском. (12+)
16.00 Школа русских побед. (12+)
16.45 Бункер-42. Капсула времени. (12+)
18.00 Ключ на шпигле Государевой башни. (12+)
18.55 Народный фронт Победы: Большой театр. (12+)
19.25 Народный фронт Победы: Зажигалки. (12+)
20.00 Биология предательства. (12+)
22.10 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)
23.10 Под грифом «Секретно». (12+)
VJU HISTORY
06.00, 06.55 Великолепные памятники Франции. (12+)
07.55 Древняя история Сибири. (12+)
08.25 Очень странные экспонаты. (12+)
09.15 Планета сокровищ: Африка. (6+)
10.15 Планета сокровищ: Индия. (6+)
11.15, 12.15, 13.10 Меч из огня. (12+)
14.05 Кто убил неандертальца? (16+)
Климат, генетические особенности, конкуренция с другими видами - что же стало причиной внезапного исчезновения неандертальцев?
15.05 Времена гигантов. (12+)
За последние 20 лет было открыто значительно больше новых видов динозавров. Мы изучаем новые открытия и узнаем, как жили и эволюционировали эти великаны.
16.10 Загадки планеты Земля. (16+)
17.00, 17.55, 18.45, 19.35 Две сестры. (16+)
20.30 Выдающиеся женщины. (12+)
21.30 Выдающиеся женщины: Хеди Ламарр. (12+)
22.30 Выдающиеся женщины: Одри Хепберн. (12+)
23.30 Маутхаузен: лагерь невозврата. (16+)
00.30, 01.20, 02.00 Испания: подготовка к войне. (16+)
02.45 Карты убийств. (16+)
03.30 Древняя история Сибири. (12+)
ДОКТОР
06.00, 18.45 Эпоха антибиотиков. (12+)
История открытия оружия, с помощью которого учёным удалось выследить, изолировать и уничтожить наших самых распространенных и опасных невидимых врагов.
06.45, 15.50, 01.00, 04.35 Большой скачок. Эффект плацебо. (12+)
07.15, 16.20, 01.25 Большой скачок. Антиоксиданты: правда и мифы. (12+)
07.45, 16.50, 01.55 Медицинский репортёр. (12+)
08.15, 17.20, 02.20 Прозорливость. Я управляю тобой? (12+)
08.40, 17.50, 02.50 #Навидео. (12+)
09.10, 18.15, 03.15 На приеме у доктора Малявина. Во все лёгкие. (12+)
09.40, 21.20, 05.05 Генетический код. (12+)
10.40, 19.35 Это лечится. Дела сердечные. (12+)
11.05, 20.05 Под контролем. Мигрень. (12+)
11.35, 20.35 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+)
12.25, 23.20 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
13.20, 22.20, 03.45 Доктор, мне только спосить. Евгений Жилев. (12+)
13.50, 22.50, 04.10 Основной элемент. Время внутри нас. (12+)
14.15, 15.05, 00.15 Я, человек. (12+)



РОССИЯ К  
Культура



14.05 «Рассказы из русской истории»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 «Мультфильмы»
- 08.35 «СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ»
- 09.45 «Мы - грамотеи!»
- 10.25 Отпель. В добрый час
- 10.40 Фильм-спектакль «Дом окнами в поле»
- 11.10 «Земля Арсеньева»
- 12.00 «Коллекция»
- 12.30 Черные дыры. Белые пятна
- 13.10 01.55 «Все краски мира»
- 14.05 «Рассказы из русской истории»
- 15.05 «Репортажи из будущего»
- 15.50 Шедевры старого кино
- 17.20 Большой балет
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН»
- 21.05 «Хлеб, «Север» и кобальт»
- 22.00 «Агора»
- 23.05 Клуб «Шаболовка, 37»
- 00.05 «КОРОЛЕВА ШАНТЕКЛЕРА»

ТВЦ ТВЦ



10.55 «Просто & вкусно». (6+)

- 06.00 «Шутки без бороды». (12+)
- 06.55 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.20 «НАСТЕНЬКА». (16+)
- 10.55 «Просто & вкусно». (6+)
- 11.30 14.30 23.25 События
- 11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
- 12.50 «Москва резиновая». (16+)
- 13.15 14.45 «ЖЕНИХ ИЗ ХОРОШЕЙ СЕМЬИ». (12+)
- 17.15 «УЧАСТОК № 13». (12+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
- 22.05 «Право знать!» (16+)
- 23.35 «СС. Прислужники зла». (16+)
- 00.20 «90-е. Бомба для Афганцев». (16+)
- 00.55 Специальный репортаж. (16+)
- 01.25 «Хватит слухов!» (16+)
- 01.50 «Актёрские драмы. Клеймо Гайдая». (16+)
- 02.30 «Актёрские драмы. Убрать из кадра». (16+)

3 ТВ-3



09.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 09.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 09.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 10.30 «СМЕРТЕЛЬНАЯ ТРОПА». (16+)
- 12.30 «ТЕМНОЕ НАСЛЕДИЕ». (16+)
- 14.45 «ЛОВКИЕ РУКИ». (16+)
- 16.45 «ПЕРЕВОЗЧИК: НАСЛЕДИЕ». (16+)
- 19.00 «ПРОПАВШАЯ». (16+)
- 21.00 «ЛОГОВО МОНСТРА». (16+)
- Шон и Дерек зарабатывают на хлеб парковщиками у дорогого ресторана. А на масличке - общипают дома клиентов ресторана, пока те лакомятся деликатесами.
- 23.15 «ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ: ДОСТУП НЕОГРАНИЧЕН». (18+)
- 01.15 «Далеко и еще дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)

ДОМАШНИЙ



09.55 Уютное утро. (16+)

- 06.30 «ВЫБИРАЯ СЕБЯ». (16+)
- 09.55 Уютное утро. (16+)
- 10.25 «ДВА КРЫЛА». (16+)
- Екатерина - идеальная жена Игоря Игнатьева, владельца фармацевтического предприятия в небольшом городе Клинове. У Кати есть свой благотворительный фонд помощи талантливым детям. Вот только детей у пары нет, хотя оба супруга этого очень хотят.
- 14.45 «СКОЛЬКО СТОИТ ЛЮБОВЬ». (16+)
- Домработница Катя стала невольной причиной разрыва отношений Марины и Максима прямо перед их свадьбой, из-за чего лишилась работы.
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 23.05 «ВЕНЕЦ ТВОРЕНИЯ». (16+)
- 02.50 «Преступления страсти». (16+)
- 06.00 «ВЕНЕЦ ТВОРЕНИЯ». (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 09.00 «Страна советов». (16+)
- 09.30 «Новая». (12+)
- У каждой женщины есть мечта - посмотреть в зеркало и сказать: «Это «Новая» я!».
- 10.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 20.40 «СЛЕД». (16+)
- 00.00 «Известия. Главное». (16+)
- 01.05 «Светская хроника». (16+)
- 02.10 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 06.25 «ЗОЛОТЫЕ РОГА». (6+)
- 07.55 «Морской бой». (6+)
- 09.20 15.30 «Специальный репортаж». (16+)
- 09.30 03.30 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». (12+)
- 13.15 «Легенды науки». (12+)
- 14.00 «Главный день». (16+)
- 15.50 19.25 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
- 21.15 «Звезда-2024». (6+)
- 22.30 «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР». (16+)
- 00.15 «ПРИКАЗ: ОГОНЬ НЕ ОТКРЫВАТЬ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Умные машинки». (0+)
- 11.00 «ПАРФЮМЕРША 3». (16+)
- 12.00 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 12.30 «Легенды спорта». (12+)
- 13.00 «Точка.ру». (12+)
- 13.30 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.45 «ПОЗВОНИТЕ МЫШКИНУ». (12+)
- 15.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «ЖИЗНЕННЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Спортивная семья». (12+)
- 20.00 «Точка.ру». (12+)
- 20.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 21.00 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (16+)
- 23.15 «Формула здоровья». (12+)
- 23.45 «Такие разные». (12+)
- 00.45 «Открываем Воронеж». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 07.00 10.05 13.00 15.45 19.00 Новости
- 07.05 13.05 15.50 19.05 22.00 Все на Матч!
- 10.10 «ВОИН». (12+)
- 11.55 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.55 Мини-футбол. КПРО (Москва) - «Тюмень». Чемпионат России. ПАРИ-Суперлига
- 16.25 Футбол. «Хайденхайм» - «Бавария». Чемпионат Германии. Прямая трансляция
- 18.30 Футбол. «Журнал Лиги чемпионов». (6+)
- 19.45 Футбол. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - «Сочи». МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 22.45 Футбол. «Атлетик» - «Мальорка». Кубок Испании. Финал. Прямая трансляция
- 01.15 Смешанные единоборства. (16+)
- 04.00 Новости. (0+)
- 06.00 23.40 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 «Мой первый тренер». (12+)
- 08.15 09.00 11.50 13.05 21.00 Спецрепортаж. (12+)
- 08.30 03.20 «Легенды олимпийского мяча». (12+)
- 09.15 15.35 Небесная грация. (0+)
- 09.30 04.10 Страна смотрит спорт. (12+)
- 10.05 19.10 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 12.20 «7 сторон силы». (0+)
- 13.25 «Ручная работа». (12+)
- 13.55 16.55 04.40 Гандбол. Кубок России. Финал 4-х. (6+)
- 16.00 Что по спорту? (12+)
- 16.25 «Большой хоккей». (12+)
- 18.40 География спорта. (12+)
- 21.20 Лица страны. (12+)
- 21.40 Профессиональный бокс. (16+)
- 01.30 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
- 06.50 Плейлист | Весна. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Перемотка. (16+)
- 11.00 Чарт Золотой граммофон Русского Радио. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Если б я был султан. Страсти по Лагучеву. (16+)
- 13.00 Топ-30. (16+)
- 15.00 Приехали! (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. A'Studio «Улетаю». (16+)
- 16.00 Знаешь ли ты? (16+)
- 17.00 Битва поколений. Mia Воука vs Шура. (16+)
- 18.30 Дискотака МУЗ-ТВ «Золотые хиты-2021». (16+)
- 20.20 Народное диско. (16+)
- 21.20 Танцпол. (16+)
- 23.00 Dance chart. (16+)
- 00.00 Танцпол. (16+)
- 02.00 Карaoke хит. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ


- VIJU TV1000 VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.35 «Приключения Пилы». Мультфильм. (6+)
- 07.00 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ». (16+)
- 08.45 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (16+)
- 10.45 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ 3.0». (16+)
- 12.35 «ТУТСИ». (16+)
- 15.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (16+)
- 16.55 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (16+)
- 19.00 «СЕМЬЯНИН». (16+)
- 21.30 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (6+)
- 23.30 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ-2». (6+)
- 01.30 «АРТУР И МИНИПУТЫ». (12+)
- 03.05 «АРТУР И МЕСТЬ УРДАЛАКА». (6+)
- 05.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.55, 12.50 «СКЛИФООСОВСКИЙ». (16+)
- 13.45 «ЕЛКИ-Э». (12+)
- 15.45 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ». (16+)
- 17.30 «ИВАНОВО СЧАСТЬЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ». (16+)
- 19.20 «ДЖЕНТЛЬМЭНЫ, УДАЧИ!». (16+)
- 21.15 «ХАНДРА». (16+)
- 23.15 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)
- 01.05 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)
- 02.45 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРВЫХ ПСОВ». (16+)
- 05.05 «Шелкунчик». Мультфильм. (6+)
- 05.50 «Коты Эрмитажа». Мультфильм. (6+)
- 07.10 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 08.50 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 11.45 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 13.00 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
- 14.30 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 16.30 «БАЛАБОЛ-7». (16+)
- Новая встреча с Саней Балабинным и его отделом!
- 23.00 «ВИКИНГ». (16+)
- Историческая сага, в основе которой события «Повести временных лет».
- 01.35 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (16+)
- 04.30 «ТОБОЛ». (16+)
- 05.00, 08.50, 13.00, 03.55 «Маша и Медведь». «Машини сказки». Мультсериалы. (0+)
- 08.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 12.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 16.30 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 18.30, 19.20, 20.10 Дети рулят. (16+)
- 21.00 Богиня свиданий. (16+)
- 22.00 Моя жена рулит. (16+)
- 23.00, 23.40, 00.00, 00.40, 01.00 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 01.30, 02.10 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 02.40 «Герой СамСам». Мультфильм. (6+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.00 «Отель «У овечек». Мультсериал. (0+)
- 08.10 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Шеф-повар Виктор Баринцов ушел на пенсию, а Элеона Андреевна встретила мужчину своей мечты. Михаил Джекович по-прежнему отвечает за порядок в «Элеоне», шеф-поваром ресторана «Victor» назначили Сено...
- 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- 01.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Очередная проделка Тамары может обернуться для Васнецова потерей важной клиентки...
- 05.55 «Три кота». (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.30 «ИХ СОБСТВЕННАЯ ЛИГА». (16+)
- 04.25 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (12+)
- 06.15 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
- 08.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
- 10.25 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 12.40 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 14.15 «СОКРОВИЩА ДЖУНГЛЕЙ». (18+)
- 15.55 «ОСТОРОЖНО, КЕНГУРУ!» (18+)
- 17.35 «ДЕНЬ СУРКА». (12+)
- 19.30 «НЯНЬКИ». (12+)
- 21.15 «РЭД». (16+)
- Комедия, триллер, боевик
- 23.15 «РЭД-2». (12+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 06.30 «ДОБРОЕ УТРО». (12+)
- 08.05 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (12+)
- 10.40 «УРОК ЖИЗНИ». (12+)
- 12.40 «ГОЛУБОЙ ПОРТРЕТ». (12+)
- 14.15 «СЕРЕЖА». (12+)
- 15.35 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ». (16+)
- 17.20 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ». (12+)
- 19.20 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- 21.00 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 22.45 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)
- 00.20 «ЭТА ВЕСЕЛАЯ ПЛАНЕТА». (12+)
- 01.55 «МАЙОР «ВИХРЬ» (12+)
- 05.30 «ВОСХОЖДЕНИЕ». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «РОКОВАЯ ОШИБКА». (16+)
- 12.00, 20.00 «ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ТАНЦЫ МАРИОНЕТОК». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «СКВОЗЬ РОЗОВЫЕ ОЧКИ». (16+)
- 04.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- Сериал. Семейная сага, Россия, Украина, 2009 г. В ролях: Виктория Толстоганова, Елена Панова, Александр Пороховщиков, Дмитрий Иосифов, Дмитрий Подновов
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.00 «Отель «У овечек». Мультсериал. (0+)
- 08.10 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Шеф-повар Виктор Баринцов ушел на пенсию, а Элеона Андреевна встретила мужчину своей мечты. Михаил Джекович по-прежнему отвечает за порядок в «Элеоне», шеф-поваром ресторана «Victor» назначили Сено...
- 00.00 Сердца за любовь. (16+)
- 01.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Очередная проделка Тамары может обернуться для Васнецова потерей важной клиентки...
- 05.55 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 «БОГДАН ХМЕЛЬНИЦКИЙ». (12+)
- 07.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
- 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.55 Простые чудеса. (12+)
- 09.55, 10.30 Пилигрим. Святые волжских берегов. (6+)
- 11.00 Святые России. (6+)
- 12.05 Глобус православия с Марией Бутиной. (12+)
- 13.00, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
- 13.55 В поисках Бога. (12+)
- 14.30 Профессор Осипов. (0+)
- 15.00 Простые чудеса. (12+)
- 16.00 «ПОДРАНКИ». (12+)
- 18.00 Русский мир. (12+)
- 19.10, 20.35 «ТАК И БУДЕТ». 1-2 серии. (16+)
- СССР, 1979 г. В ролях: Александр Михайлов, Кирилл Лавров, Наталья Варлей
- 22.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.10 Спас-стрим. (16+)
- 01.30 Русский мир. (12+)
- 02.25 Простые чудеса. (12+)
- 03.15 В поисках Бога. (12+)
- 03.45 Профессор Осипов. (0+)
- 04.15 Специальный корреспондент с Аркадием Мамонтовым. Крест. (0+)

Православный календарь

6 апреля  
Седмица 3-я Великого поста. Глас 2.  
Предпразднство Благовещения  
Пресвятой Богородицы.  
Прп. Захарии монаха.



Свт. Артемия (Артемона), еп. Солунского (Селевкийского). Прп. Иакова исп., еп. Прп. Захарии, постника Печерского. Мчч. Стефана и Петра Казанских. Сщмч. Александра пресвитера. Сщмч. Владимира пресвитера. Иконы Божией Матери, именуемой «Тучная Гора».

Великий пост.  
«Очищай ум твой от гнева, злопаметства и срамных помыслов – и тогда сможешь узнать Христово в тебе вселение».

Прп. Максим Исповедник



ПЕРВЫЙ



13.10 «Видели видео?» (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 «Мечтальион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Играем свадьбу!» (12+)
11.05 «Жизнь других». (12+)
12.15 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
13.10 «Видели видео?» (0+)
14.30 «ВОР». (16+)
16.25 «Лучше всех!» Новый сезон. (0+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Большая история». (16+)
21.00 «Время»
23.00 «Что? Где? Когда?». (16+)
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым

- 06.10 «ЗЛАЯ ШУТКА». (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
12.40 «ЗДРАВСТВУЙ, СЕСТРА». (12+)
Елена, школьная учительница, живёт одна и больше всего на свете мечтает найти свою младшую сестру Вику, с которой её разлучили в детстве. Двадцать лет назад после гибели родителей девочки оказались в детдоме...
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.05 «ЗЛАЯ ШУТКА». (12+)

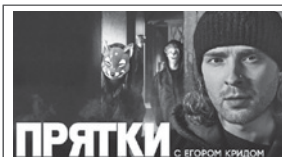
НТВ



17.00 «Следствие вели...» (16+)

- 04.55 «ЛЕГАВЫЙ». (16+)
06.30 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
12.00 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 Человек в праве. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели»
20.20 «Маска». Новый сезон. (12+)
00.00 «Звезды сошлись». (16+)
01.35 «Основано на реальных событиях». (16+)
03.05 «МЕЧ». (16+)

СТС



18.00 Премьера! Прятки. (16+)

- 06.00 Ералаш. (6+)
07.00 «Отель «У овечек». (0+)
07.15 10.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
08.00 ПроСТО кухня. (12+)
09.00 Премьера! Рогов в городе. (16+)
10.25 Впервые на СТС. «Трио в перьях». (6+)
12.05 «Трио в перьях-2». (6+)
13.55 «Леди Баг и Супер-Кот. Пробуждение силы». (6+)
15.55 «ВЕНОМ». (16+)
18.00 Прятки. (16+)
19.05 Премьера! Прятки. Секреты сезона. (16+)
19.55 «Кролецып и Хомяк Тьмы». (6+)
21.45 «МЕГАЛОДОН». (16+)
23.45 «КОРАБЛЬ В ПУСАН». (18+)
02.05 «СКОРОСТЬ: АВТОБУС 657». (18+)
03.30 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
05.00 «6 кадров». (16+)
05.15 «Мультфильмы». (0+)

ТНТ



10.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)
09.30 «Битва пикников. Праздники». (16+)
10.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
14.00 «Новая Битва экстрасенсов». (16+)
19.00 «Сокровища императора». (16+)
21.50 «Новая фабрика звезд». (16+)
23.55 «Шоу Воли». (16+)
Павел Воля всегда рад гостям в своей студии. Он обязательно расспросит звёзд об их истории успеха, заставит сыграть в весёлую игру, а потом ещё и споёт вместе с ними.
01.00 «Конфетка». (16+)
02.35 «Я тебе не верю». (16+)
03.20 «Импровизация. Команды». (16+)
04.55 Студия «Союз». (16+)
06.30 «Импровизация». (16+)

РЕН



10.30 «Наука и техника». (16+)

- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Легенды и мифы». (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «Неизвестная история». (16+)
14.00 «ОПЕРАЦИЯ В КРАСНОМ МОРЕ». (16+)
16.55 «МСТИТЕЛИ: ФИНАЛ». (16+)
20.30 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)
Во всех СМИ твердят о приближающейся к Земле комете, а Джона Гэррити больше волнует, как сохранить разваливающийся брак.
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 06.30 Пятница News. (16+)
06.55 «Простоквашино». (12+)
07.30 Секреты на кухне. (16+)
08.30 Мамы Пятницы. (16+)
09.00 Погнали! (16+)
10.00 Гастротур. (16+)
11.00 Погнали! (16+)
12.10 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
14.40 Погнали! (16+)
23.20 За волшебством. (16+)
00.30 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)
02.10 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)
03.40 Пятница News. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
09.30 «СОЛДАТЫ-3». (16+)
21.00 «+100500». (18+)
23.00 «+100500». (18+)
01.15 iПочик-2. (16+)
02.50 «Утилизатор» с Настей Туман. (16+)
«Утилизатор» с Настей Туман - обновленное игровое шоу телеканала «ЧЕ!» в жанре викторины. Настя Туман - автомобильный эксперт, механик и блогер с многомиллионной аудиторией. А еще она современная, яркая и умная девушка, которая знает о машинах всё!
03.40 Утилизатор. (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 16.05 «Календарь». (12+)
09.30 Все по-взрослому
11.10 «Моя история». (16+)
11.55 Кино на все времена. (12+)
15.05 Сергей Жилин представляет. «Virtus». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.45 «ПИСЬМА К ЭЛЬЗЕ». (12+)
21.40 «РОККО И ЕГО БРАТЯ». (16+)
00.35 «ЭТО СЛУЧИЛОСЬ ОДНАЖДЫ НОЧЬЮ». (12+)

Ю

- 05.40 «Маша и Медведь». (0+)
10.15 «Дорогая, я забил». (12+)
На три дня мама освобождается от домашних дел и отправится в отпуск мечты, а папе предстоит примерить на себя ее жизнь. Теперь папе нужно не только сделать ремонт и справиться с детьми, но и прожить эти три дня по графику мамы. Все рутинные и даже самые невообразимые женские дела ложатся на хрупкие мужские плечи.
13.25 «Чадо из ада». (12+)
16.20 «Мама в 16». (16+)
19.45 «Жули». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (16+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (6+)
06.25, 02.10 Наше кино. История большой любви. (16+)
07.20 «МИМИНО». (16+)
09.25 Точка на карте. (6+)
09.30 Фазендалайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.10 «ЗНАХАРЬ». (16+)
13.00, 16.15, 19.30, 01.00 «ОХОТА НА ГАУЛЯЙТЕРА». (16+)
Сериал. Исторический фильм, драма, военный фильм, 2012 г. В ролях: Анастасия Заворотнюк, Мария Машкова, Людмила Чурсина, Лариса Лужина, Сергей Белякович
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)
03.00 «ВРАТАРЬ». (16+)
04.15 «ЖИТЬ СНАЧАЛА». (16+)

ПОБЕДА

- 04.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
05.30 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
07.50 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
09.40 «ОТЧИМ». (16+)
Молодая женщина Настя семь лет ждёт мужа с фронта. Ожидание и вера - вот все, чем живёт она и её маленький сын Мишка. Ее жалеют, но за спиной шепчутся: чего ждать, кому было суждено прийти - пришли. ... Однажды ночью в дом Насти стучится молодой мужчина Игорь Галицкий, оказавшийся председателем местного крайкома партии.
01.00 «ПАПА». (16+)
02.30 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Маша и Медведь», «Царевны». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Цветяшки!» (0+)
07.50 «Петроникс». (0+)
08.20 «Мультипелки. Шоу». (0+)
09.00 «Еда на ура! Как в сказке». (0+)
09.25 «Оранжевая корова». (0+)
11.00 «Студия красоты». (0+)
11.20 «Шмяк. Волшебная лавка Есенин». (0+)
12.25 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
14.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
15.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
16.30 «Фиксики. Большой секрет». (6+)

МУЛЬТ

- 06.00, 16.10, 00.50 «Бодо Бородо. Бокварь». (0+)
11.00 «Монскики». (0+)
12.00, 20.45, 04.00 «Бодо Бородо. БОДОпутешествия». (0+)
«Бодо Бородо» - весёлый и образовательный мультсериал с необычным учителем. Смешной бородач Бодо Бородо ничего не знает, может запросто перепутать аэропорт с вокзалом, Северный полюс с Австралией, но зато с ним можно всему научиться! Любой урок в компании Бодо Бородо - это увлекательное путешествие, где главный герой с помощью терпеливых учеников прокладывает себе дорогу в полный сюрпризов мир знаний.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Секреты истории. (16+)
02.05, 11.00 Обыкновенная история. (6+)
02.15, 09.25, 13.30, 17.35, 21.30 Мемориалы России. (12+)
02.45 Пешком по Москве. (6+)
03.05 Экспозиция войны. (12+)
04.05 Рафаэль. Князь искусств. (12+)
05.45, 17.00, 21.00 Легенды науки. (12+)
06.15 Великая Северная война. (12+)
06.50 Беспаматство. (12+)
08.00 Историада: Цензура в Средние века. (12+)
08.55 Они были первыми. (12+)
09.55 Книжные аллеи. (12+)
10.30 История российских кадетских корпусов: Кадеты. Морской корпус. (6+)
11.10 Я погиб под Демянском. (12+)
12.00 Школа русских побед. (12+)
12.45 Бункер-42. Капсула времени. (12+)
14.00 Ключ на шпилье Государевой башни. (12+)
14.55, 15.25, 20.00 Народный фронт Победы. (12+)
16.00 Биология предательства. (12+)
18.10 Великое освоение Сибири. Кочевники во времени. (12+)
19.10 Под грифом «Секретно». (12+)
20.30 Народовластие: Новгородская республика. (12+)
22.10 Город трёх империй. (12+)

VJU HISTORY

- 06.05, 06.55 Великолепные памятники Франции. (12+)
07.55 Древняя история Сибири. (12+)
08.25 Очень странные экспонаты: Батарея, кричащая мумия и железная рука. (12+)
09.15 Планета сокровищ: Ближний Восток. (6+)
10.15 Рассвет древних цивилизаций: Карфаген. (12+)
11.15 Рассвет древних цивилизаций: Германские племена. (12+)
12.15 Рассвет древних цивилизаций: Арабы. (12+)
13.15, 14.10 Майя. Рождение Легенды. (12+)
Правда ли, что цивилизация майя была создана пришельцами? Кто был их самым почитаемым божеством? Чем живут потомки древних майя? Создатели документального фильма пытаются развеять различные мифы, связанные с древней цивилизацией.
15.05 Загадки планеты Земля. (16+)
15.55, 16.55, 17.55, 19.00 Тони Робинсон и Британия на пленке. (16+)
20.00, 20.55 Краткая история футбола вместе с Алфи Алленом. (12+)
21.50, 22.45, 23.40 48 часов до победы. (16+)
00.35, 01.25, 02.10 Испания: подготовка к войне. (16+)
02.50, 03.40, 04.30 Меч из огня. (12+)
05.20 Древняя история Сибири. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 10.25, 19.35, 20.20 Я, человек. (12+)
06.45, 15.50, 00.50 Это лечится. Дела сердечные. (12+)
07.15, 16.20, 01.20 Под контролем. Мигрень. (12+)
07.40, 16.50, 01.45 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+)
08.30, 17.40, 03.25 Можно ли остановить болезнь Альцгеймера? (12+)
09.25, 18.35 Доктор, мне только спростить. Евгений Жилев. (12+)
09.55, 19.05 Основной элемент. Время внутри нас. (12+)
11.15, 00.05 Эпоха антибиотиков. (12+)
12.05, 21.10 Большой скачок. Эффект плацебо. (12+)
12.30, 21.40 Большой скачок. Антиоксиданты: правда и мифы. (12+)
13.00, 22.10, 04.15 Медицинский репортёр. Работа на высоте. Промальпинисты и машинисты кранов. (12+)
13.25, 22.35, 04.40 Проздоровье. Я управляю тобой? (12+)
13.55, 23.05, 05.05 #Навидео. (12+)
14.25, 23.35, 05.35 На приеме у доктора Малявина. Во все лёгкие. (12+)
14.55, 02.30 Генетический код. (12+)
Генетический код всех живых организмов записан одним и теми же «буквами» - их всего четыре...



РОССИЯ К  
Культура



13.25 «Игра в бисер»  
с Игорем Волгиным

- 07.45 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД»
- 09.05 Тайны старого чердака
- 09.35 Диалоги о животных
- 10.15 «Георгий Вицин»
- 10.55 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН»
- 12.10 Неизвестные маршруты России
- 12.55 «Невский ковчег»
- 13.25 «Игра в бисер»
- 14.05 «Неизвестная»
- 14.35 «КОРОЛЕВА ШАНТЕКЛЕРА»
- 16.30 «Картина мира»
- 17.15 «Пешком...»
- 17.45 90 лет со дня рождения Льва Аннинского
- 18.30 «Романтика романса»
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 «ЗЕРКАЛО»
- 22.15 VI церемония вручения Международной профессиональной музыкальной премии BraVo в сфере классического искусства
- 00.50 «СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ»

ТВЦ



09.00 «Здоровый смысл»  
(16+)

- 05.45 «ПОСЛЕДНИЙ ДОВОД». (12+)
- 07.15 «ДАМА ТРЕФ». (12+)
- 09.00 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.35 «МАГАЗИНЧИК НА КОЛЁСАХ». (12+)
- 11.30 00.05 События
- 11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.35 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Дорогие товарищи. Невозвращенцы». (16+)
- 15.55 «Русские тайны. Пропавшие сокровища». (16+)
- 16.40 «90-е. Звёзды на час». (16+)
- 17.35 «НИКОГДА НЕ РАЗГОВАРИВАЙ С НЕЗНАКОМКАМИ». (12+)
- 21.25 00.20 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (16+)
- 01.05 «Петровка, 38». (16+)
- 01.15 «ЦВЕТ ЛИПЫ». (12+)
- 04.10 «Короли эпизода». (16+)

ТВ-3



23.00 «БРАТАНЫ».  
(16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.00 Новый день. (16+)
- 08.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 10.30 «Ковёр-самолёт». (6+)
- 12.15 «МАЖОР». (16+)
- Мажор виртуозно сбегает из тюрьмы и начинает новую жизнь. Друзья, враги и ФСБ идут по следу Мажора, пытаются понять, какую игру он затеял и на чьей он стороне.
- 14.15 «МАЖОР». (16+)
- 23.00 «БРАТАНЫ». (16+)
- Жизнь одного из братьев - Серёги Евликина - изменилась: он развелся со Светой, младший сын Серёжа остался жить с отцом. В один из вечеров мальчик заснул в гостях у сводного брата, и Серёга, пытаясь найти себе занятие, отправился проверить охранников своего агентства.
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



09.50 Пять ужинов.  
(16+)

- 06.30 «ВЕНЕЦ ТВОРЕНИЯ». (16+)
- 09.50 Пять ужинов. (16+)
- 10.05 «ЗОНТИК ДЛЯ ПОДРУГ». (16+)
- Ася, Лера и Надя - лучшие подруги со школы. У каждой из них своя налаженная жизнь, вот только отношения с мужчинами не складываются. Уставшие от вечных проблем с мужчинами, подруги дают друг другу клятву, что отныне в их жизни не будет предателей. Девушки больше не верят в отношения и не позволяют мужчинам портить им жизнь. Но даже самые сильные клятвы теряют свою силу, когда приходит настоящая любовь.
- 14.40 «Я ТЕБЯ НАШЛА». (16+)
- 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- 23.40 «ВЫБИРАЯ СЕБЯ». (16+)
- 03.10 «Преступления страсти». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 06.30 «НАСТОЯЩИЙ». (16+)
- Александр Волков оставил военную службу ради любимой жены Алены и служения Богу. Но новый светлый путь омрачается трагической гибелью Алены, после чего только православная вера помогает Волкову жить.
- 15.25 «НАШ СПЕЦНАЗ». (12+)
- 00.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ». (16+)
- 01.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-2». (16+)

ЗВЕЗДА

- 06.50 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка». (12+)
- 12.50 «Война миров». (16+)
- 15.20 «Скрытые угрозы». (16+)
- 16.10 «Секретные материалы». (16+)
- 17.05 «Загадки века». (12+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 23.45 «БЕРЕГ». (12+)
- 02.25 «ЗОЛОТЫЕ РОГА». (6+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Умные машинки». (0+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Служу Отечеству». (12+)
- 14.15 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (16+)
- 16.30 «Открываем Воронеж». (12+)
- 16.45 «Просто жизнь». (12+)
- 17.15 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 17.45 «ЖИЗНЕННЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 «Легенды спорта». (12+)
- 21.00 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
- 22.45 «Точка.ру». (12+)
- 23.15 «Такие разные». (12+)
- 00.15 «Марафон». (12+)
- 01.15 «Формула здоровья». (12+)
- 01.45 «Спортивная семья». (12+)
- 02.00 «Малая сцена». (12+)
- 03.30 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 География спорта. (12+)
- 06.30 Футбол. «Журнал Лиги чемпионов». (6+)
- 07.00 09.30 12.00 15.45 Новости
- 07.05 12.05 15.50 00.45 Все на Матч!
- 09.35, 10.40 Лыжные гонки. Кубок России
- 12.55 Баскетбол. «Енисей» (Красноярск) - ЦСКА. Единая лига ВТБ
- 14.55 «Вы это видели». (12+)
- 16.15 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 18.30 Футбол. «Динамо» (Москва) - «Спартак» (Москва). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 21.25 Футбол. «Галатасарай» - «Фенербахче». Суперкубок Турции
- 23.45 «После футбола» с Георгием Черданцевым
- 01.30 Баскетбол. «МИНСК» (Белоруссия) - «Пари Нижний Новгород». Единая лига ВТБ. (6+)
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 13.55 16.55 04.40 Гандбол. Кубок России. Финал 4-х. (6+)
- 07.20 География спорта. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 «Артем Окулов. Штангисты не плачут». (12+)
- 08.35 09.40 13.05 15.35 18.35 Спецрепортаж. (12+)
- 08.50 16.00 «Спортивный интерес». (12+)
- 09.15 16.25 «Магия большого спорта». (12+)
- 10.05 01.20 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 11.55 Профессиональный бокс. (16+)
- 13.25 «Легенды олимпийского мяча». (12+)
- 18.50 00.55 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 19.20 20.10 03.05 03.50 Лыжные гонки. Кубок России. (0+)
- 21.00 21.50 22.40 23.40 Волейбол на снегу. Чемпионат России. (6+)
- 00.40 Небесная грация. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.35 У-Дачный чарт. (16+)
- 08.30 Тееп чарт. (16+)
- 09.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 09.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.30 Лига клипов. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 МузРаскрутка. (16+)
- 12.30 Хит-Сториз. (16+)
- 13.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Если б я был султан. Страсти по Лагучеву. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00 Искры летят. (16+)
- 19.00 Дискотека МУЗ-ТВ «Золотые хиты-2021». (16+)
- 21.20 Плейлист | Весна. (16+)
- 22.00 Сплетни-шейкер. (16+)
- 22.30 Плейлист | Весна. (16+)
- 23.30 Муз'итив. (16+)
- 02.20 Лайкер. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 VIJU TV1000
- 06.05 «ТУТСИ». (16+)
- 08.10 «ВИДИМОСТЬ ГНЕВА». (16+)
- 10.30 «СЕМЬЯНИН». (16+)
- 13.00 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ». (6+)
- 14.55 «МОЯ УЖАСНАЯ НЯНЯ-2». (6+)
- 17.05 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». (16+)
- Фантастическая комедия, США, 1997 г.
- 19.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-2». (16+)
- 20.40 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ-3». (16+)
- 22.45 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
- Фантастическая комедия, США, 2001 г.
- 00.40 «МАРТОВСКИЕ ИДЫ». (16+)
- 02.15 «ПАРАНОЙЯ». (12+)
- 03.50 «ПРЕДЕЛ РИСКА». (16+)
- TV1000 РУССКОЕ VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 09.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.55, 12.50 «СКИФОСОВСКИЙ». (16+)
- 13.45 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!». (16+)
- 15.45 «ХАНДРА». (16+)
- 17.40 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ». (12+)
- 20.00 «ОБИТАЕМЫЙ ОСТРОВ: СХВАТКА». (12+)
- 22.00 «АВАНПОСТ». (16+)
- 00.30 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)
- 02.05 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (12+)
- 04.00 «ТАЙНЫЙ САНТА». (12+)
- 05.15 «Волк и телёнок». Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 06.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.45 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
- 10.45 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 12.30 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 13.50 «ВАЛЕРИАН И ГОРОД ТЫСЯЧИ ПЛАНЕТ». (16+)
- 16.30 «БАЛАБОЛ-7». (16+)
- 23.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 00.45 «ДОРОГОЙ ПАПА». (12+)
- 02.10 «ЛЁГКО НА ПОМИНЕ». (16+)
- 03.30 «ТАЙНА ТЁМНОЙ КОМНАТЫ». (6+)
- СУББОТА! СУББОТА!
- 05.00, 07.45, 13.20, 04.40 «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 07.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 12.50 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 16.30 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 20.10 Дети рулят. (16+)
- 21.00 Богиня свиданий. (16+)
- 22.00 Богиня шопинга. (16+)
- 23.00, 23.40, 00.00, 00.40, 01.00 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 01.30, 02.10, 02.50 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 03.30 «Викинг Вики». Мультфильм. (6+)
- КИНОКОМЕДИЯ
- 01.20 «ТРЕТИЙ НЕ ЛИШНИЙ». (18+)
- 03.40 «КТО ТВОЯ БАБУШКА, ЧУВАК?» (12+)
- 05.20 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (12+)
- 07.25 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: ПОДНЕБЕСНАЯ». (16+)
- 09.25 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (18+)
- 11.50 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (12+)
- 13.50 «ДЕНЬ РАДИО». (18+)
- 15.45 «НА МОРЕ!» (16+)
- 17.40 «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (16+)
- 19.30 «БАТЯ». (16+)
- 20.55 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
- Боевик, приключения
- 23.05 «ШЕСТОЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 07.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО». (12+)
- 09.50 «ДОРОГА». (12+)
- 11.40 «АТТЕСТАТ ЗРЕЛОСТИ». (12+)
- 13.20 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)
- 14.50 «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА». (12+)
- 16.25 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
- 21.20 «СПОРТЛОТО-82». (12+)
- 23.00 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (12+)
- 00.55 «СЛУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА». (12+)
- 02.30 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ ОДНОГО ГОДА». (12+)
- 04.15 «ПЕРВЫЙ УЧИТЕЛЬ». (12+)
- 05.50 «РАЗВЛЕЧЕНИЕ ДЛЯ СТАРИЧКОВ». (12+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «СКВОЗЬ РОЗОВЫЕ ОЧКИ». (16+)
- В ролях: Анастасия Артемьева, Юлия Шиферштейн, Семён Арзуманов, Александр Кульков
- 12.00, 20.00, 04.00 «БЛУДНЫЕ ДЕТИ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
- 15.00, 23.00 «ТАНЦЫ МАРИОНЕТКИ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ ВСЕГДА». (16+)
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 07.00 «ВОДОВОРОТ ЧУЖИХ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- СТС LOVE СТС LOVE
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- Чтобы отвести подозрения, Никита увольняет Дашу... Айбек выбирает жену из числа горничных...
- 22.05 Клик Клак шоу (16+)
- Создатели шоу придумали множество конкурсов. Участников ждут непредсказуемые испытания, которые затрагивают самые разные эмоции от страха неизвестности и стыда до преодоления фобий.
- 00.10 Сердца за любовь. (16+)
- 01.30 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Новоселье затянулось до утра и имело самые неожиданные последствия...

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.40 В поисках Бога. (12+)
- 06.10 Профессор Осипов. (0+)
- 06.45 Крест. (0+)
- 07.55 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. (0+)
- 12:45 «Лето Господне». Благовещение Пресвятой Богородицы (6+)
- 14.45 Профессор Осипов. (0+)
- 15.15 Русский мир. (12+)
- 16.25 «Я СДЕЛАЛ ВСЕ, ЧТО МОГ». (6+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.30 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ». (12+)
- СССР, 1976 г.
- 21.20 Перекрестить Россию. (0+)
- Со 2 сентября по 4 ноября 2023 года по благословению Святейшего Патриарха состоялся Крестный ход с освященной копией Годенского креста.
- 22.25 Щипков. (12+)
- 23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.10 Спас-стрим. (16+)
- 01.30 День Патриарха. (0+)
- 01.45 Крест. (0+)
- 02.45 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 04.05 Русский мир. (12+)

Православный календарь

7 апреля  
Неделя 3-я Великого поста,  
Крестопоклонная. Глас 3.  
Благовещение Пресвятой Богородицы.



Преставление свт. Тихона, патриарха Московского и всея России. Прп. Саввы Нового. Иконы Благовещения Божией Матери.  
**Великий пост. Разрешается рыба.**  
« Когда смущает тебя искушение сказать укоризненное слово, представь, что должен ты решить о себе, приблизиться ли тебе к Богу долготерпением, или чрез гнев передаться на сторону противника. »  
Свт. Василий Великий



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.

Петрович приехал на вызов к давнему знакомому – ворчливому старичку-коллекционеру. Вся его квартира, от порога до самых дальних закоулков, была буквально завалена скульптурами лошадей всех возможных размеров. Даже в прихожей вместо вешалки стояла высокая худая деревянная лошадь, на которой старик раскладывал свою верхнюю одежду. Шапку он вешал лошади на уши, отчего та имела слегка придурковатый вид.

Лошадей постоянно кто-то крал. Вернее, старичку так казалось. Раз в месяц, а то и чаще, он вызывал полицию и, в азитации потрясая руками с зажатой в них клюкой, рассказывал, что «вот только вчера еще статуэтка кузнецовского завода (китайского фарфора, итальянской работы) стояла вот здесь, а сегодня ее нет!» Стараниями приехавших на вызов полицейских лошадь быстро обнаружилась на соседней полке (в другом шкафчике, в кухне), и старик

# Жемчужина коллекции



выпробовывал бригаду с помощью той же клюки.

Однако на этот раз особая ценная лошадь – медный всадник итальянской работы, антиквариат, XVI век – к изумлению Петровича не нашлась ни на соседней полке, ни в другом шкафчике, ни в кухне.

– Странно, – пробормотал он и обратился к старичку. – У вас был кто-нибудь вчера?

– Был, – кивнул он. – Внучатый племянник был, Семён,

Сёма. Но вы на него даже не думайте, он хороший мальчик. Студент, пошел по стопам отца – учится в историко-архивном. Между прочим, отличник, повышенную стипендию получает! – в голосе старичка сквозила неприкрытая гордость за юного родственника.

– А вы спрашивали у этого отличника про статуэтку?

– Нет конечно! – возмущению старичка не было предела. – Во-

первых, он не мог, просто не мог ее взять! Он как никто, как историк, понимает ценность этой статуэтки. И понимает, что это жемчужина моей коллекции!

Петровичу показалось, что в этот момент глаза старичка наполнились слезами, но тот после небольшой паузы взял себя в руки и перешел на свой обычный ворчливый тон.

– А во-вторых, я не могу у него спросить, он живет в общежитии. Телефон там только на вахте, и я его не знаю.

– Как же вы с ним связываетесь?

Никак не связываюсь. Зачем? Мне периодически звонит его мать из Вышнего Волочка, этого достаточно. А Сёма сам заходит. Иногда. Вчера вот тоже заходил. Жаловался, что стипендии не хватает на книги. Можно подумать, мне моей пенсии на все хватает. Но ведь живу как-то, не жалуясь. А он разнылся как девчонка. Не помужски это, – старичок был явно недоволен поведением родственника.

– А мобильного телефона у мальчика нет?

– Не знаю, может, и есть, – отмахнулся старичок. – Но я в этом ничего не понимаю, я

слишком стар для этих ваших новомодных штук.

– Хорошо, – сказал Петрович. – Тогда мы сами поговорим с вашим Семёй. Как его фамилия?

Общежитие историко-архивного института находилось на другом конце города. Пока ехали, Петрович разузнал все про мальчика Семё, который оказался вовсе не отличником, а троечником, с большим трудом и длинными хвостами переходящим с курса на курс. В данный момент «отличник» находился под очередной угрозой отчисления из-за пары не сданных в зимнюю сессию экзаменов. Стипендии Семё не получал вовсе.

На их удачу, студент был дома – валялся на узкой кровати с новой книгой зарубежной фантастики. Петрович сразу узнал эту книгу – племянница, обожавшая фан-

тастику, заказала ее на день рождения.

На хилой груди «отличника» лежала солидная связка бананов. А рядом – ананас. Увидев вошедших в комнату полицейских, он вскочил, пригладил взъерошенные волосы и спросил:

– Чем обязан? Дед наступил?

– Почему сразу дед? – спросил Петрович.

– А кто еще? Больше некому.

– Вы были вчера у него?

Быво как родственник. А коня своего антикварного он сам куда-нибудь переставил и забыл. Первый раз, что ли? У него старческий склероз!

– Ну вот что, – нахмурился Петрович. – Собирайся, студент, с нами поедешь. А по дороге покажешь, в каком ломбарде заложил статуэтку.

**Виктория АНДРЕЕВА**



**Почему Петрович решил, что студент врет и именно он взял статуэтку?**

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

**Ответ на загадку в № 12:** карп – рыба озерная, в реках она не водится. Скорее всего, Коля купил рыбу в ближайшем магазине.

Рис. Ирины Светловой

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 1 ПО 7 АПРЕЛЯ

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

#### 1 АПРЕЛЯ

В 1938 году состоялась первая презентация растворимого кофе.

#### 2 АПРЕЛЯ

В 1912 году в печати впервые упомянуто слово «джаз».

#### 3 АПРЕЛЯ

В 1973 году инженер Мартин Купер совершил первый звонок по мобильному телефону (День рождения мобильного телефона). В 1973 году был утвержден прямоугольный штрих-код (День рождения штрих-кода).

#### 4 АПРЕЛЯ

В 1719 году, 305 лет назад, началось строительство Ладожского канала в Санкт-Петербурге.

В 1932 году биохимик Ч.Г. Кинг впервые выделил витамин С.

#### 5 АПРЕЛЯ

В 1242 году состоялась битва на Чудском озере (Ледовое побоище). Русскими дружинами под руководством Александра Невского была одержана триумфальная победа над войском рыцарей Ливонского ордена.

В 1874 году впервые была исполнена оперетта Иоганна Штрауса (сына) «Летучая мышь».

#### 6 АПРЕЛЯ

В 1896 году открылись I летние Олимпийские игры в Афинах.

В 1899 году в Москве пустили первый электрический трамвай.

#### 7 АПРЕЛЯ

В 1968 году был учрежден стандарт «Государственный знак качества».

### ИМЕНИННИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

1 АПРЕЛЯ. Дария, Иннокентий, Иоанн, Матрона, София.

2 АПРЕЛЯ. Александра, Виктор, Иулиания, Клавдия, Никита, Параскева, Себастиан, Феодосия.

3 АПРЕЛЯ. Владимир, Кирилл.

4 АПРЕЛЯ. Василий, Исаакий.

5 АПРЕЛЯ. Анастасия, Варвара, Илия, Константин, Лидия, Макарий, Никон, Сергей.

6 АПРЕЛЯ. Александр, Артемий, Захарий, Пётр, Стефан.

7 АПРЕЛЯ. Савва, Тихон.

### ПРАЗДНИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

1 АПРЕЛЯ ■ День смеха ■ День птиц

2 АПРЕЛЯ ■ Международный день детской книги

3 АПРЕЛЯ ■ День мобильного телефона

4 АПРЕЛЯ ■ День интернета

5 АПРЕЛЯ ■ Международный день нравственности

6 АПРЕЛЯ ■ День работников следственных органов МВД России ■ Международный день

спорта на благо развития и мира

■ Всемирный день мультфильмов

7 АПРЕЛЯ ■ День геолога ■ Всемирный день

здоровья ■ День рождения Рунета

## НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

### На Благовещение дождь – хорошо родится рожь

1 апреля считалось днем Дарьи Грязной. С таянием снега была связана такая примета: если вешняя вода идет с шумом, то будет летом хорошие травы.

2 апреля, в день Фотиньи Колодезницы, наблюдали за погодой: синие облака предвещали тепло и дожди.

На день Кирилла Катанника, 3 апреля, наблюдали за деревьями: если береза распускала листья до ольхи, то лето будет засушливое.

На 4 апреля, в день Василия Солнечника, предсказывали погоду по восходу солнца: если солнце на восходе пряталось в тучи, то начало лета ждали дождливое.

5 апреля отмечали Никонов день и на-

блюдали за животными: кошка кашляет или чихает – к быстрому дождю, белка из гнезда вышла – к скорому и долгому теплу. В день Артемона дери полоза, 6 апреля, следили за ночной температурой: теплая ночь сулила дружную весну.

7 апреля отмечали Благовещение. С этим днем связано множество примет и поговорок. Вот некоторые из них: «На Благовещение дождь – хорошо родится рожь», «На Благовещение гроза, – орехов будет за глаза».

#### Два приятеля.

– Как жизнь? Что грустишь второй день?

– Как кубик Рубика. С одной

стороны – непонятный

жёлтый, а с другой стороны не складывается...



### СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

1 апреля Восход: 5 ч. 55 м. Заход: 18 ч. 58 м. Долгота дня: 13 ч. 03 мин.

Убывающая Луна в знаке Козерога

2 апреля Восход: 5 ч. 53 м. Заход: 19 ч. 00 м. Долгота дня: 13 ч. 07 мин.

Убывающая Луна в знаке Козерога

3 апреля Восход: 5 ч. 50 м. Заход: 19 ч. 01 м. Долгота дня: 13 ч. 11 мин.

Убывающая Луна в знаке Водолея

4 апреля Восход: 5 ч. 48 м. Заход: 19 ч. 03 м. Долгота дня: 13 ч. 15 мин.

Убывающая Луна в знаке Водолея

5 апреля Восход: 5 ч. 46 м. Заход: 19 ч. 05 м. Долгота дня: 13 ч. 19 мин.

Убывающая Луна в знаке Рыб

6 апреля Восход: 5 ч. 44 м. Заход: 19 ч. 07 м. Долгота дня: 13 ч. 23 мин.

Убывающая Луна в знаке Рыб

7 апреля Восход: 5 ч. 41 м. Заход: 19 ч. 08 м. Долгота дня: 13 ч. 27 мин.

Убывающая Луна в знаке Овна

## ТЕЛЕК Черноземье

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



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

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

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

№ 13 (438).  
Дата подписания в печать: 01.00 час. 26.03.2024 г. Дата производства: 26.03.2024 г. Дата выхода в свет: 27.03.2024 г. Тираж 50 340 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48н. Тел.: +7(473) 246-52-70  
Заказ 1834. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.  
Тираж этого номера 892 310 экз.  
Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. Ежедневная семейная газета для читателей 12+  
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»  
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media  
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru  
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.  
Копирование без указания источника запрещено.

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



Бывает так: придерживаешься правильного питания, считаешь калории, а вес стоит на месте.

# Насколько безобидны жидкие калории?

**Н**о давайте разберемся, все ли мы учитываем в течение дня? Нет ли в нашем рационе таких продуктов, которые маскируются под продукты «без вреда для фигуры»? Чаще всего есть, и скорее всего они содержат жидкие калории. Речь о калориях из напитков.



## Кофе и чай

Сами по себе эти напитки калории не содержат. Но если в них добавить сливки, молоко, сахар и т. п., калорийность начинает возрастать. И чем больше добавок, тем более калорийным получится напиток. Так, если добавить в чай или кофе около 100 мл молока средней жирности (2,5%) и пару чайных ложек сахара, получится напиток с калорийностью 60 ккал. Сейчас популярно добавлять в кофе сиропы, маршмэллоу, отчего его калорийность может увеличиться до 200 ккал и более. Поэтому, если вы любите пить в течение дня кофе или чай, чтобы взбодриться, пейте его без добавок.

## Кстати Обманчивая лёгкость

Жидкие калории очень быстро усваиваются, практически не задерживаясь в желудке. От них не бывает чувства тяжести, как, например, от жареной картошки. Поэтому есть большой риск увлечься напитками и перебрать калорий.

## Кисломолочные напитки и молоко

Молоко и молочные коктейли чаще воспринимаются как легкий напиток. Кисломолочку тоже часто относят к легкой, даже диетической пище. Безусловно, эти напитки полезнее, чем все вышеперечисленные. Они содержат не только углеводы, но и много белка. А значит, от них вы получите больше сытости и пользы. Только не нужно думать, что тот же кефир менее калорийный и более легкий, чем творог. 100 г творога содержат примерно 120 ккал, а 100 г кефира – примерно 60 ккал. Но 100 г для кефира – это очень мало. Скорее мы выпьем стакан кефира, а это те же 120 ккал.

## Соки, компоты, морсы

Конечно, домашние, приготовленные собственноручно соки, компоты и морсы полезнее покупных. Тем не менее все они содержат калории. Например, свежевыжатый сок апельсина содержит 45 ккал на 100 г, а пакетированный за счет содержания сахара чуть калорийнее – 60 ккал на 100 г. Компот из сухофруктов без сахара – 60 ккал на 100 г. В небольших количествах и не на постоянной основе все эти напитки не помешают похудению. Но если у вас будет выбор между тем, чтобы съесть, например, апельсин или сделать из него сок, отдайте предпочтение целому фрукту. За счет клетчатки и пользы, и сытости будет больше.



Был у меня когда-то лишний вес. Но однажды я объявил весь свой вес нужным!

## Детали

### Самые калорийные

Сладкая газировка – это смесь фосфорной кислоты и сахара с искусственными ароматизаторами, красителями и вкусовыми добавками. Она скорее разжигает жажду, и ее хочется пить больше и больше по сравнению с обычной водой. Только от одной газировки можно поправиться не меньше, чем на булочках. А алкоголь не только содержит калории, но и увеличивает аппетит.

## Мнение специалиста Кефир вместо обеда – не вариант

Что нужно учитывать, включая в рацион жидкие калории? Об этом нам рассказала врач-диетолог, кандидат медицинских наук, член национальной ассоциации диетологов и нутрициологов, врач-диетолог НИИ Склифосовского Дарья Русакова.



– Как жидкие калории влияют на аппетит?  
– Не все напитки одинаково влияют на аппетит. Все зависит от вида напитка. Если напиток с высоким содержанием белка (кефир, йогурт и т.д.), то он насытит, а если с большим количеством углеводов (сок, газировка) – спровоцирует выброс инсулина.  
– Можно ли их употреблять вместо полноценного приема пищи?  
– Кисломолочные напитки без сахара можно употреблять в качестве перекуса, но они не могут заменить полноценный основной прием пищи.

## НА ЗАМЕТКУ

Весна – не самое простое время для организма. Солнышка и витаминов ещё маловато, стресса и нагрузок – предостаточно. И если слабое место в организме – суставы, то они обязательно дадут о себе знать неприятными болями и дискомфортом, верными приметами артроза. Что делать? Будем решать вопрос комплексно!

# Весна – пора профилактики артроза

## ШАГ 1. КОРРЕКТИРУЕМ ПИТАНИЕ

Делаем это, чтобы убрать лишний вес (дабы снизить нагрузку на суставы) и обеспечить организм необходимым строительным материалом для их восстановления. Питание должно быть разнообразным и включать в себя яйца, нежирное мясо, свежие овощи и фрукты, зелень, отруби. Важно, чтобы в рационе было меньше «быстрых»



**КСТАТИ**  
При необходимости и по рекомендации врача можно начать прием пищевых добавок и хондропротекторов – это делает профилактику более эффективной.

углеводов и побольше клетчатки. От алкоголя, жирной,

жареной, соленой и сладкой пищи лучше отказаться.

## ШАГ 2. ДВИГАЕМСЯ

Да, условия для прогулок весной не всегда благоприятны: то заморозки и гололед, то лужи и слякоть, то ветер. И тем не менее специалисты советуют уделять физическим нагрузкам не меньше 40-50 минут в день как минимум пять раз в неделю. Это может быть зарядка (упражнения лучше подобрать с лечащим врачом), плавание в бассейне, велотренажер. Если погода позволяет – прогулка на свежем воздухе в парке.

## ШАГ 3. ОДЕВАЕМСЯ ПО ПОГОДЕ

Весной велик риск переохлаждения. Если вы в зоне риска по заболеваниям суставов, и особенно артрозу (возраст старше 40 лет, наследственная предрасположенность, лишний вес, травмы), стоит внимательнее отнестись к гардеробу. Предпочтение стоит отдать многослойной одежде. Это позволит при потеплении снять лишнюю вещь, при похолодании – утеплиться.  
*Профилактика артроза – это комплексная задача. И именно такой подход дает ощутимый и долговременный результат!*

Татьяна МИХАЛЁВА

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



## ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

# Источник коллагена Геленк Нарунг

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
  - Поддерживает здоровье кожи, волос и ногтей.
  - Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия).
- Спрашивайте в аптеках вашего города.

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ: 8-800-333-06-07 (ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ), Москва 8 (495) 220-76-76

БАД. Производитель PROVISTA, г. Ганновер, Германия. [www.provista-ag.ru](http://www.provista-ag.ru)

НЕ ВРАЖДАЕТСЯ ЛЕКАРСТВАМ



В этом году исполняется 185 лет со дня рождения знаменитого учёного, натуралиста и путешественника Николая Михайловича Пржевальского. «Научные рекогносцировки» – так сам учёный называл результаты своих исследований и уникальных экспедиций.

# Учёный и путешественник Николай Пржевальский

**1** После нескольких экспедиций в Центральную Азию, маршруты которых пролегли через Монголию, Северный Китай и Тибет, Николай Михайлович нанёс на карты более 20 тысяч квадратных километров новых территорий. Именно он для европейских географов того времени открыл нагорье Бэйшань, три хребта в Куньлуне, семь крупных озёр. Большие и очень значимые открытия были сделаны в области зоологии, ботаники, минералогии. В 1878 году во время второй экспедиции в Джунгарию Николай Пржевальский получил в подарок от охотников-киргизов череп и шкуру неизвестного ранее животного. Подарок он отправил в зоологический музей Санкт-Петербурга, где учёные определили и описали новый вид в системе животного царства. Позже в степях было обнаружено Пржевальским и само это красивое дикое животное, оно получило научное название в честь учёного. Это...

- а) Лошадь Пржевальского.  
б) Поползень Пржевальского.  
в) Сцинковый геккон Пржевальского.

**2** Во время всех своих экспедиций несмотря на любые внешние обстоятельства Николай Михайлович ежедневно вёл дневник, куда скрупулёзно записывал результаты своих наблюдений и открытий. До нас дошло 18 дневников великого учёного-землепроходца, которые позволяют судить о масштабах открытий. Пржевальским были собраны уникальные коллекции. Так, им было описано 115 видов млекопитающих, 425 видов птиц, 75 видов рыб, 50 видов пресмыкающихся и земноводных, 1700 видов растений и более 10 тысяч насекомых. Например, коллекция из третьего путешествия весила «с укупоркой» (упаковкой) более 1600 кг, а из четвёртого было привезено «более 16 пудов научных грузов». За огромные ботанические коллекции и исследовательскую работу Петербургская Академия наук наградила Пржевальского медалью с надписью:

- а) «Основателю коллекций Центральной Азии».  
б) «Первому исследователю природы Центральной Азии».  
в) «За 20 лет исследования Центральной Азии».

**3** В конце этой экспедиции, начавшейся в сентябре 1883 года, путешественники благополучно вернулись в Каракол уже в октябре 1885 года. Пржевальский решил исследовать озеро Иссык-Куль. Об этом удивительном озере ходило множество легенд. Какую цель преследовал Николай Михайлович, что хотел отыскать, организовав изучение водоёма и работы на озере?

- а) Легендарную иссык-кульскую Атлантиду.  
б) Спрятанный на дне клад Чингизхана.  
в) Останки огромного затонувшего динозавра для коллекции.



**4** Николай Пржевальский начал исследовать Центральную Азию в 1867 году, когда ему было 28 лет. Обладая феноменальной зрительной памятью, он мог запомнить и цитировать наизусть страницы текстов, что уж говорить о деталях ландшафтов. Научные исследования проходили по одной и той же программе: военно-глазомерная съёмка, астрономическое определение широт и высот местности, этнографические, метеорологические и специальные (за птицами и животными) наблюдения и соби́рание коллекций. Было подсчитано, что путешественник провёл в экспедициях 21 год. Причём непосредственно в пути (пешком или в седле) более десяти лет. А на подготовку уходило месяцы, а то и годы... Сколько экспедиций возглавил и провёл великий Пржевальский?

- а) 3. б) 4. в) 5.

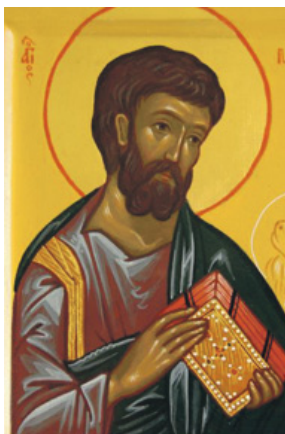
ОТВЕТЫ

1-а. Лошадь Пржевальского. 2-б. Учёный был награжден медалью «Первому исследователю природы Центральной Азии». 3-а. Путешественник хотел доказать существование старинного города на дне озера Иссык-Куль. 4-в. За 21 год Николай Михайлович возглавил пять длительных экспедиций.

Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 7 апреля, в воскресенье.

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

## «...и возьми крест свой, и следуй за Мною»



И, подзвав народ с учениками Своими, сказал им: кто хочет идти за Мною, отвергнись себя, и возьми крест свой, и следуй за Мною. Ибо кто хочет душу свою сберечь, тот потеряет ее, а

кто потеряет душу свою ради Меня и Евангелия, тот сбережет ее. Ибо какая польза человеку, если он приобретет весь мир, а душе своей повредит? Или какой выкуп даст человек за душу свою? Ибо кто постыдится Меня и Моих слов в роде сем прелюбодейном и грешном, того постыдится и Сын Человеческий, когда придет в славе Отца Своего со святыми Ангелами. (Мк: 8, 34-38) И сказал им: истинно говорю вам: есть некоторые из стоящих здесь, которые не вкусят смерти, как уже увидят Царствие Божие, пришедшее в силе. (Мк: 9, 1)

“ Покаяние есть дверь милости; сею дверью входим в Божью милость, и кроме этого входа не обретешь милости.

Преподобный Исаак Сирийский

Вильям Шекспир сказал однажды: «Вся наша жизнь – игра, а люди в ней – актеры». Меткое замечание. Но игра идет даже не столько вокруг меня, сколько во мне самом. На работе один, с друзьями другой, дома третий. И все так естественно. Это позволяет мне комфортно жить в этом мире. Не переступая границ приличия и закона, добиваться своих целей, порой даже тихонько манипулировать людьми и обстоятельствами. Хочу продвигаться по работе – буду играть роль исполнительного, услужливого подчиненного. Хочу расположения друзей – буду играть роль рубахи-парня. Хочу ласки и внимания со стороны жены – буду играть роль заботливого главы семьи. Чем больше хочу приобрести, тем больше ролей осваиваю. В принципе, ничего плохого в этом нет. Нам необходимо же как-то взаимодействовать друг с другом. Но есть тут одна проблема.

Представьте, несмотря на мою великолепную игру и актерское мастерство, которое я отработывал годами, что-то идет не по моему сценарию. Я впадаю в немилость у начальства и

меня увольняют; друзья отворачиваются и не хотят со мной общаться; жена объявляет, что больше не любит, и уходит. Я начинаю страдать. У меня депрессия. Порой даже думаю, что умираю. Ведь я так вовлекся в эти образы, что мне кажется, будто это и есть я сам. А теперь меня просто убили. Мне некуда бежать. Тулик. Одна боль, безысходность и пустота.

Почему так получается? Потому что я не знаю, кто я настоящий. Кто я без карьеры, без друзей, без жены, без всех тех социальных ролей, которые привык играть. Кто я перед Вечностью, кто я перед Богом? Я даже не задаю себе этот вопрос. А потому и не знаю, куда мне идти, когда спектакль заканчивается.

Позтому и говорит сегодня Христос: что толку, если вы приобрели весь мир, а душе повредили? Действительно, что толку, если я осваиваю все новые и новые роли, а кто я реальный, не знаю. «Отвергнись себя», – предлагает Господь. То есть пойми, что все это маски. Найди свой духовный стержень. Это не означает, что я должен разо-



Комментирует священник Дмитрий Барицкий

рвать все социальные связи и уйти в затвор. Это означает, что, исполняя Евангельские заповеди, черпая силу в церковных таинствах, я получаю от Бога шанс обрести новый взгляд на себя и на окружающий мир. Эти изменения – не всегда приятный процесс. Они подобны операции. Нелучайно Господь говорит, что это крест. Многое придется пересмотреть, от многого отказаться. Но лишь на этом пути следования за Христом и Его Евангелием в моей душе открывается новая, более глубокая реальность, Царство Небесное. Именно в нем я нахожу свое предназначение: я обретаю себя настоящего, такого, каким я и должен быть в замысле моего Небесного Отца.



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



# Календарь красоты и здоровья

ПОНЕДЕЛЬНИК

1 апреля

**Убывающая Луна в Козероге**  
Помада нежных оттенков, цветочная брошь – встречаем апрель налегке и в хорошем настроении. Танцы во время уборки, пение во время готовки – привечаем хорошее настроение.

8 апреля

**Луна в Овне, новолуние**  
Полное солнечное затмение диктует свои правила. Душевному отдыху поспособствуют теплые оттенки маникюра, а физическому – поездка за город в хорошей компании. И яблоки – им сегодня зеленый свет.

15 апреля

**Луна в Раке, первая четверть**  
Минимум процедур, отдых и релакс – вот за что радуется Луна. Только отдых не должен вредить здоровью и красоте. Алкоголю и никотину в нашем списке не место.

22 апреля

**Растущая Луна в Весах**  
Луна радуется сегодня за легкий макияж, без утяжеляющих тональных основ. Коже стоит дать отдых. Натуральные ткани и удобная обувь – то, что нужно. И, по возможности, временно откажитесь от мяса.

29 апреля

**Убывающая Луна в Козероге**  
Отличный день для омолаживающих процедур – от обычных анти-эйдж масок до инъекций красоты и филлеров. И пора ввести в режим дня прогулки на свежем воздухе.

ВТОРНИК

2 апреля

**Луна в Козероге, последняя четверть**  
Увлажняющее масло для кончиков волос поможет вернуть шевелюре здоровый вид и блеск. Легкие, сбалансированные по БЖУ блюда добавят легкости.

9 апреля

**Растущая Луна в Тельце**  
Луна советует присмотреться к французским стрижкам и сложному окрашиванию. Не стоит чураться экспериментов в уходных процедурах. Попробуйте стоун-терапию, массаж банками, пептидную косметику.

16 апреля

**Растущая Луна во Льве**  
Блондинки сегодня смело могут отправляться в салон красоты за освежением оттенка. Хороши в эти лунные сутки кислотный пилинг, суставная гимнастика, уход за сухими пяточками и наращивание ресничек.

23 апреля

**Растущая Луна в Скорпионе**  
Стрижка плюс маска на основе алоэ и меда добавят волосам жизненной энергии. Во всех своих проявлениях хорош лед. В виде умывания, криотерапии или для охлаждения напиктов.

30 апреля

**Убывающая Луна в Водолее**  
Пора обновить набор солнцезащитной косметики, купить модные темные очки и начать выполнять перевернутые асаны йоги. Они помогут нормализовать гормональный фон. День прекрасен для биоаэробики.

СРЕДА

3 апреля

**Убывающая Луна в Водолее**  
Чтобы получить заряд бодрости на весь день, утро стоит начать с зарядки. А цитрусовые фрукты и овощные салаты на оливковом масле в течение дня помогут не утратить энергию до самого вечера.

10 апреля

**Растущая Луна в Тельце**  
Термострижка, сделанная сегодня, обещает надолго избавить от посеченных кончиков. Хорошо также избавляться от лишних волосков на теле, крутить хулахуп и гулять по парку в хорошей компании.

17 апреля

**Растущая Луна во Льве**  
Курс антивозрастных процедур, начатый сегодня, обещает избавление от мимических морщин. И довериться в этом деле лучше профессионалам. А самостоятельно можно выбрать очки от солнца.

24 апреля

**Луна в Скорпионе, полнолуние**  
Уход за собой сегодня лучше ограничить умыванием и нанесением крема. День хорошо посвятить отдыху и медитациям. Помогут хорошая книга, фильм, ванна с аромамаслами, хатха-йога.

ЧЕТВЕРГ

4 апреля

**Убывающая Луна в Водолее**  
Прекрасный день для водорослевых обертываний. Неплохо покажут себя маски для лица из ламинарии. Да и за блюда из нее щитовидка спасибо скажет. А для женственности образа – приталенные силуэты.

11 апреля

**Растущая Луна в Близнецах**  
Синий, фиолетовый – давно мечтали попробовать креативное окрашивание волос? Самое время! А вот в отношении косметических процедур день нейтральный. Зато удачной окажется борьба с целлюлитом.

18 апреля

**Растущая Луна в Деве**  
Лунные сутки отлично подходят для нанесения масок с лифтинг-эффектом. Но, ухаживая за личиком, не забудьте уделить внимание шее и зоне декольте. Неплохое время также для депиляции и проверки зрения.

25 апреля

**Убывающая Луна в Скорпионе**  
Кожа после зимы отчаянно требует увлажнения, а потому маски, распаривания, увлажняющие кремы – все в плюс красоте. К слову, сегодня можно удалять бородавки и пигментные пятна.

ПЯТНИЦА

5 апреля

**Убывающая Луна в Рыбах**  
Самое время для объемных стрижек, а также для масок для волос на основе яичного желтка и басмы. Массаж и лифтинг-маска для коррекции овала лица обещают просто сногшибательный результат!

12 апреля

**Растущая Луна в Близнецах**  
Сделанная сегодня стрижка поможет наладить отношения со своим отражением в зеркале. Кстати придется ванны с лечебными грязями и всевозможные обертывания. И больше пойте, это улучшает рельеф груди.

19 апреля

**Растущая Луна в Деве**  
В фаворе лунных суток – яркость и экстравагантность. Алые ноготки, винного цвета помада, асимметричная стрижка, подчеркивающее достоинство фигуры платье. И пора начать курс оздоровительного массажа.

26 апреля

**Убывающая Луна в Стрельце**  
Лунные сутки подходят для начала борьбы с акне. И диету тоже можно подкорректировать. При желании сбросить вес подумайте о душе Шарко и криосауне.

СУББОТА

6 апреля

**Убывающая Луна в Рыбах**  
Мехенди – татуировки хной – настроят на весенний лад, добавят изюминки образу. И самое время для легкого шопинга. А жгучие специи в блюдах стимулируют перистальтику кишечника.

13 апреля

**Растущая Луна в Раке**  
Нотку бунтарства образу придаст окрашивание во все оттенки медного и новое платье экстравагантного кроя. Если же ваша цель – нежность, отдавайте предпочтение классике и нюдовому макияжу.

20 апреля

**Растущая Луна в Деве**  
В эти лунные сутки можно побаловать себя обертыванием стоп. А также вписать в план наращивание ресничек и окрашивание бровей. Старайтесь пить больше воды – это пойдет на пользу всему организму.

27 апреля

**Убывающая Луна в Стрельце**  
Хотите сдвигов в общении с противоположным полом? Сделайте сегодня стрижку и запишитесь к косметологу на мезотерапию. Ягодные морсы и овощные соки поддержат иммунитет.

ВОСКРЕСЕНЬЕ

7 апреля

**Убывающая Луна в Овне**  
Если спорт вам не чужд, сосредоточьтесь сегодня на кардиотренировке. Если вы с ним так и не подружились, шагомер на руку – и в парк! Сердечно-сосудистую систему нужно тренировать.

14 апреля

**Растущая Луна в Раке**  
Смело избавляйтесь от всего ненужного: старой одежды, лишнего жирка, дурных мыслей и вредных привычек. И внешности, и здоровью это пойдет только на пользу. Прекрасный день для маникюра и педикюра.

21 апреля

**Растущая Луна в Весах**  
«Шелковый путь» – так можно назвать эти сутки. Косметика с шелковой пудрой в составе обещает потрясающий эффект. А выбор шелкового белья доставит настоящее удовольствие.

28 апреля

**Убывающая Луна в Козероге**  
Тренировки на свежем воздухе плюс дыхательные практики помогут чувствовать себя энергичной. Дадим бой гипоксии! А покупка нового платья подарит повод выйти в свет.



апрель



Баклажаны – культура, которая требует повышенного внимания при выращивании рассады.

Их сеют на рассаду одними из первых, а длительное нахождение в квартире – это зона риска для такой требовательной к условиям выращивания культуры, как баклажаны. Чтобы избежать проблем с рассадой, нужно знать о том, как выявить тревожные признаки на ранней стадии, а еще лучше – предотвратить!

## Вытягивание рассады

**1** Баклажаны, как и все пасленовые, склонны к вытягиванию, если им не хватает света и они конкурируют с соседями из-за загущенной посадки. Такое часто случается, если семена посеяли в общую емкость без учета необходимого расстояния между ними. В результате рассада растет вытянутой и ослабленной.

### • КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?

Если вы сеете баклажаны в общую емкость для последующей пикировки (а лучше – перевалки) в фазе 2-3 настоящих листочков, оставляйте между семенами достаточное расстояние, в идеале – 4 см!

## Остановка в росте

**2** Чаще всего рассада баклажанов останавливается в росте при повреждении корневой системы. Это бывает связано с неумелой пикировкой рассады при переносе ее

из общей емкости в отдельные горшочки. Баклажаны очень остро реагируют на повреждение корневой системы!

### • КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?

Чтобы избежать пикировки, при которой есть риск повредить корни, семена можно сразу высевать в отдельные ем-

кости (идеально – с выдвижным дном). По мере роста рассады ее не пикируют, а переваливают в большую емкость: аккуратно извлекают вместе с комом земли и размещают в новом месте. При таком подходе корни остаются целыми и растение попросту «не замечает» перемещения.

## Рассада вянет

**3** Вянет рассада баклажанов из-за дисбаланса при поливе растений. Идеальный полив – часто, но маленькими порциями. Распространенная ошибка: увидев увядшие листья, сразу поливать растение. Но рассада вянет как при пересыхании, так и при переувлажнении земляного кома. Если листья вянут от того, что корням недостаточно воздуха в результате постоянного переувлажнения, то полив лишь усугубит проблему!

### • КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?

Чтобы отрегулировать полив, ориентироваться нужно не на состояние верхнего слоя почвы (в квартире он моментально пересыхает, притом что в горшочке еще достаточно влаги), а на тяжесть горшочка с рассадой. Если горшочек легкий, нужно полить, если в руке ощущается тяжесть, с поливом лучше повременить.

## Кстати

Часто у молодой рассады баклажанов закручиваются листья. Причина не в болезни, а в сухом воздухе в квартире – опрыскивайте рассаду чаще, когда на нее не светит солнце!

Огород – это три в одном: солярий, фитнес и тренажерный зал!



# 5 ПРОБЛЕМ с рассадой баклажанов

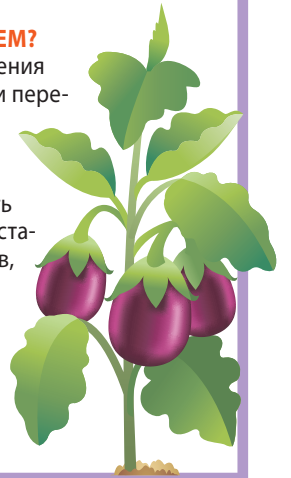


## Желтеют нижние листья

**4** Такая проблема возникает, когда в почве не хватает питательных веществ. Чтобы обеспечить всем необходимым формирующиеся новые листочки, растение забирает недостающие элементы у нижних листьев. Баклажаны – культура очень «прожорливая», поэтому, если грунт, в котором она растет, бедный (например, торфяная смесь без добавления биогумуса), растения будут страдать.

### • КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?

Для профилактики пожелтения листьев при пикировке или перевалке рассады в новые емкости составить питательную смесь с добавлением биогумуса (его должно быть не менее 10-20%). Чтобы остановить пожелтение листьев, если растения уже распикированы, нужно подкормить баклажаны любым комплексным удобрением для рассады, строго следуя инструкции производителя.



## Светлые пятна на листьях

**5** Светлые пятна на листьях рассады баклажанов могут появиться как из-за солнечных ожогов, так и в результате деятельности невидимых глазу насекомых-вредителей, например, паутинного клеща.

### • КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ?

Чтобы предотвратить солнечные ожоги, нужно притенить рассаду, разместив на стекле белый лист бумаги или специальную отражающую солнечные лучи пленку, которые будут закрывать не все окно, а лишь его часть. Но даже если причина появления пятен, по вашему мнению, ожог, не поленитесь, проведите обработку рассады от вредителей при помощи «Фитоверма», «Фуфанон-нова», «Битоксибациллина» или других биопрепаратов.

Подготовила Валерия ПАШЕЧКИНА



## Найди 10 отличий Расскажу подружке о покупках...

О долгожданных желаемых покупках любимой подружке можно рассказывать долго и интересно.

Ответы: Цвет пакета слева винилу, размер сумочки у дамы слева, поворот бутылки на у нее на руке, рука у нее же, верхняя одежда эрекала слева, еша на чаше, еша на у эжлаке у среднелей дамы, нора у нее же, украшение на вешалке дамы справа, футболка у нее же, волосы у правого плеча этой дамы.



СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 1 ПО 7 АПРЕЛЯ

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
Звезды обещают Овнам интересные знакомства. Возможны внезапные гости или визит родственников. Но все это будут приятные хлопоты, если вы сразу настроитесь на позитив. Избегайте пустых разговоров, искренне общайтесь только с теми, кому доверяете.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Львам предстоит активная и напряженная неделя. Будьте готовы к критике коллег и недопониманию с начальством. Ситуацию сможете исправить только вы сами. Включайте свои лучшие качества, переживания и стрессы ставьте на паузу. И вперед, к покорению новых вершин!

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
Стрельцам следует обратить внимание на здоровье. Старайтесь избегать опасных ситуаций. Действуйте осторожно и соблюдайте технику безопасности. Если тяжело дается какое-то дело, не стесняйтесь просить о помощи. И больше времени проводите с друзьями.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
Успех ждет Водолеев, которые начинают нечто новое. Любой старт звезды приветствуют. Старайтесь выбрать правильную дорогу. Будьте открыты в общении. Если кто-то попросит у вас помощи, не отказывайте – добро вернется вдвойне.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Тельцам стоит больше времени уделить отдыху. Лучше на несколько дней отказаться от активных действий. В общении старайтесь держать себя в руках. Не слишком настаивайте на своей точке зрения, дайте возможность оппоненту почувствовать себя мудрецом.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
У Дев наступает интересное и активное время. Проявляя усердие в работе, смотрите реально на вещи и не витайте в облаках. Сейчас нужен ваш трезвый взгляд. В общении с людьми следите за словами и интонациями. Избегайте конфликтов на работе и с близкими.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
Этот период в жизни Близнецов будет активен и интересен. Прогулки и занятия спортом на свежем воздухе принесут вам заряд энергии и положительные эмоции. На выходных лучше съездить за город и насладиться работой в саду или общением с родными и близкими друзьями.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
Весам предстоит много трудиться. Приложите максимум усилий, чтобы завершить все текущие дела. Старайтесь контролировать свои слова и эмоции. Можете обратиться за помощью к близким, доверенным людям, которые помогут вам справиться с возможными трудностями.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Звезды советуют Ракам больше времени уделять домашним хлопотам и заботам о домочадцах. Вместе с тем, не будьте слишком требовательны к близким, лучше постарайтесь порадовать их приятными сюрпризами. И, конечно, не следует забывать о личном отдыхе.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Многих Скорпионов ожидают приятные новости. В целом обстановка будет достаточно оптимистичная. Вы сможете грамотно выстраивать свои дела. Отличное время для занятий спортом, прогулок на свежем воздухе или встречи с друзьями.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
У Козерогов неделя будет наполнена энергией созидания. Это удачное время для начала нового проекта. Организация сада или растений на подоконнике принесет вам много эмоций. Знакомство в этот период со временем может перерасти в крепкую дружбу.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
Рыбам необходимо аккуратно относиться к своей жизненной энергии, избегать лишнего стресса и эмоций. Лучшим вариантом будет провести время дома, в кругу семьи, в спокойной атмосфере. А искреннее общение подарит вам много позитива.

**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

1. Это французское слово значило «кочегар».  
2. Лицо, ответственное за содержание охотничьего угодья.  
3. Зеленый «ковер», «сотканный» на поверхности пруда.  
4. Максим Горький говорил, что всем хорошим в нем он обязан ей.  
5. Фруктовое дерево семейства розовых.  
6. Узнав, что лилипуты нашли огромное тело черного чудовища с горбом посередине, Гулливер обрадовался: отыскалась эта деталь его одежды.  
7. Основной культурой в южном Китае с древности был рис, на севере же предпочитали кушанья из этого злака.  
8. Основное значение, содержание чего-либо.  
9. Профессия Ханумы.  
10. Впервые этот телеведущий появился на экране 10 февраля 1971 года.

Ответы: 1. Шюфер. 2. Егерь. 3. Ряска. 4. Книга. 5. Груша. 6. Шляпа. 7. Просо. 8. Смысл. 9. Сваха. 10. Хрюша.

**КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»**

**По горизонтали:**  
1. Всякий участник коллектива Турецкого. 9. Живая «кукла» в «Трех толстяках». 11. «Антенна» у раков. 23. Раздвижной духовой музыкальный инструмент.  
**Слева-вниз-направо:**  
2. «Фигуристое» полосатое насекомое. 4. «Прожорливый орган» паровоза. 5. Ме-

сто работы Глеба Жеглова. 7. Голос далекой автострады. 10. Жертва «голодного» Щелкунчика. 12. Безносый охранник пирамид. 13. Афиша, предвещающая премьеру в будущем. 16. Ранг в дзюдо. 17. Минерал, поделочный камень. 19. «Действие» футбольного «спектакля». 21. Остров Индонезии со столичным статусом.  
**Справа-вниз-налево:**  
1. Небольшая рыба из анчоусов. 3. Рыба отряда лососевых. 6. Мера для владений лорда. 8. Кот Геркулес и щенок ... в комиксах. 10. Актриса, сыгравшая роль домработницы Анюты в фильме «Веселые ребята». 12. «Оттиск» заячьей лапки на снегу. 14. Имя поэтессы, рассказавшей о плачущей Тане. 15. «Вершина» музыкального парада. 18. Процедур в салоне красоты. 20. «... на работу». 22. Полевой лагерь в страду.

**ОТВЕТЫ**  
По горизонтали: 1. Хорист. 9. Сук. 11. Усик. 23. Тромбон. Справа-вниз-налево: 1. Хамса. 3. Сир. 6. Акр. 8. Пиф. 10. Ор-лова. 12. След. 14. Агрия. 15. Хит. 18. Сна. 20. Наем. 22. Стан. Слева-вниз-направо: 2. Оса. 4. Топка. 5. Мур. 7. Гул. 10. Орех. 12. Сфинкс. 13. Анон. 16. Дан. 17. Арат. 19. Тайм. 21. Ява.

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

**СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ**

**РЕМОНТ КВАРТИР**

- ▶ Поклейка обоев
- ▶ Ванные под ключ
- ▶ Сантехника, отопление
- ▶ Отделка лоджий и балконов
- ▶ Ламинат, линолиум, стяжка полов
- ▶ **ЭЛЕКТРИК**
- ▶ Шпаклевка, штукатурка
- ▶ Покраска стен, гипсокартон
- ▶ **НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ**
- ▶ Монтаж, демонтаж

Подробности по тел.: 8 (473) 294-08-98, 8 (952) 102-05-02

**РАБОТА**

8 (906) 033-39-29, 8 (905) 798-95-88, 8 (905) 797-17-05, 8 (905) 797-17-05; 8 (905) 797-20-52, 8 (903) 726-56-73 Гб «Командор» приглашает на работу охранников. Обязательно – удостоверение охранника. График: вахта 15/15; 30/15. Департамент здравоохранения: з/п от 2000-2300 руб./сутки, тел.: 8 (906) 033-39-29, 8 (905) 798-95-88, 8 (905) 797-17-05. Офисы ПОР-6 разряд, 3 800-4 000 руб./сутки; график работы: 5х5; 7х7; 10х10. Тел.: 8 (905) 797-17-05; 8 (905) 797-20-52. Школы-сады: з/п от 1 900-2 000-2 200 руб./сутки. Парки: з/п 2 300 руб./сутки; тел.: 8 (903) 726-56-73. Работа по Москве/МО.

**РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»:**  
8 (495) 792-47-73

**КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ**

**ПО ТЕЛЕФОНУ** 8 (903) 792-47-73

**ПО ПОЧТЕ** reklama@kardos.ru

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

**КАК ОПЛАТИТЬ**

1. Через «Робокасса»: со счёта мобильного телефона, на сайте [kardos.media](http://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**







# УСПЕЙТЕ КУПИТЬ! ВЕСЕННИЕ ПОДАРКИ И СКИДКИ ДО -75%

**Размеры 37-41**



**Босоножки «Палермо»**  
Правильное положение стопы – залог легкой походки, здоровья ног и всего организма. В этих босоножках вы можете провести на ногах весь день и не ощутить усталости.  
Материал: натуральная кожа, подошва – ПУ. КНР.  
Размеры: 37, 38, 39, 40, 41.  
Лот 200 59221

• Застежка на липучке  
• Увеличенная полнота

**1490\*Р**  
\* при покупке от 2-х пар.

**TV РЕКЛАМА**

В СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНОЙ КОЖА

Ортопедическая стелька с массажным эффектом



**Ниспадающий платок «Нежность»**  
Этот платок подойдет для венчания, крещения ребенка, службы в церкви. Это удобный стильный аксессуар, который применяется в разных ситуациях. Мягкая ткань и нежные кружева помогут подчеркнуть вашу внутреннюю красоту и яркость.  
Материал: п/э 100%, Россия.  
Лот 200 57907 Белый  
Лот 200 57908 Черный  
\* при покупке от 2-х штук.

**990\*Р**

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



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

**Сумка «Шоколад»**  
Сумка из кожи пэчворк – просто находка! 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо.  
Материал: кожа, ПВХ.  
Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР.  
Лот 200 47520 Коричневый  
Лот 144 0018 Черный



**Кошелек**  
Вместительный кошелек из мягкой кожи «пэчворк» с отделением для монет на молнии, слотами для карт.  
Материал: кожа, подкладка – 100% полиэстер. Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР.  
Лот 156 6130 Коричневый

**скидка 75%**  
~~3990 Р~~ **990 Р**

**скидка 65%**  
~~1990 Р~~ **690 Р**

Карман для зонта

В СОСТАВЕ НАТУРАЛЬНОЙ КОЖА



**Транспортер**



**Набор салфеток**



**Швабра-окномой**

**Система для перемещения мебели «Транспортер» + подарок**  
Поможет передвинуть тяжелую мебель в одиночку. Во время передвижения мебель не поцарапает пол, а вы не надорвете спину!  
Материал: металл, резина, пластик, микрофибра (полиэстер 100%). КНР. Лот 156 8936

**Транспортер, набор салфеток и окномой 990 Р**



**Платье «Диана»**  
«Летающее» платье А-силуэта с фигурным подолом смотрится очень легко и романтично! Струящаяся ткань приятна телу, а удобный фасон не стесняет движений.  
Материал: п/э, вискоза, эластан.  
Длина: 105 см. Россия.  
Размеры: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68.  
Лот 103 195 синее, бордо

**990\*Р**  
\* при покупке от 2-х штук.



**«Садовые цветы»**  
**«Розовые розы»**  
**«Живая изгородь»**  
**«Цветущий сад»**

**Фотофасад «Яркая жизнь»**  
Живописный фотофасад преобразит ваш двор или садовый участок без больших финансовых вложений и помощи строителей!  
Материал: ПВХ, металл. Размеры: 90x158 см; 310x158 см. КНР.  
90x158 см Лот 200 58923 «Живая изгородь» Лот 200 58924 «Цветущий сад»  
310x158 см Лот 158 2491 «Садовые цветы» Лот 158 2501 «Розовые розы»

Полный ассортимент уточняйте у оператора.

**+ 1 фотофасад в подарок**

**990 Р**

**1490 Р**

**Пистолет для рассады «Терминатор»**  
Воткните острие в землю; опустите стаканчик с рассадой или саженец в полость устройства; нажмите на рычаг – лепестки внизу раскроются, и росток окажется в земле.  
Материал: металл, пластик.  
Размер: 87x20x20 см. Вес: 980 г. КНР.  
Лот 200 58014



**1990 Р**



Лот 200 59080 Серый  
Лот 200 59090 Черный

**Кроссовки**  
Массивная подошва, четкие линии и широкие липучки. Удобная посадка на стопе любой ширины и подъема.  
Материал: верх – 100% полиэстер (4 вида текстиля + липучка), стелька – ПВХ, сверху покрыт сетчатым текстилем, подошва – EVA. КНР.

**Размеры 37-45**

**990\*Р**  
\* при покупке от 2-х пар.

**МОЙ МИР**

Заказ на [moymir.ru](http://moymir.ru)  
или по бесплатному тел.

**8 (800) 350-35-73**

код заказа:  
**ТЕЛ\_144\_24\_ПАЛ**

Минимальная сумма заказа составляет 790 рублей без учета стоимости доставки. Стоимость доставки по всей России составляет 399 руб. При доставке через АО «Почта России» – пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно и соответствует 2,5% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шоппинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 25.03.2024 г. до 25.05.2024 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте [www.moymir.ru](http://www.moymir.ru) (0+). Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ\_144\_24\_ПАЛ. Реклама.



Реклама **LEOMAX**

Оформи заказ по телефону:  
**8 (800) 500-18-45** и получи **ПОДАРОК\***!

Скидки на ТВ-ХИТЫ до **-60%**

Комплект «Гермес» + браслет в ПОДАРОК!  
лот 60951  
~~2499 р.~~ **1999 р.**



Браслет в ПОДАРОК!

Садовый фотосайдинг «Краски жизни» ПРИ ПОКУПКЕ от 2 шт. ЦЕНА 1 шт. **1499 р.**  
лот 104236 ~~2999 р.~~ **1999 р.**  
• Декорирование забора, беседки и др.  
• Защищает от непогоды, насекомых, ограждает личное пространство.  
• Легкий монтаж.  
• Устойчив к различным погодным условиям.  
Материал: ПВХ, металл. Люверсы для крепления. Размер: 310×158 см. Дизайн укажите при заказе.  
Размер: **310×158 см**



Усилитель звука «Чуткий слух» лот 402930 ~~1499 р.~~ **999 р.**  
• Может усиливать звуки до 40 дБ.  
• 6 уровней громкости.  
Материал: металл, пластик, силикон. Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см. Длина обода: 4 см. Вес: 10 г. В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки АG3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Ниспадающий платок «Светлый праздник» лот 88427-04 ~~999 р.~~ **699 р.**  
• Идеален на церковные праздники.  
• Прикрывает плечи и грудь.  
• Подойдет на любую прическу.  
• Легко надевается.  
• Не спадает при поклонах.  
Материал: вуальная ткань, кружево (100% ПЭ). Размер универсальный. В комплекте: 1 шт.



Ножницы для педикюра лот 402091-02 ~~899 р.~~ **599 р.**  
• Ножницы для педикюра из нержавеющей стали с длинной ручкой и угловым лезвием для стрижки жестких ногтей.  
• Требуяют меньше усилий при обрезании ногтей, чем обычные ножницы.  
• Подходят для тех, кому сложно нагибаться.  
Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 20×5,9 см, длина лезвия: 3,5 см.



Умный браслет «Здоровье» лот 402115-02 ~~2999 р.~~ **1299 р.**  
• Измерение давления и пульса, содержания кислорода в крови, расстояния, шагомер, счетчик калорий, мониторинг сна.  
• Удобный циферблат, простое меню.  
Длина окружности: 24,5 см. Материал: гипоаллергенные пластик и силикон. Водонепроницаем. Аккумулятор: 90 мАч. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Гибкие настенные панели 3D «Премиум», 20 шт. 20 шт. – 10 м<sup>2</sup> лот 925760 ~~6999 р.~~ **3999 р.** **Выгода – 3000 р.!**  
• Обновляют интерьер, утепляют стены и улучшают звукоизоляцию.  
• Легко режутся под нужный размер.  
• Не впитывают воду, легко очищаются от загрязнений.  
• Надежно и просто клеятся на любую поверхность.  
Материал: вспененный полиэтилен. Цвет: белый (1), «светлый кирпич» (2), «золотой мрамор» (3), «серый мрамор» (4). Размер одной панели: 70×77 см. В комплекте: 20 шт.



Ультразвуковой отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник» лот 10035 ~~999 р.~~ **799 р.**  
• Электромагнитные импульсы отпугивают крыс, тараканов, пауков, мух и комаров.  
Зона влияния: до 200 кв. м. Работает от сети 230 В. Размер: 11×7,5×6,5 см. Материал: пластик.



Жилет из шерсти «Ласковое тепло» лот 305659 ~~2299 р.~~ **999 р.** до 64-го размера Бордовый  
Материал: 60% акрил, 40% шерсть. Размер: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64. Длина по спинке для 50-52 размера: 72 см.



Складная стиральная машинка «Мини Автомат» + карандаш-пятновыводитель в ПОДАРОК! лот 102943 ~~4999 р.~~ **2999 р.**  
• Работает от электросети или от PowerBank.  
• Удобно брать в поездку, на дачу.  
• Цикл стирки 30 мин.  
• Можно использовать как посудомоечную машину. Потребляемая мощность: 10 Вт. Вес: 600 г. Напряжение: 220 В. Размеры: 9×5,4 см (стиральная машинка); 25×20 см (ведро). Длина провода: 143 см. Материал: пластик, силикон. В комплекте: мини-стиральная машинка с USB-проводом и блоком питания для сети 220 В, присоска, 2 фиксатора для провода, складное силиконовое ведро (5 л). В ПОДАРОК: карандаш-пятновыводитель универсальный.



Жидкая резина «Фикс Про 3 в 1» лот 102640 ~~1299 р.~~ **999 р.** 2 шт.  
• 3 в 1: герметик, жидкая резина и клей.  
• Блокирует проникновение влаги.  
• Подходит для любой поверхности.  
• Предотвращает образование ржавчины и коррозии.  
Объем баллона: 450 мл. Цвет: черный, белый, прозрачный. В комплекте: 2 баллона одного цвета.



Подушка-антистресс «Пушистик» лот 103978 ~~1999 р.~~ **1299 р.**  
• Подушки помогут справиться со стрессом, украсят интерьер. Размер: 28×18 см. Материал: трикотаж, полистирол. Цвет: серый, рыжий, светло-серый (укажите при заказе).  
Светло-серый Рыжий Серый



Корректор осанки «Здоровая спина» Встроенные магниты лот 400573 ~~1999 р.~~ **999 р.**  
• Эффективный способ сформировать правильную осанку.  
• 10 магнитов вдоль позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.  
Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3). Материал: неопрен. Цвет: черный, бежевый. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Наколенник «Двигайся легко», 2 шт. лот 45295 ~~1999 р.~~ **999 р.** 2 шт.  
• Уменьшает нагрузку на сустав.  
• Не нарушает кровоток.  
• Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.  
• Незаметен под одеждой.  
Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Высота: 28 см. Размер универсальный. Максимальный обхват ноги до 50 см. В комплекте: 2 шт. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Стул «Титан» для купания в ванной и душе лот 28594-06 ~~3999 р.~~ **2999 р.**  
• 6 положений высоты.  
• Отверстие для фиксации душевой лейки.  
• Нескользящие и нецарапающие ножки.  
Материал: пластик, алюминий. Вес: 2,3 кг. Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см. Размер (Ш×Г×В): 51×31×50 см. Макс. нагрузка: 120 кг. В ПОДАРОК: самоклеящаяся противоскользящая накладка!



Вертикальный пылесос 2 в 1 «Кристалл» лот 16593 ~~5999 р.~~ **3999 р.**  
• 2 в 1: вертикальная и ручная модель.  
• Циклонная система без потери мощности всасывания.  
• Тройная система фильтрации.  
• Насадка для пола и ковровых покрытий, щелевая насадка, насадка-щеточка для мебели.  
• Вертикальная парковка.  
Материал корпуса: пластик. Напряжение: 220-240 В. Потребляемая мощность: 700 Вт. Мощность всасывания: 130 Вт. Вес: 1,58 кг. Размер: 40×10×10 см (пылесос), 107 см (высота в собранном виде). Длина шнура питания: 4 м. Объем контейнера для пыли: 1,2 л.



Гольфы компрессионные хлопковые лот 309867 ~~999 р.~~ **699 р.** Бежевый Черный  
• Хлопковые гольфы с мягким компрессионным эффектом снимают усталость, улучшают кровообращение и помогают предотвратить отеки.  
• Усиленные мысок и пятка.  
Материал: 80% хлопок, 15% ПЭ, 5% эластан. Размер: 36-37, 38-39, 40-41, 42-43, 44-45. Цвет и размер укажите при заказе. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Кроссовки «Бриз» ПРИ ПОКУПКЕ от 2 пар лот 47344 ~~1999 р.~~ **1499 р.** ЦЕНА 1 пары **999 р.** Бордо  
Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подшова). Размер: 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44. Полнота: 8. до 44-го размера



Электрический измельчитель «Молния» лот 22634 ~~2499 р.~~ **1699 р.**  
• 3 в 1: заменит блендер, миксер и мясорубку.  
• Простое управление одним нажатием.  
Материал: пластик, нержавеющая сталь. Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт. Объем чаши: 1,8 л. В комплекте: измельчитель, одинарный нож, двойной нож.



Электрическая турка + кофе в ПОДАРОК! лот 200772 ~~1699 р.~~ **999 р.**  
• Ненагревающаяся съемная ручка.  
• Скрытый нагревательный элемент.  
• Защита от перегрева.  
Материал: пластик, металл. Объем: 0,5 л. Мощность: 600 Вт. Напряжение: 220-240 В. Длина провода: 60 см. В ПОДАРОК: кофе молотый.



Босоножки «Авеню» лот 702126 ~~1999 р.~~ **1499 р.** Синий  
Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подшова). Размер: 37, 38, 39, 40, 41. Цвет укажите при заказе. до 41-го размера



Велотренажер «Кардио» лот 401808 ~~3999 р.~~ **1999 р.**  
• Для тренировки ног и рук.  
• Регулируемый уровень нагрузки.  
• Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.  
• Компактный.  
Материал: металл, пластик. Вес: 2,4 кг. Размер: 40×53,5×25,5 см.



\*ВАШ ПОДАРОК: \*при заказе от 1000 р.: \*при заказе от 2000 р.: Минифен складной, цвет в ассортименте



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

\* При одновременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-18-45. Предложение действительно с 01.03.24 по 31.05.24 г. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

**8 (800) 500-18-45**