

№08  
(485)  
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 24 февраля по 2 марта 2025 года

# ТЕЛЕК

**36**  
КАНАЛОВ  
ТВ

**ВЫБИРАЕМ  
ДОМАШНЮЮ  
ОБУВЬ**

стр. 38

**МНОГОЛЕТНИКИ  
ДЛЯ ЛЕНИВЫХ  
САДОВОДОВ**

стр. 36

**АРТЕМИЙ  
И МАРИНА  
КАТАШИНСКИЕ**  
**ТРУДНОСТИ ДЕЛАЮТ  
НАС СИЛЬНЕЕ**

стр. 6

**ВСТРЕЧАЙТЕ ВЕСНУ  
С ГАЗЕТОЙ «ТЕЛЕК»!**

**МАСЛЕНИЦА:  
ВЕСЁЛЫЕ ТРАДИЦИИ,  
ВКУСНЫЕ РЕЦЕПТЫ**

стр. 11-12, 29-30

**ТРЕНАЖЁР  
ДЛЯ СПИНЫ:  
ДОМА КАК  
В СПОРТЗАЛЕ**

стр. 9

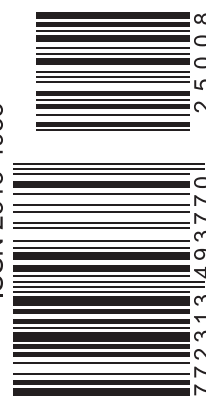
**ВОЗВРАЩАЕМСЯ  
ИЗ ТРЕВОЖНОСТИ  
В СПОКОЙСТВИЕ**

стр. 4

**КАРДОС**  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото из личного архива Артемия  
и Марины Каташинских.  
Фотограф: Сергей Ласкин.

ISSN 2313-4933



12+

Никто не знает, было ли сердце у мифического Купидона, того, который отвечал за любовь.

**Н**о доподлинно известно, что у героя нового проекта канала Домашний Макса сердце есть! А иначе откуда такое название – «Сердце Купидона»? Итак, знакомимся: Макс, владелец брачного агентства «Сердце Купидона». Мужчина молодой, холостой... А какой еще? Спросим у актера, исполнителя роли Максима, Владимира Жеребцова.

### Устроитель судеб

– Владимир, ваш Макс – он какой?

– Самоуверенный человек, в меру амбициозный, хитрый, умный, предприимчивый, веселый (улыбается).

– То есть он практически идеальный мужчина, в которого сходу влюбляются женщины. Но! Почему-то он боится быть отвергнутым. Знаете причину?

– Таков, наверно, был изначальный замысел, но история чуть иначе повернулась. Не могу сказать, что герой идеальный, он со своими недостатками и тараканами. И не боится. Он скорее сапожник без сапог, строитель без дома. Он строит отношения между мужчинами и женщинами, и из-за этого, наверно, у него на себя нет времени.

### Не Пигмалион

– Макс помогает Алисе (актриса Лолита Торбоко) стать лучше и покорить сердце Артёма (актёр Александр Чуряев). А потом он и сам влюбляется. Не напомнило ли это историю Пигмалиона?

## Владимир ЖЕРЕБЦОВ:

# У нас в семье равноправие



Сериал «Сердце Купидона» – 21 февраля на Домашнем.

– Я бы не сравнивал. Для себя он не лепит. Человек заключает пари, чтобы девочку выдать замуж за мальчика. Этот мальчик певец, а она его поклонница. Сами по себе они не смогут встретиться никогда, и он подстраивает ситуацию для их неожиданного знакомства и новой встречи, чтобы ускорить их сближение. Из Алисы Макс ничего не лепит. Да, там есть моменты, когда он пытается ее изменить, потому что она выглядит как пацанка. Но у нас легкая ироничная мелодрама и никакой драмы Пигмалиона нет и в помине (улыбается).

– «Сердце Купидона» не первый ваш проект на Домашнем. Был ещё «Сурьютная мать»...

– Проект старый, спасибо, что вы его помните.



Тема непростая, герои матались и страдали, но мне было приятно сниматься и вспоминать сейчас приятно, потому что моей партнершей была Анастасия Панина – моя любимая партнерша и в кино, и в театре (Анастасия и Влади-

мир играют в Московском драматическом театре им. А.С. Пушкина, – Прим. авт.).

– Не секрет, что в жизни Анастасия – ваша вторая половинка. Какво сниматься с женой, выходить на одну сцену?

– Прекрасно! Мы чувствуем друг друга, и нам комфортно.

### В окружении легенд

– Первый день в кино помните?

– Не помню конкретный день, но было очень интересно. Снимали детский фильм «Дунечка». Съёмки проходили в Минске, и я первый раз за свои 19 лет уехал один в другой город. А поехали в Ялту, и я впервые увидел море...

– Кино и театр – это прежде всего люди.

– В «Дунечке» бабушку главной героини играла Зинаида Максимовна Шарко. Но тогда я не понимал, с кем стоял, юн был. Потом с годами начинаешь осознавать, что рядом с историей сидел. В театре мне повезло играть с Верой Валентиновной Алентовой. Мы играли с ней «Пули над Бродвеем», «Федру». Она глыба, звезда! А в сериале «Склифософский» каждый партнер – звезда: Елена Яковлева, Андрей Ильин, Максим Викторович Аверин, Константин Юшкевич, Александр Сирин. Они прекрасны!

### «Мы все чистюли»

– В вашей с Анастасией семье есть ещё один член команды – дочь Александра. Её постигла участь



детей театральных актёров – стать закулисным ребёнком?

– Она редко бывала за кулисами. Нам очень помогает Настина мама – Валентина Леонидовна, так что не было необходимости брать ее с собой. Она ходит на спектакли, видела очень много работ наших, и на съемочную площадку приезжала, но в свободное от своей детской жизни время.

– Чем же она увлекается?

– Ей нравится музыка, нравится играть на фортепьяно, Саша закончила класс по гитаре в музыкальной школе, ходит на хор и занимается пением с педагогом. Еще занимается балетом в балетной студии. Разносторонний человек.

– В театре и кино роли распределяет режиссёр. А как вы распределяете роли дома?

– У нас равноправие. Кому что хочется, тот то и делает. Анастасия потрясающе готовит, когда хочется или есть свободное время, я готовлю. И с уборкой так же: мы все чистюли и аккуратисты, так что, кто свободен, тот и наводит порядок.

– А если все свободны и отпуск, что делаете?

– У нас стандартные поездки на море с ребенком. Предпочитаем лежать, ничего не делать, читать, спать... Нам движения и в жизни хватает, так что иногда лучше просто отдохнуть!

Ольга БЕЛЬСКАЯ

## Суставы любят Геладринк!

**Геладринк ФАСТ**  
Порошок, капсулы  
30 суточных доз

**Геладринк ФОРТЕ ЛЮКС**  
Саше-пакеты  
14 суточных доз

Когда ни согнуться, ни разогнуться. Экстракт босвеллии серрата в сочетании с коллагеном способствует легкости движения и продлению активного долголетия.

Компоненты состава препятствуют разрушению тканей суставов и позвоночника, интенсивно их питают. Помогают суставам при активных движениях. Удобные саше на каждый день в трех вкусах.

8 (800) 30-20-561  
[www.geladrink.ru](http://www.geladrink.ru)  
Продается в аптеках:  
[eapteka.ru](http://eapteka.ru) [apteka.ru](http://apteka.ru)  
**здравсити**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

БАД. СОФР: RU.77.99.19.003.E.000002.01.15; RU.77.99.11.003.E.004151.09.18; RU.77.99.11.003.E.000003.01.15. ООО «ООО «АПТЕКА» ОГРН1147746631988. г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. эт., пом. 1, ком. 2. Лиц.: ЛО-82-02-000978 от 09.12.2020 г. ООО «Здравсити» 1127282. г. Москва, Чермянская ул. д. 2 стр. 1, эт. 8, пом. 1, ком. 9. ОГРН: 1217700264561. ЛО42-01148-78/00140062 от 06.04.2022 г. АО НПК «Катрен» 630559, Новосибирская обл., р.п. Кольцово, пр-кт Ак. Сандахчиева, 11. ОГРН 1025403638875 Лиц. № ФС-99-02-007598 от 26.12.19 г. ООО «СОГЕР», 115280, г. Москва, ул. Ленинская Слобода, д. 9, эт. 1, пом. 37, оф. 37-2, ОГРН 5137746095966. РЕКЛАМА. +18

## Карина Андоленко рассказала о «Русской жене»



На телеканале «Россия» – премьера многосерийной драмы «Русская жена». Режиссером проекта стал Сергей Пикалов. Действие сериала происходит в 2015 году в одной из стран Ближнего Востока. Русская девушка Алина (Карина Андоленко) замужем за местным жителем Камилем (Иван Босильчич). Вместе они воспитывают сына Русту-ма (Кирилл Белобородов) и дочь Таню (Мария Абрамова). В городе неспокойно: людей похищают ради выкупа. Однажды муж и сын Алины бесследно исчезают. Разыскивая их, она обращается за помощью к российскому репортеру Евгению (Юрий Чурсин). Во имя любви к своей семье Алине придется пойти на отчаянные шаги.

– На мой взгляд, наша картина – про семью, про истинную любовь, помогающую преодолеть все препятствия, про материнское сердце, которое всегда выведет к ребенку, – говорит исполнительница главной роли Карина Андоленко. – Это ода матерям. Сколько на долю героини выпадает испытаний! Работая с этим персонажем и читая каждую сцену, я не могла не сочувствовать ей, потому что каждый раз задавалась вопросами: если бы я оказалась в этих обстоятельствах, если бы мне пришлось совершать ряд таких поступков, что было бы со мной и что происходит с ее психикой? Но материнская любовь вершит чудеса.

Фото телеканала «Россия»

## Александр Ратников стал следователем

В Москве начались съёмки остросюжетного 12-серийного фильма – «Вне закона». История начинается с трагического события: 19-летняя девушка становится жертвой преступления. Выехав на место событий, майор Александр Абакулов (Александр Ратников) узнает в жертве свою дочь. Он начинает расследование, в ходе которого выясняется, что убийца – влиятельный человек, которому удастся избежать наказания. Это ставит главного героя перед выбором: следовать закону или восстановить справедливость самостоятельно. Режиссером проекта стал Дмитрий Матов. Также в сериале снимаются Максим Важов, Иван Бровин, Анастасия Балякина, Михаил Хмуров, Елена Радевич и другие. Фильм покажут на телеканале НТВ.

Фото PR НТВ



## Саша Бортич получила новую роль

В Санкт-Петербурге стартовали съёмки криминальной комедии под рабочим названием «Нам покер». Роли в 10-серийном проекте исполняют Саша Бортич, Артём Кошман, Тимофей Елецкий, Улан Адамбаев, Пётр Скворцов и Даша Верещагина. Режиссером сериала стал Рустам Ильясов.

В центре сюжета – история молодых ребят из провинции, которые открывают нелегальное казино в Петербурге, и их «бизнес», хотя они этого или нет, начинает разрастаться.

– Эта история в жанре криминальной комедии рассказывает о героях, которые проходят путь взросления, – поясняет режиссер сериала Рустам Ильясов. – Они одиночки, хотя отчаянно скрывают это. И всем им – и главным персонажам, и антагонистам – предстоит стать семьей друг для друга.

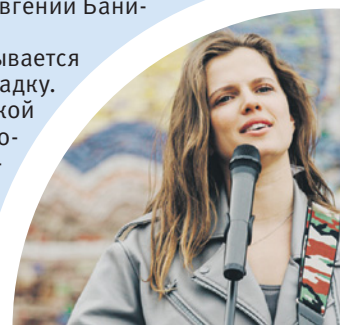
## Где снимали «Ландыши»

На СТС – телепремьера сериала «Ландыши. Такая нежная любовь» (перед этим этот проект был показан в онлайн-кинотеатре). Главные роли в фильме исполнили Ника Здорик и Сергей Городничий. Режиссером стал Александр Карпиловский. Также в сериале снимались Евгений Коряковский, Ирина Паутова, Валерия Ланская, Владимир Стержаков, Евгений Банифатов и многие другие.

По сюжету, дочь миллиардера Катя Орлова случайно оказывается в Вологде – ее частный самолет совершил вынужденную посадку. На месте девушка, не приспособленная к реалиям российской провинции, попадает в эпицентр скандала с участием местного криминального авторитета. На помощь ей приходит лейтенант танковых войск Лёха Данилин. В целях защиты Катя выходит за него замуж, но фиктивный брак дает трещину...

Съемки проекта проходили зимой в Вологде и Подмосковье.

Фото телеканала СТС



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА» и пресс-инф.

## О кошках и специальном указе императрицы

Кошки очень любят внимание, а людям очень сложно остаться равнодушными к этим пушистикам. Расскажем о некоторых городах, где установлены скульптурные изображения котиков и кошек. В одном из этих городов есть даже специальный музей, посвященный мурлыкам. А где-то настолько любят кошек, что сделали их символами своих населённых пунктов.

**1** В городе Зеленоградске Калининградской области рисованные и скульптурные изображения кошек можно встретить повсюду: на стенах домов, на улицах, в парках и скверах, даже на крышках люков. Согласно легенде, однажды кошки спасли город от нашествия полчищ диких крыс, предотвратив мор и голод. И

жители города до сих пор благодарны за это усатым. А ещё в Зеленоградске работает специальный музей «Мура-риум». В его экспозиции более 4500 экспонатов на «кошачью тему». Кстати, у зеленоградских кошек есть собственный сквер. Как он называется?

- а) «Котопарк». б) Парк «Мурлыка». в) «Котофейня».

**2** Несколько веков назад именно из Казани отборные кошки прибыли в Эрмитаж и ко двору императрицы Екатерины II по её специальному «кошачьему» указу. Сегодня изображения различных котиков, кошек и котов часто можно встретить в Казани на местных сувенирах. А скульптура, посвящённая Коту казанскому (находится на улице Баумана), стала одной из многих достопримечательностей города. Перед ложем кота в круге написано: «...Кот казанский...». Какое официальное имя этого бронзового казанского кота?

- а) Василий. б) Алабрыс. в) Казимир.

**3** Василий Егорович Кузякин – главный герой фильма «Любовь и голуби» (режиссёр Владимир Меньшов, 1984 г.) часто упоминает некоего «ёшкиного кота». А в одном из российских городов установили памятник Йошкиному коту. Это скульптурное изображение довольного жизнью хвостатого-усатого вскоре стало одной из достопримечательностей города. Назовите этот город.

- а) Йошкар-Ола (Республика Марий Эл). б) Елец (Липецкая область). в) Ершов (Саратовская область).

### ОТВЕТЫ

1-в. 2-б. 3-а. 4-б. 5-а. 6-в. 7-б. 8-а. 9-б. 10-а. 11-б. 12-а. 13-б. 14-а. 15-б. 16-а. 17-б. 18-а. 19-б. 20-а.

## ГОТОВЫ К ХОЛОДАМ

### ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ХОЛОДОВ

Холодная погода, контакт с людьми в общественных местах увеличивает риск простудиться. Необходим правильный подбор одежды, полноценное питание, ограничение посещений общественных мест. Защитить слизистую носа и губ поможет косметический крем «ВИРОСЕПТ». Его компоненты оказывают защитное и смягчающее действие, облепиховое масло и метилурацил помогают заживлению микротрещин – ворот для инфекции. Компоненты крема облегчают отделение слизи. «ВИРОСЕПТ» предотвращает «обветренность» кожи лица и губ под воздействием низких температур и ветра. Профилактическое применение «ВИРОСЕПТА» создает барьер от простуды.



от 150 руб.

Для защиты рук в период эпидемии применяют «ВИРОСЕПТ для гигиенической обработки кожи» с экстрактом алоэ, Д-пантенолом и аллантоином. Он не содержит спирта, не сушит кожу, имеет приятный запах.

### ПОМОЩЬ БРОНХАМ И ЛЁГКИМ для детей и взрослых

Проблемы с бронхами чаще появляются в осенний и зимний период. Хочется согреться, согреть близких после охлаждения. Хороший результат дает массаж с согревающими мазями, содержащими экстрактами трав, аромамаслами.



от 180 руб.



Опираясь на эффективность старых рецептов, отечественными учеными разработан крем для массажа «МУКОФИТИН». Камфара, масло пихты, алоэ, входящие в состав «МУКОФИТИНА» были известны давно и использовались при проведении массажа, обертываний. Они обеспечивают чувство тепла, обладают антисептическим действием. Действие известных компонентов усилено диметилксантином, йодистым калием. Никотиновая кислота помогает усилить приток крови к зоне массажа, улучшает свойства кожи. Это помогает быстрее восстановиться после простуды, обеспечивая согревающее действие, создавая чувство тепла, уюта у взрослых и детей от 0.

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ И ИНТЕРНЕТ-АПТЕКАХ, В СЕТИ «СТОЛИЧНЫЕ АПТЕКИ»  
СКИДКА ПРИ ПОКУПКЕ НА САЙТЕ ZDRAVCITY.RU, ARTEKA.RU<sup>2</sup>

Тел.: 8 (800) 500-92-62, 8 (800) 700-88-88, 8 (800) 555-11-15, 8 (800) 555-62-65 (звонок бесплатный)

Справки по применению: 8 (800) 201-81-91 (звонок бесплатный) WWW.INPHARMA2000.RU

Косметические средства. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ООО «Инфарма 2000». ОГРН: 1097746613953. 109202, г. Москва, ул. 1-я Фрезерная, д. 2/1, стр. 26. Zdravcity.ru, ООО «Здравсити», г. Москва, Чермянская ул., д. 2, стр. 1, этаж 8, помещ. 1, ком. 9. ОГРН: 1217700264561. 2АО НПК «КАТРЕНЬ» 630559, Новосибирская обл., р.п. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11, ОГРН: 1025403638875. РЕКЛАМА

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Ограничения от работодателя: законные и нет

Начальник как представитель работодателя может вводить некоторые ограничения. Какие из них правомочны?



## Рабочее время и график

Работодатели могут регулировать продолжительность рабочего дня, а также устанавливать графики сменной работы. Однако важно помнить о нормах трудового законодательства, согласно которым рабочая неделя не должна превышать 40 часов, а сверхурочная работа возможна лишь при согласии сотрудника и с соответствующей оплатой.

## Использование корпоративных ресурсов

Ограничение использования рабочих компьютеров, телефонов и других устройств исключительно для выполнения служебных обязанностей является распространенной практикой. Также компании могут ограничивать доступ к интернет-ресурсам, социальным сетям в рабочее время.

## Конфиденциальность

Многие работодатели вводят запрет на работу у конкурентов или участие в проектах, связанных с конкурирующими компаниями. Кроме того, подписание соглашения о неразглашении информации (NDA) помогает защитить коммерческие тайны.

## Контроль за выполнением задач

Работодатели вправе контролировать выполнение сотрудниками их должностных обязанностей через различные системы мониторинга: видеонаблюдение, отслеживание активности на компьютере, ведение журналов посещения и так далее.

Если сотрудник считает, что его права ущемлены, а трудовое законодательство нарушено, он может обратиться в профсоюз или инспекцию труда для защиты своих интересов.

Тревожность – это та гостья, которая приходит без приглашения и остаётся надолго, хотя хозяева этому очевидно не рады.

Она накрывает нас волной сомнений перед важными событиями, шепчет страшные сценарии перед сном и заставляет сердце биться чаще, даже когда для этого, казалось бы, нет причин. Тревожность – это не враг, а часть нас, но иногда она становится слишком навязчивой, мешая жить полноценной жизнью.

Если и к вам нагрянула эта гостья, мы поделимся практическими советами и техниками, которые помогут вам вернуть себе ощущение спокойствия.

## Осознание и принятие

Первый шаг к борьбе с тревожностью – это ее осознание. Попробуйте назвать свои эмоции: «Я чувствую тревогу», «Меня беспокоит это событие». Признание своих чувств помогает снизить их интенсивность. Не пытайтесь подавить тревожность или игнорировать ее – это только усилит ее влияние. Вместо этого скажите себе: «Да, я тревожусь, и это нормально».

**ПРАКТИКА:** заведите дневник эмоций. Каждый день записывайте, что вызвало у вас тревогу и как вы с этим справились. Это поможет вам лучше понимать свои триггеры и находить закономерности.

## От тревожности к спокойствию



## Техника глубокого дыхания

Тревожность часто сопровождается физическими симптомами: учащенным сердцебиением, напряжением в теле, поверхностным дыханием. Чтобы справиться с этим, используйте технику глубокого дыхания.

**ПРАКТИКА:** сядьте удобно, закройте глаза и сделайте глубокий вдох через нос на 4 секунды. Задержите дыхание на 4 секунды, затем медленно выдохните через рот на 6 секунд. Повторите 5-10 раз. Это упражнение активирует парасимпатическую нервную систему, которая отвечает за расслабление.

## Осознанное настоящее

Осознанность – это практика, которая помогает оставаться в настоящем моменте, не погружаясь в тревожные мысли о будущем или прошлом.

**ПРАКТИКА:** попробуйте упражнение «5-4-3-2-1». Назовите 5 вещей, которые вы видите, 4 вещи, которые вы слышите, 3 вещи, которые вы чувствуете на ощупь, 2 вещи, которые вы ощущаете на вкус, и 1 вещь, запах которой вы чувствуете. Это упражнение помогает вернуть фокус внимания на настоящее.

## Тревога в пределах границ

Тревожные мысли часто кажутся нам правдивыми, но это не всегда так. Попробуйте задать себе вопросы: «Насколько реальна эта угроза?», «Что самое худшее может случиться?», «Как я справлялся с подобным раньше?». **ПРАКТИКА:** запишите свои тревожные мысли на бумаге, а затем переформулируйте их в более реалистичные и позитивные утверждения. Например, вместо «Я точно провалюсь на собеседовании» напишите: «Я подготовился и сделаю все возможное».

## «Якорь спокойствия»

Техника, которая помогает быстро вернуть себе ощущение безопасности и уверенности. Это может быть физический предмет (например, камень, который вы держите в кармане) или мысленный образ (например, представление себя в любимом месте).

**ПРАКТИКА:** выберите свой «якорь». Когда почувствуете тревогу, сосредоточьтесь на этом объекте или образе, вспоминая ощущение спокойствия и уверенности.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

На заметку  
Путь к источнику силы

Помните: даже в самые тревожные моменты внутри вас есть источник спокойствия и силы. Ваша задача – найти путь к нему. А пути могут быть разные, например, такие.

- Запишитесь на танцы, чтобы переключить внимание и зарядиться энергией.
- Проводите время на прогулке, наслаждаясь природой и свежим воздухом.
- Займитесь рисованием или раскрашиванием, чтобы успокоить ум.
- Слушайте любимую музыку, которая поднимает настроение.
- Попробуйте медитацию, чтобы научиться расслабляться.
- Готовьте новые блюда, чтобы отвлечься и получить удовольствие.
- Читайте книги, которые вдохновляют и успокаивают.
- Общайтесь с друзьями, чтобы почувствовать поддержку.
- Смотрите любимые фильмы или сериалы, чтобы переключить фокус внимания.
- Займитесь рукоделием, например вязанием или вышиванием.
- Устройте цифровой детокс, ограничив время в соцсетях.

**5 ВАКАНСИ С ПРЕДОСТАВЛЕНИЕМ ЖИЛЬЯ**

РЕКЛАМА

Нам требуются:

- Продавцы-кассиры
- Пекаря
- Грузчики

**от 55 000 до 110 000 руб.**

Приветствуется переезд и трудоустройство семьей, сразу несколько человек в один магазин - удобно и комфортно. Рассмотрим вместе с вами различные варианты. Города Ленинградской области.

**Компания PROXY** – сеть продовольственных магазинов в Ленинградской области, приглашает стать частью команды!

**Мы предлагаем:**

- ✓ достойную заработную плату в окладе
- ✓ официальное трудоустройство
- ✓ карьерный рост
- ✓ удобные графики работы
- ✓ компенсацию проезда
- ✓ компенсацию аренды жилья, поможем подобрать вариант и заселиться

Подробности по телефонам:

8 915 900 35 00 Ирина  
8 905 504 41 01 Людмила  
8 900 015 84 82 Валерия

**БЫВАЕТ И ТАКОЕ**

**Кит как пассажир**  
Кит-косатка по имени Кейко родом из Исландии. Но ради того, чтобы сыграть роль в фильме «Освободите Вилли» (США, 1993 г.), ему пришлось дважды полетать на самолете – сначала к месту съемок, а затем обратно домой. Для транспортировки такого необычного пассажира использовался специальный контейнер. После возвращения на родину животное было обследовано и отпущено на волю.

**Пуаро до кончиков усов**  
У британского актёра Дэвида Суше было множество ролей в кино, но всемирную любовь ему принёс сериал «Пуаро Агаты Кристи», где он сыграл гениального бельгийского сыщика. Суше подошел к работе со всем тщанием: изучил первоисточники и составил для себя список особенностей своего героя, начиная с походки и заканчивая его привычками. Перед началом съемок очередного сезона он дома облачался в костюм сыщика и вел себя с домочадцами точь-в-точь как Эркюль Пуаро.

Светлана СИДОРЧУК

**СОН – ЛУЧШЕЕ  
ЛЕКАРСТВО.**

Многие неоднократно слышали эту фразу, но почему-то не воспринимают ее всерьез. Однако, еще всем известный академик Павлов успешно использовал «сонную теорию» для лечения множества недугов. Лечение во сне. Правда или вымысел? Российские ученые дали ответ на этот вопрос. Они нашли одну из главных причин наших болезней. Уверены, то, что Вы сейчас прочитаете, Вас просто шокирует! Никогда еще эта информация не была в свободном доступе...

**ПЕРВЫЙ ТРЕВОЖНЫЙ  
ЗВОНК**

Как Вы думаете, когда начинается деменция (в народе ее еще часто называют старческим слабоумием)? В 70, 80, а может в 90 лет? А вот и нет. Вы удивитесь, но это заболевание начинает развиваться за 10–15 лет до его явного проявления. И первым признаком деменции, самым тревожным звонком является... Что бы Вы думали? Нарушение сна! Если Вы не спите день, два – ничего страшного. У каждого такое случалось: неприятности, переутомление, одним словом – бывает. Но если не день и не два, это повод задуматься: а все ли со мной в порядке? И вот почему! Все дело в том, что при дефиците ночного сна активность Вашего мозга начнет стремительно снижаться (важно, дневной сон не может ее восполнить!). Начинаясь проблемы с памятью, Вы становитесь медлительными, рассеянными, быстро устаете... Знакомо?

**СПУСКОВОЙ КРЮЧОК**

Чтобы ружье выстрелило, надо нажать спусковой крючок. У многих заболеваний он тоже есть. Например, нарушение сна может спровоцировать рост раковых клеток. Вы знали об этом? Как такое может быть? Во время сна в нашем организме вырабатывается особый «гормон сна» – мелатонин. Он отвечает за работу головного мозга и пищеварительного тракта, делает иммунную систему сильнее и замедляет процессы старения. Но главное – мелатонин блокирует развитие злокачественных опухолей! Он как полицейский, пресекает «преступную деятельность» раковых клеток. Не дает им развиваться и губить Ваш организм. А если его не хватает? Практически сразу увеличивается риск диа-

# ОТКУДА БЕРУТСЯ ДЕМЕНЦИЯ И ДРУГИЕ СТРАШНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ?

## Шокирующая правда от российских ученых



«Уметь спать – не пустячное дело». Фридрих Ницше

бета второго типа, сердечно-сосудистых заболеваний и самое печальное – рака! К сожалению, последние исследования показали, что уровень выработки мелатонина у людей после 50 лет значительно снижается.<sup>1</sup> И с каждым годом этого гормона в организме становится все меньше и меньше (достаточно ли его у Вас?). Ученые уже давно поняли, что нарушение сна – это очень серьезная проблема. Не менее серьезная, чем рак, инсульт или болезнь Альцгеймера. Поэтому после многолетних исследований российских ученых был создан новый, надежный аппарат для лечения нарушений сна – «СЭЛФДОКС ВИЖН» (SELFDOKS VIZION). Аналогов которому на сегодняшний момент практически нет в мире!

**ВНИМАНИЕ, РОЗЫСК!  
ПРОПАЛ СОН**

«ВИЖН» – это прежде всего медицинское изделие отечественного производства, прошедшее все клинические испытания и одобренное Росздравнадзором. Которое может то, что не могут другие, вернуть Вам потерянный сон! Не зря первое, что спрашивает грамотный врач, прежде чем назначить какое-либо лечение: «А как Вы спите?» Только нормализовав сон можно решить если не все, то практически все свои проблемы со здоровьем. Так сказать, одним ударом убить семерых. Перестанут ныть суставы, давление и уровень сахара придут в норму, наладится сердечный

ритм. Даже глаза будут меньше уставать. А риск онкологии и других заболеваний сократится в разы! Сегодня есть аппараты для лечения суставов, сердца и даже желудка. Но вот аппарат для лечения нарушений сна появился впервые. А мы так долго его ждали! Как работает «ВИЖН»? И какой результат будет после лечебных сеансов?

**ПРОСТОЙ, БЫСТРЫЙ  
И НЕДОРОГОЙ СПОСОБ  
ВЕРНУТЬ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ**

Для того, чтобы начать лечение, достаточно просто нажать кнопку на аппарате «ВИЖН». А дальше... Лечебные импульсы аппарата через сетчатку глаза поступают в головной мозг. И дают ему сигнал, что наш организм устал и нуждается в отдыхе. В ответ получают реакцию нейронов головного мозга. И он начинает готовить организм ко сну. Мышцы максимально расслабляются, как будто с Ваших плеч сняли тяжелый груз. И вот Вы уже чувствуете ощущение легкой пустоты в голове, плавного полета, сон-

ливости. Веки сами закрываются, как будто их притягивает друг к другу магнитом. Ваш сон становится глубоким, здоровым. Вы уже не просыпаетесь от каждого шороха. Наконец-то впервые за долгое время Вы сможете выспаться. «ВИЖН» успокоит нервную систему, наладит сердечный ритм. После его использования Вы забудете, что такое головная боль. Тревожность и бессонница. Вы удивитесь, но всего через пару дней Ваше самочувствие кардинально изменится! Утром Вы почувствуете прилив бодрости, сил. Пройдут отеки и синяки под глазами. Жизнь пойдет совсем по другому!

**ЛЕЧИМСЯ ВО СНЕ  
И ЭКОНОМИМ**

«Мне прописали таблетки, а они не действуют». Знакомо? Подобную фразу можно часто услышать от знакомых. Да, чего уж греха таить, мы ведь сами тоже жалуемся. Да, не помогают. Потому что у Вас проблемы со сном! А многие даже не догадываются, что причина в этом. В итоге, врач назначает правильную терапию, выписывает нужные препараты, но, увы и ах, результата часто нет. И что? Врач ошибся? Да нет, врач был прав. Но пока Вы страдаете нарушениями сна, болезни не уйдут! Ведь если в лодке пробоина, то сколько не вычерпывай воду, она снова наполнит лодку. Нужно ликвидировать пробоину – наладить сон! Аппарат «ВИЖН» не только поможет нормализовать сон (спишь и лечишься, это же просто мечта!), но и улучшить проницаемость лекарственных препаратов, которые Вам назначает врач.

Это дает очень важное преимущество: препараты начинают действовать эффективнее, выздоровление наступает быстрее. А значит можно будет снизить дозировку или сократить курс лечения. В итоге – лекарство Вам требуется меньше. И Вы почувствуете ощутимую экономию. Особенно если препараты дорогие, а поход в аптеку забирает половину пенсии.

**ЧТО Я ДЕЛАЮ НЕ ТАК?**

Очень многие люди (возможно, и Вы тоже) в борьбе с нарушением сна допускают одну, но очень серьезную ошибку. Это снотворные! А больше, как правило, врачи ничего не выписывают. На первый взгляд, снотворные кажутся вполне безобидными. Они помогают справиться с бессонницей, нарушениями сна и неврозами. Но в действительности все они вызывают быстрое привыкание, перерастающее в зависимость. «ВИЖН» не вызывает привыкания, не оказывает токсического воздействия и его можно совмещать с любыми лекарственными препаратами. Ответьте на вопрос: когда последний раз утром Вы чувствовали себя полностью отдохнувшим? Бодрым? Когда встали – и ничего не болит? Давно? Если да, то проблему надо решать, пока не стало поздно. Не мучайтесь, хватит страдать. Хватит! Подарите себе, наконец шанс на здоровую, полноценную жизнь – закажите «ВИЖН». А если поторопитесь – успеете приобрести его до повышения цены. И помните, жизнь одна. Запасной у Вас не будет!

<sup>1</sup>[https://umedp.ru/articles/defitsit\\_melatonina\\_kak\\_prichina\\_gormonalnometabolicheskikh\\_narusheniy\\_u\\_muzhchin\\_.html](https://umedp.ru/articles/defitsit_melatonina_kak_prichina_gormonalnometabolicheskikh_narusheniy_u_muzhchin_.html)

**БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА**

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС: 8-800-505-57-42**

**WWW.PRODEX.RU**

**БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА!**

**300 АППАРАТОВ СО СКИДКОЙ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!\***



ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. ООО "Поток" ОГРН121160004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. Доставка АО «Почта России» или курьером до двери. Оплата при получении. Результаты могут отличаться. \*Акция действует с 19.02.2025 г. по 19.03.2025 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.

Их появление в шоу «Титаны-2» на ТНТ стало настоящей сенсацией.

Самая медийная танцевальная пара – Артемий и Марина Каташинские, трехкратные чемпионы мира и восьмикратные чемпионы России по спортивным бальным танцам – бросили вызов олимпийским чемпионам. Мы поговорили с ребятами о впечатлениях от соревнований с «титанами» и о победах – собственных и их воспитанников.

### «Проживаем каждое движение»

– Артемий, Марина, мы разговаривали с вами в 2023 году, и вы сказали, что соревновательная карьера рано или поздно закончится, и ваше внимание будет сфокусировано на пропаганде любви к танцам. Какие успехи случились за два года?

– Спасибо за вопрос, он напоминает о том, как важно четко формулировать цели и следовать им. Да, действительно, соревновательная деятельность пары пока на паузе – мы сосредоточены на успехах наших учеников в школе танцев «АртМари».

С нами занимаются несколько перспективных танцоров, которые выигрывают призовые места на конкурсах всероссийского уровня.

– А как вы поддерживаете своих подопечных на конкурсах? Можно сравнить удовольствие от собственной победы и побед воспитанников?

– Когда побеждают твои ученики, это намного приятнее собственных побед. Мы уже не раз это чувствовали, ни за что теперь не променяем эти ощущения.

Как поддерживаем? Словом, стараемся приободрить, настроить, вспомнить, как было у нас. Наши воспитанники знают: если им дан шанс, нельзя его упустить. По ощущениям – когда ребята на паркете, мы проживаем каждое движение с ними вместе.

### Начало большого пути

– Насколько я понимаю, в следующем году грядет 25-летие вашей танцевальной карьеры. Как собираетесь отметить это событие?

– Мы танцуем практически всю жизнь, для нас это важная дата. Как раз думаем над форматом, в котором можно отметить наши 25 лет в танце, – хотим

## Артемий и Марина КАТАШИНСКИЕ:

# Трудности делают нас сильнее



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Верьте в свои силы. У вас всё получится.

ся, чтобы это было что-то знаковое и для нас, и для наших близких. Следите за нашими соцсетями – узнаете все первыми.

– Что самое главное поняли о себе за четверть века в танцах?

– Вы знаете, родители не привели нас сразу в танцы – был и другой спорт. А спортивные бальные танцы мы увидели случайно и заго-

релись, попросили отвести нас туда и остались на всю жизнь. Это история о том, что родителям важно прислушиваться к детям и их желаниям, возможно, что это начало их большого пути. Для нас, как и для любых спортсменов, он был тернист, но с поддержкой близких мы прошли его, научились понимать друг друга с полувзгляда, доверять друг другу. Трудности делают нас сильнее.

### Танцоры – серьёзные соперники

– Телезрители узнали вас благодаря проектам «Новые танцы» на ТНТ и «Dance Революция» на Первом канале. Там вы демонстрировали своё искусство. Но телепроект, который сейчас идёт в эфире – шоу «Титаны-2» на ТНТ, – абсолютно выбивается из этого ряда. Что вас побудило в нём участвовать?

– Да, это совершенно другой формат, танцоры не привыкли видеть в таком рода соревнованиях, но мы – такие же спортсмены. Для нас это не просто шоу, это возможность показать, что танцоры могут составить серьёзную конкуренцию, и, конечно, возможность вновь испытать соревновательные эмоции, познакомиться и зарядиться энергией сильнейших людей страны.

– Когда шло представление участников, среди которых и женщина-космонавт, и чемпионы по самым разным видам спорта, и просто хорошо подготовленные любители, что почувствовали?

– Мы понимали, что на шоу такого уровня нет случайных людей, каждый достоин участвовать в «Титанах». Конечно, было волнение – ты не знаешь потенциал своих конкурентов, какие вас ждут задания, но в то же время и драйв – желание бросить вызов другим, проверить себя.

### Детали

#### Одно решение на двоих

– С кем советовались, когда принимали решение об участии в «Титанах»?

– Мы держали все в секрете. Наши близкие и ученики привыкли, что у нас постоянно съемки, поэтому вопросов не возникало. Повезло, что в этот проект нас пригласили вдвоем – советовались друг с другом и решение приняли вместе.

– Ученики знали о ваших планах?

– Для них это стало приятным сюрпризом. Единственное, накануне премьеры шоу, когда рассекретили почти всех участников и у нас стали спрашивать, правда ли это, мы не отрицали. Уже просят у нас автографы (смеются).

#### Впереди – новые увлечения

– В прошлом интервью вы рассказывали, насколько широк круг ваших интересов помимо танцев: Марина занимается конным спортом, Артемий рисует, играет на фортепиано, поёт. Вместе вы играете в теннис. Что-то новенькое в эту копилку добавилось?

– В нашу жизнь пришло и фигурное катание – работаем со спортсменами, помогаем в постановке танцев. Артемий и сам по возможности выходит на лед и тренируется – к радости нашей мамы Асмик Варданян, трехкратной чемпионки СССР по фигурному катанию. Пробуем себя в новых танцевальных стилях – это про рост, про новые ощущения. Уверены, что и новые знакомства на «Титанах» принесут в нашу жизнь новые увлечения.

– Читала, что в жизни вы оба модники. Какой стиль предпочитаете?

– Конечно, выбираем спортивный стиль – в нем максимально комфортно. А Марина, как и все девушки, любит наряжаться и очень женственные наряды. В нашем активном ритме жизни это не всегда возможно, но такие моменты случаются.

### ДЕТАЛИ

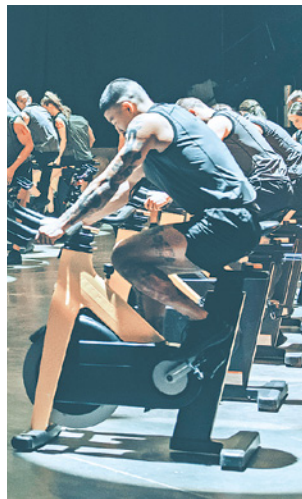
## Успех на чужом поле

– Уникальность шоу в том, что задания участникам даёт искусственный интеллект. Волнительно?

– Очень. Ты ничего не знаешь заранее, не можешь как-то подготовиться и даже настроиться на испытание. Приходилось аккумулировать все силы в моменте, собирать волю в кулак и идти. Это колоссальный опыт – уверены, что «Титаны» пришли в нашу жизнь не просто так, а для чего-то глобального и важного.

– Какое задание оказалось самым серьёзным испытанием?

– Сайклинг, с которого начались наши испытания в шоу «Титаны». Мы не занимаемся этим спортом – бережем ноги. Кроме того, этот вид – циклический, а танцы – сложно-координационный. То есть мы оказались совершенно в чуждой нам стихии, но тот факт, что мы показали хорошие результаты, говорит о многом.



Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

## Первый канал покажет сериал о Пушкине

На Первом канале – премьера сериала «Натали и Александр». Это история любви Натальи Гончаровой и Александра Пушкина. Короткий период жизни, ставший самым счастливым и самым роковым для них. Режиссером сериала выступил Владимир Щегольков.

Главные роли в фильме сыграли: Александр Зарядин – Александра Пушкина и Ксения Трейстер – Натали Гончарову. Образы родителей Натальи Гончаровой воплотили Полина Кутепова и Ростислав Бершауэр. Ее сестер – Полина Цыганова и Татьяна Марахонич. А дедушку Афанасия Гончарова – Сергей Гармаш.

– «Натали и Александр» – это исторический проект, но не в классическом восприятии этого киношного словосочетания, – рассказывает режиссер фильма Владимир Щегольков. – Мы постарались сделать его максимально красивым, у нас прекрасные актеры, но при этом мы не рассказываем историю про бронзового человека, который стоит на Пушкинской площади. Мы показываем живого человека, в котором каждый может узнать себя. А Пушкин, действительно, есть в каждом из нас. Это наша интерпретация бытовой жизни поэта, полной страстей, выборов и любви.

Фото COSMOS studio



## Александр Яценко познакомился с Владыкой леса

Завершились съёмки приключенческого фильма «Легенды наших предков» режиссёра Ивана Соснина. В центре сюжета – репортер из Екатеринбурга (Александр Яценко). По заданию редакции он оказался в затерянном среди тайги селении, где услышал старинное предание о Владыке леса. Вернувшись домой, он внезапно начинает видеть и слышать этого древнего духа...

В фильме Антон Кузнецов воплотил образ Владыки леса, Хранительницей рек и озер предстанет Наталья Павленкова. Юрий Колокольников сыграл Хозяина Уральских гор. Также в фильме задействованы Александр Бабаскина и Марьяна Спивак.

– Последние годы снимается большое количество фильмов на основе известных сказок, но мы решили пойти другим путем и рассказать о менее популярных мифических существах, – рассказывает о фильме режиссер Иван Соснин. – Россия – многокультурная страна, где проживает множество народностей со своими сказами и обычаями.



## У Ивана Янковского – снова главная роль

В Санкт-Петербурге начались съёмки масштабного исторического фильма «Битва моторов» производства кинокомпании «Централ Партнершип» (входит в состав «Газпром-медиа») и компании «Кинослово» при поддержке Фонда кино.

Картина основана на реальной истории. В центре сюжета – судьба Андрея Нагеля (Иван Янковский), первопроходца отечественного автомобилестроения. В начале XX века, несмотря на скептицизм окружающих, он берется за амбициозный проект – разработку и выпуск первых автомобилей «Руссо-Балт». Его союзником становится инженер Дмитрий Бондарев (Юра Борисов), а главным испытанием – ралли Монте-Карло и выживание в мире, где господствуют европейские автомобильные гиганты.

Кроме Юры Борисова и Ивана Янковского, роли в фильме исполняют Паулина Андреева, Алексей Гуськов, Дарья Муреева и другие. Режиссером картины стал Илья Маланин.

Фото прессы службы фильма

## «Спасская» опять в деле

В Сочи стартовали съёмки пятого сезона многосерийного детектива «Спасская» для телеканала «Россия». В кинокартине снимаются Карина Андоленко, Александр Голубев, Роман Маякин, Алексей Матюшин, Лариса Удовиченко, Михаил Жигалов, Дмитрий Ульянов, Александр Макогон, Ольга Чудакова, Виталий Коваленко, Игорь Огурцов и другие актеры.

По сюжету у Анны Спасской (Карина Андоленко), следователя уголовного розыска из Сочи, новое дело: в городе появляется серийный убийца... Главной героине предстоит не только распутать это сложное дело, но и параллельно разобраться со своей личной жизнью. Съёмки сериала также пройдут в Москве.

Фото телеканала «Россия»



# ВЫЖИГАТЬ ПАПИЛЛОМЫ БЕСПОЛЕЗНО! ЧТОБЫ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НИХ, НУЖНО УСТРАНИТЬ ВИРУС ПАПИЛЛОМЫ ИЗ ОРГАНИЗМА

Случается, что человек в надежде избавиться от папиллом выжигает их. Но через некоторое время на том же месте появляется несколько других. Почему так, мы решили узнать у эксперта по здоровью кожи.

### Почему выжигание папиллом может спровоцировать появление новых?

Папиллома – это не просто нарост на коже, это следствие вируса, который находится внутри организма. Когда вирусы активируются? Когда иммунитет ослаблен. А ослабить его может любое вмешательство, в том числе микрооперация, коей является выжигание. Избавляясь от папиллом таким образом, вы можете ослабить иммунитет и спровоцировать появление новых наростов.

### Что же тогда может помочь избавиться от папиллом?

Воздействие на них изнутри. Если избавиться от вируса, пройдут и наросты на коже. Сперва они засохнут, а потом отвалятся. Причем не только с поверхности кожи, но и с труднодоступных мест организма: со слизистой носа, рта, глотки, голосовых связок, половых органов и т.п.

### А если игнорировать папилломы и никак с ними не бороться?

Количество образований может существенно увеличиться, не



только на коже, но и внутри организма. Существует множество разновидностей вируса папилломы, и некоторые из них очень опасны. Папилломы могут появиться на слизистой гортани и спровоцировать нарушения голоса и дыхания. Они могут возникнуть в мочевом пузыре и стать причиной недержания или появления крови в моче. Но самое страшное – вирус папилломы может спровоцировать различные новообразования. Поэтому игнорировать эти наросты нельзя.

### Совет эксперта по борьбе с папилломами

Я советую использовать сироп «Интевиرون с зеленым грецким орехом». Это натуральный продукт, который изготовлен из зеленого



грецкого ореха. Этот плод в огромном количестве содержит такое вещество, как юглон. Эксперты по здоровью кожи называют его «убийцей папиллом» за то, что при попадании в организм он, как профессиональный киллер, разыскивает и уничтожает вирусы папилломы и способствует их уничтожению.

Также сироп содержит экстракты плодов можжевельника, травы чабреца, листьев шалфея, мицелия кордицепса, травы горца птичьего, травы эхинацеи, витамины и минералы. Они усиливают действие юглона, содействуют повышению иммунитета и улучшению состояния кожных покровов.

В результате с вирусом папилломы начинает бороться не только юглон, но и собственная защит-

ная система организма. В подобных условиях выжить ему будет очень трудно.

### Чего возможно ожидать после курса сиропа «Интевирон с зеленым грецким орехом»?

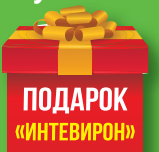
Еще во время прохождения курса человек может заметить, что папиллом на его теле становится меньше. Как правило, сначала засыхают и отваливаются мелкие папилломы, в том числе те, которые находятся внутри организма. Затем могут начать исчезать крупные. Курсовой прием сиропа «Интевирон с зеленым грецким орехом» в составе назначенной комплексной терапии может помочь стать свободным от папиллом, что положительно отразится не только на внешнем виде, но и на состоянии здоровья.

Он может помочь не только убрать папилломы без следа, но и улучшить состояние кожи, слизистой и иммунной системы. Благодаря этому продукту ваша внешность может существенно улучшиться, а защитные силы организма окрепнуть в разы. Крепкая иммунная система будет защищать вас от заражения вирусом папилломы, а также от других вирусов и бактерий в будущем. Таким образом сироп «Интевирон с зеленым грецким орехом» может не только оздоровить организм, но и обезопасить его от болезней в дальнейшем.

## СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

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

Для этого сделайте 3 простых шага:



1. ПОЗВОНИТЕ по телефону **8-800-302-30-30**

2. НАЗОВИТЕ промокод акции **7523**

3. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «Интевирон»

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!**

Акционное предложение действует с 19 февраля по 19 апреля 2025 г.

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

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции с 19 февраля по 19 апреля 2025 г. \* С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно ознакомиться по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

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

В Москве идёт работа над грандиозным фильмом по мотивам знаменитого произведения Александра Пушкина «Сказка о царе Салтане» (над кинолентой трудится «Кинокомпания братьев Андреасян»).

В режиссерском кресле – Сарик Андреасян, а известных всем нам с детства персонажей сыграют Павел Прилучный, Алексей Онежен, Лиза Морьяк, Алиса Кот, Владимир Сычёв, Ольга Тумайкина, Антон Богданов, Фёдор Лавров, Валерия Богданова, Олег Комаров и Алиса Стасюк. Как видите, актерский состав впечатляющий. Мы решили узнать поподробнее о съемках и о том, чего ждать зрителям будущей картины.

## Сказ о царе

Сюжет хоть и очень близок к самой сказке, но есть и необычный заход («три девицы под окном» в сценарии не попали). Остановившемся на постой в деревенском доме царю Салтану посчастливилось влюбиться в милую, добрую, простую девушку Аннушку. Аннушке посчастливилось выйти замуж за царя и родить ему сына Гвидона. Ее сестрам и мачехе посчастливилось словно по мановению волшебной палочки вслед за Аннушкой оказаться в царском дворце. Но сестры и мачеха не оценили своего счастья, возжелали большего и закрутили интригу.

Дальше все по Пушкину: пока Салтан находится в отъезде, интриганки подменяют письмо и выставляют перед царем Аннушку и новорожденного наследника в дурном свете. Салтан в бешенстве, но велит ждать его возвращения. Однако письмо с приказом снова подменяют. В результате царицу с сыном запечатывают в бочку и бросают в океан на верную погибель...

– Наша задача – рассказать историю современно, – поясняет сценарист фильма Алексей Гравицкий. – Не перенести ее в сегодняшний день, а рассказать современным киноязыком: ярко, образно – но при этом сохранив пушкинский дух, его сказочность и юмор. При всех сложностях эта задача вполне решается.

# Чему научит «СКАЗКА о царе Салтане»



Лиза Морьяк в роли Царицы-матери.



Алексей Онежен исполняет роль Гвидона.



Павел Прилучный в образе царя Салтана.



Одну из ролей в фильме играет Ольга Тумайкина.

Для Лизы Морьяк, как оказалось, эта роль – тоже своего рода дебют: раньше в этом жанре она не работала.

– Александр Пушкин – наше все, – говорит Лиза Морьяк. – И для меня это уже вторая экранизация произведений Александра Сергеевича (актриса сыграла в фильме «Онегин» главную роль – Татьяны Лариной. – Прим. авт.). «Сказка о царе Салтане» – это не просто сказка, а драматическая история, которую нужно сделать тонко и красиво. Что же касается творческого амплу – признаться, я впервые играю в сказке как в жанре, и это очень волнительно для меня...

## Правильные идеи

Одна из ролей в фильме досталась Антону Богданову. Он играет помощника царя Салтана. Кстати, в гриме – с бородой и усами – актера трудно узнать.

– Александр Сергеевич Пушкин уже много лет назад написал за нас все возможные сценарии и сюжеты, – говорит Антон Богданов. – На мой взгляд, «Сказка о царе Салтане» – далеко не детская история, и чем старше ты становишься, тем больше в ней видишь. В ней раскрывается очень много важных для современного зрителя тем: верь своей семье, не слушай все, что говорят вокруг, научись чувствовать людей и понимать, кто действительно желает тебе добра, а кто хочет с твоей помощью извлечь собственную выгоду. Все возвращается на круги своя, и через яркие красивые сказки мы можем донести правильные мысли до зрителя любого возраста...

Как нам удалось узнать, съемочную группу ожидает еще много работы. Планируется, что фильм выйдет в прокат в феврале следующего года.

**Валерия ХВАЩЕВСКАЯ**

## Серьезные темы понятным языком

Роль царя Салтана в сказке исполняет Павел Прилучный, в образе Царицы-матери предстает Лиза Морьяк. С этими актерами режиссер Сарик Андреасян работает не в первый раз, поэтому у него не было сомнений в выборе. Князя Гвидона на экране воплотит Алексей Онежен. Он студент Театрального института им. Б. Щукина и с детства снимается в кино. Царевну-Лебедь сыграет Алиса Кот.

– «Сказка о царе Салтане» – это не просто волшебное приключение, а многослойная глубокая история, – говорит режиссер картины Сарик Андреасян. – Это наша «Одиссея» Гомера. Это история про взаимоотношения отцов и детей, а также о том, что какие бы чудеса ни преподнесла вам жизнь –

на первом месте должна оставаться семья. Для меня как для папы важнее всего история Гвидона и его желание вновь встретиться с отцом. Я думаю, что наш фильм – о любви, разлуке и счастливым воссоединении – попадет в сердце каждого взрослого и ребенка...

## Съемки в три этапа

Съемки фильма будут проходить в три этапа. Работа над первыми эпизодами началась в сентябре прошлого года, их снимали в Геленджике. Второй блок проходил уже в подмосковном Долгопрудном – в одном из кинопавильонов были возведены декорации сказочного дворца царя Салтана. Также здесь находится интерьер комнаты и причал Гвидона. Третий блок съемок запланирован на лето 2025 года.

О местах съемки группа объявит позже.

Как нам удалось узнать, сложные съемки будут совмещены с большим объемом компьютерной графики. Для проекта были возведены декорации на площади 600 квадратных метров и сшито более 500 уникальных костюмов. Для каждого героя есть несколько смен нарядов. Они сшиты по индивидуальным меркам с использованием вышивки, бисера, пайеток и жемчуга.

## Первая сказочная роль

По признанию Павла Прилучного, он ни секунды не сомневался, когда ему предложили роль царя Салтана.

– Это моя первая картина, где я играю

сказочного персонажа, – говорит актер. – Я очень рад этому событию, так как своей работой я смогу порадовать детей. Более того: я поступал в институт, читая «Сказку о царе Салтане», зная ее наизусть – и поступил! Ну и в-третьих, это довольно масштабный проект, в котором я вижу большие перспективы.



Царица-мать и выросший за время путешествия Гвидон прибыли на остров, где им предстоит обосноваться. В кадре – Алексей Онежен и Лиза Морьяк.



Мы мало двигаемся, сутулимся, а потом удивляемся болям в пояснице или шее...

**П**ро ежедневную гимнастику и говорить нечего: ей занимаются единицы. И тем, кто уже столкнулся с проблемами со спиной, и тем, кто хочет «подстелить соломки», подойдет один вариант – специальный домашний тренажер. При правильном выборе и регулярном использовании он поможет держать мышцы в тонусе, снизить нагрузку на позвоночник и даже улучшить осанку.



**В тренажёрном зале:**  
– Это что за тренажёр такой?  
– Это лавочка.  
– Идеально!



# Выбираем домашний тренажёр для спины

## Какие для чего

### Для гиперэкстензии (римский стул)

Этот тренажер предназначен для проработки мышц – разгибателей спины, ягодич и задней поверхности бедра. Он представляет собой скамью с валиками для фиксации ног и упором для бедер. Гиперэкстензия особенно полезна для людей, ведущих сидячий образ жизни, так как помогает компенсировать нагрузку на поясничный отдел.

### Для обратной гиперэкстензии

Отличается от классической гиперэкстензии тем, что движение выполняется не корпусом, а ногами. Это снижает нагрузку на поясницу, что делает тренажер безопасным для людей с начальными стадиями проблем с позвоночником.

### Для растяжки и декомпрессии позвоночника

Эти устройства помогают снять напряжение с позвоночника, улучшить осанку и увеличить гибкость. Пример – инверсионные столы, которые позволяют висеть вниз головой, растягивая позвоночник под собственным весом.

### Эллиптические тренажёры (эллипсоиды)

Эллипсоиды обеспечивают кардионагрузку и одновременно укрепляют мышцы спины за счет плавных движений. Они подходят тем, кто хочет совместить тренировку спины с общей физической активностью.

### С функцией вибрации

Вибрационные платформы стимулируют мышцы спины и всего тела за счет высокочастотных колебаний. Они подходят для людей с ограниченной подвижностью, но требуют осторожности при наличии проблем с позвоночником.

## На что обращать внимание

### 1. ЦЕЛЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

Определите, для чего вам нужен тренажер: для реабилитации после травмы, профилактики болей в спине или общего укрепления мышц. Например, для реабилитации лучше подойдут тренажеры для растяжки, а для укрепления мышц – гиперэкстензия.

### 2. ПРОСТРАНСТВО

Оцените, сколько места вы готовы выделить под тренажер. Компактные модели (например, гиперэкстензия) подойдут для небольших помещений, а эллипсоиды или инверсионные столы требуют больше пространства.

### 3. ВЕС И РОСТ ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

Убедитесь, что тренажер рассчитан на ваш вес и рост. Например, для высоких людей важно, чтобы длина скамьи гиперэкстензии была достаточной для комфортного выполнения упражнений.

### 4. МАТЕРИАЛЫ И СБОРКА

Качественные тренажеры изготавливаются из стали или алюминия, имеют прочные кре-

пления и устойчивую конструкцию. Обратите внимание на обивку: она должна быть износостойкой и приятной на ощупь.

### 5. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ФУНКЦИИ

Некоторые тренажеры оснащены встроенными программами тренировок, датчиками пульса или возможностью регулировки нагрузки. Эти функции могут быть полезны, но увеличивают стоимость.



## Важно!

### Питание – значимый момент!

Цель занятий на тренажере – наращивание мышечной массы. Оно будет невозможно, если вы не обеспечите организм достаточным количеством питательных веществ и микроэлементов – в частности, белком и кальцием. Белок – это строительный материал для новых клеток в мышцах и связках. Кальций – ключевой минерал, необходимый для сокращения мышц. Поэтому важно включать в рацион определенные продукты (консервированный лосось, бобовые, сардины, орехи). Альтернативный вариант – пищевые добавки с содержанием нужных элементов в легкоусвояемой форме.

## Практические рекомендации

Обязательно проконсультируйтесь с врачом! Если у вас есть проблемы с позвоночником, перед покупкой тренажера стоит обсудить выбор с ортопедом или физиотерапевтом.

В идеале перед походом в магазин нужно походить в фитнес-зал или к специалисту по лечебной физкультуре на несколько занятий, чтобы освоить технику выполнения упражнений.

Опробуйте тренажер перед покупкой. По возможности протестируйте его в магазине, чтобы оценить удобство.

Светлана СИДОРЧУК

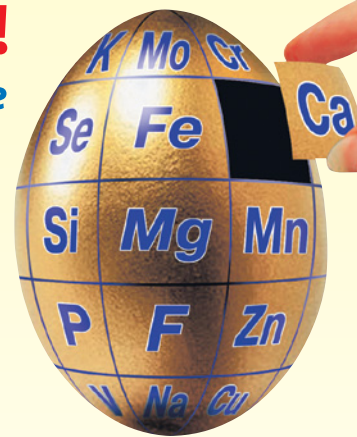
## ПРОФИЛАКТИКА – ЛУЧШАЯ ТАКТИКА

# КАЛЬЦИД – НАДЕЖНЫЙ ПОМОЩНИК!

Бережная забота о вас в любом возрасте



- ✓ **Натуральный источник кальция**
- ✓ **Защищает костную ткань от разрушений**
- ✓ **Профилактика остеопороза и осложнений остеохондроза**
- ✓ **Способствует улучшению подвижности шейного и поясничного отделов и суставов**
- ✓ **Укрепляет, питает связки и суставы**
- ✓ **Стимулирует процессы регенерации**



На основе яичной скорлупы с минералами и витаминами С и D<sub>3</sub> по доступной цене

Приобретайте на [Arteka.ru](http://Arteka.ru)<sup>1</sup>, [Zdravcity.ru](http://Zdravcity.ru)<sup>2</sup> и в аптеках города! Наличие уточняйте на сайте [lek-info.ru](http://lek-info.ru)

ООО «КомфортКомплекс» • «Кальцид» СОГР №RU.77.99.57.003.Е.006712.08.14 • «Кальцид+магний» СОГР №RU.77.99.57.003.Е.006711.08.14 • АО «НПК «Катрен» г.Химки, Вашутинское шоссе, вл. 22 ОГРН: 1025403638875; ООО «Здравсити», Москва, ул Чермянская, д. 2, стр. 1, этаж 8, помещ. 1, ком. 9, ОГРН: 1217700264561 • РЕКЛАМА • БАД

# НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

20 февраля в 21.00 на канале СТС состоится премьера медицинского драмеди «Чудо-доктор», новые серии которого будут выходить каждый четверг.

Главные роли исполнили Соня Присс, Артём Ткаченко, Мария Порошина, Анатолий Лобозкий, Александр Гришин... По сюжету выпускница московской медицинской академии Надя Чудова (Соня Присс) решает после окончания вуза работать в провинциальной больнице родного города, где однажды ее спас талантливый хирург Андрей Крылов (Артём Ткаченко). Надя производит впечатление чудачки, но на самом деле обладает уникальным даром видеть болезнь с помощью синестезии – нейрологического феномена, который появился после пережитой в юности аварии...

### «Я разделила своих героинь»

– Соня, в этом проекте вам доверили главную роль. После прочтения сценария сразу сказали «да»?

– Конечно, потому что почувствовала, что это очень необычно. Сама я не видела подобной истории на российских каналах. Мне кажется, сериал будет интересен потому, что здесь не столько про медицину и постановку диагнозов, сколько про отношения, про героиню со способностями, которые преподносятся не с мистической стороны, а как научно объяснимый факт.

– Пригодился ли здесь опыт предыдущих ваших ролей, связанных с медициной, или пришлось учиться ещё чему-то?

– Конечно, предыдущий опыт всегда подсознательно откладывается. Но использовать опыт прежних проектов не нужно, потому что все сценарии разные, как и истории. Например, в «Чудо-докторе» моя Надя только начинает свой путь врача, и излишняя уверенность в движениях здесь неправдоподобна. А в предыдущих проектах я играла как раз такую героиню. У меня был сериал «Спросите медсестру», который выходил на Первом канале (сейчас ожидается новый сезон), где у меня совсем другая героиня. Я их специально у себя в голове разделила, чтобы не было смешения, это совершенно два разных характера.

## Соня ПРИСС:

# Врачебная тема магическим образом сопровождает меня



### Мечтала о другой профессии

– Брался ли какой-то кинодоктор в качестве референса? Например, Доктор Хаус. Это ведь его конёк – диагностика.

– Когда работала над этим проектом, тоже об этом задумалась. Я смотрела всего «Доктора Хауса», и, конечно, в определенных моментах какие-то ассоциации возникали. Тем не менее, моя Надя Чудова, которая видит с помощью синестезии, скорее собирательный образ.

### Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Всем тепла, солнца, чтобы все было хорошо и зима поскорее ушла. Всем хорошей весны!

### ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

### Вдвойне интересная профессия

– Соня, как вы считаете, что актеру помогает сделать карьеру: удача и везение или талант и трудолюбие? Чего тут больше?

– Я думаю, это всегда лотерея. Самая большая из них – самопробы. Потому что ты не можешь дистанционно прочесть мысли режиссера, узнать, какой он видит ту или иную героиню. Поэтому самопробы люблю и не люблю одновременно. Они хороши тем, что ты можешь наснимать 10 разных вариантов, но отобрать только два и отправить смотреть. А на пробах ты играешь один, в лучшем случае два дубля. Так что профессия наша непредсказуемая и тем вдвойне интересная.

– К слову, ваш дедушка тоже был врачом...

– Мне с детства нравилась эта профессия. И пусть я выбрала другой путь, мне постоянно в кино попадаются героини, которые каким-то образом связаны с наукой и медициной, как это было, например, в «Серебряных коньках» или «Княжне милосердия». Эта тема меня постоянно сопровождает каким-то магическим образом.

– А если говорить о любовной линии, она больше в этой картине?

– Не могу раньше времени раскрывать все тайны, но будет зрителям и драма, и счастье, и радость, и любовь. Я сама уже с нетерпением жду выхода сериала, чтобы его посмотреть.

### На пользу много проектов

– Какой ещё фильм с вашим участием ожидаете с таким же интересом?

– Полнометражную картину «Моя собака – космонавт», про полет в космос Белки и Стрелки. Классный сценарий. Выйдет на экраны еще один полнометражный фильм и несколько сериалов, о которых говорить преждевременно.

– У вас был опыт, когда снимались в двух проектах одновременно?

– Конечно. Это очень интересно на самом деле, не выматывает, а наоборот, подстегивает к работе, ты чувствуешь себя в постоянном тренинге, как в театральном институте.

### До лета отдыхать не придётся

– Весна не за горами. Какие ожидания с ней связаны – профессиональные, личные, эмоциональные?

– Ожидания все связаны с работой. С февраля и до середины лета у меня будут идти несколько параллельных проектов. Так что весну я застану эпизодами. Зато как будет приятно весенним теплым вечером выйти из актерского вагон-

### Кстати

### До Софьи ещё не доросла

– Вы однажды сказали, что чем подвижнее внутри себя человек, тем интереснее ему живётся. Мне кажется, эта фраза очень хорошо определяет вас и ваш характер. Когда вы девочкой уехали жить самостоятельно в Штаты, это был смелый поступок. Чему научила жизнь вдали от дома?

– Наверное, храбрость какая-то появилась даже в обычных вещах. Когда ты всю жизнь живешь с родителями, ты домашний ребенок. А когда отрываешься от них, да еще уезжаешь за тридевять земель, это настоящий путь взросления. Хотя мне до сих пор кажется, что я еще не взрослый человек, и стараюсь как можно дольше сохранить в себе это ощущение, очень важное для работы. Я поэтому и называю себя везде Соня, так как Софью в себе пока не чувствую.

### ДЕТАЛИ

## Родители – самые большие болельщики

– Родители пристально следят за вашими успехами? Они ведь остались жить в Кургане, а вы переехали сначала в Петербург, затем в Москву...

– Мама с папой смотрят все картины с моим участием, и не по одному разу. Они самые большие мои болельщики. Ничего никогда не критикуют и не комментируют. Они смотрят кино, как обычные зрители, но с большой гордостью за то, что там снимался их ребенок. А папа ко всему ухитряется раньше меня находить новые фильмы и смотреть

их. Еще он собирает обо мне все публикации и фото. Это очень трогательно.

– Ваша родная сестра работает в музыкальном театре в Новосибирске, она певица, вы актриса. При этом родители ваши не имеют отношения к искусству. Как так получилось?

– Все детство я занималась в театральном объединении для детей. У нас был достаточно большой коллектив, но поступила в московский театральный институт я одна. Это действительно была удача.

чика и почувствовать, как пахнет весной, услышать, как птички поют, увидеть первую зелень. Такие моменты начинаешь ценить особенно. Давно отметила, что в основном снимаюсь зимой, в то время как я человек мерзлявый. Поэтому весна для меня особенно желанна.

Мария СУХАНОВА



# ВОСКРЕСЕНЬЕ

## ПРОЩЁНОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ

### КАК ОТМЕЧАТЬ:

Самый важный день Сырной седмицы. В этот день все просят друг у друга прощения. В ответ надо сказать: «Бог простит, и я прощаю». Всем хочется с чистым сердцем встретить день Воскресения Христова – Пасху. На стол в этот день подавали поистине праздничные блюда и самые вкусные блины.

**КСТАТИ.** Днем принято было сходиться в баню, а вечером торжественно сжечь чучело Масленицы.

### Картофельные блинчики с сырной начинкой

На 6 персон.

Калорийность

(на 100 г): 156 ккал.

Время: 30 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан ряженки, 3 средние картофелины, 1 яйцо, 1/2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 1 стакан муки, 1/2 стакана воды, 2 ст. л. растительного масла, 250 г сливочного сыра, 3 веточки укропа для украшения, соль и черный перец

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Очистить картофель, промыть и высушить. Нарезать средними кубиками.
- 2 Лук очистить и измельчить. Соединить картофель и лук в чашке блендера. Добавить очищенные и измельченные зубчики чеснока и ряженку.
- 3 Тщательно измельчить до исчезновения кусочков. Добавить в смесь яйцо, воду и растительное масло. Поперчить и посолить по вкусу.
- 4 Все еще раз перемешать, добавить муку и взбить тесто до однородного состояния.
- 5 Обжарить блины на разогретой сковороде, промазанной растительным маслом с двух сторон, 1-2 минуты до золотистого румянца.
- 6 На середину каждого блина выложить по 1 ст. л. сливочного сыра.
- 7 Размазать ложкой сыр по поверхности блинов, чуть не доходя до края.
- 8 Свернуть блины в трубочку, посыпать измельченным укропом и подать горячими.



### Блинные мешочки с жюльеном

#### из красной рыбы

На 10 персон. Калорийность

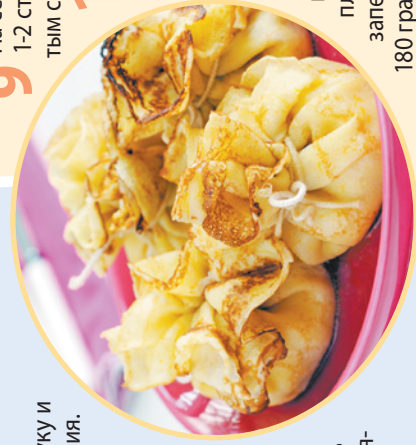
(на 100 г): 189 ккал. Время: 1 час 50 минут

ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для блинов: 1/2 л молока, 2 стакана пшеничной муки, 3 яйца, 1 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли  
Для жюльена: 300 г филе семги, 150 г российского сыра, 2 луковицы, 1 стакан сметаны, 1/2 стакана молока, 1/2 пучка укропа, перья лука-порей или зеленого лука, свежемолотый перец, соль, растительное масло, сливочное масло

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Приготовить тесто для блинов и испечь их на широкой сковороде.
- 2 Для жюльена филе семги или форели вымыть, обсушить и нарезать небольшими кубиками.
- 3 Лук очистить и нарезать четвертькольцами. Зелень промыть, обсушить и мелко порубить.
- 4 Обжарить лук на сковороде на смеси растительного и сливочного масла, помешивая.
- 5 Выложить рыбу и жарить 4-5 минут, также при помешивании.
- 6 Посыпать обжарку мукой, перемешать и жарить еще 1 минуту.
- 7 Влить сметану, перемешать и довести до кипения на небольшом огне.
- 8 Добавить молоко до нужной густоты при помешивании. Поперчить, всыпать измельченный укроп.
- 9 На середину блинчика положить 1-2 ст. л. жюльена и посыпать тертым сыром.
- 10 Поднять края блинчика вверх, чтобы получился мешочек. Завязать его половой лука-порей или перьями зеленого лука.
- 11 Мешочки поместить в смазанную сливочным маслом форму для запекания, помазать сверху растительным сливочным маслом и запекать в нагретой духовке при 180 градусах 10-15 минут.



# Блины и поцелуи счёта не любят

Готовимся к встрече Масленицы, которая в 2025 году пройдет с 24 февраля по 2 марта.

Традиционно Масленицу отмечали перед Великим постом, в воскресенье. А праздничной считалась вся неделя. Называли ее Сырной седмицей.

Условно праздник Масленицы делился на два периода: Узкая (с понедельника по среду) и Широкая (с четверга по воскресенье). На Узкую Масленицу гуляния только разворачиваются. В эти дни еще допускается работа по хозяйству, не связанная с приготовлением пищи. На Широкую Масленицу работать было уже не принято.

Каждый день седмицы имеет свое название и традиции и, конечно, не может обойтись без главного блюда – блинов. «ТЕЛЕК» собрал для вас рецепты вкусных и оригинальных блинов и блинчиков, которые можно приготовить из доступных продуктов, и предлагает такое праздничное меню Масленицы.

Напеки, кума, блинов,  
Да чтоб были пышные.  
Нынче Масляна неделя –  
Можно съесть и лишнего.

# Масленица



# ПОНЕДЕЛЬНИК

## ВСТРЕЧА

### КАК ОТМЕЧАТЬ:

По традиции, первый испеченный блин отдавали наимущим, странникам, чтобы те помянули усопших родственников. День посвящался объединению семей, чьи дети не так давно стали мужем и женой. Сегодня на такую встречу, кроме блинов, можно захватить с собой фотальбом со старыми фотографиями, чтобы посмотреть всем вместе.

**КСТАТИ.** В этот день соорудили чучело Масленицы из тряпок и соломы, а потом катали на санках по всей деревне и устанавливали на самой высокой снежной горке, с которой начинались катания.



### Блины «Боярские»

На 8-10 персон. Калорийность (на 100 г): 230 ккал.  
Время: 1 час 30 минут

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г муки, 1 л молока, 3 яйца, 30 г дрожжей, 200 г сливочного масла, 3 ст. л. сахара, соль

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Раскрошить дрожжи, развести их в двух стаканах подогретого молока, добавить столовую ложку сахара и оставить для подъема.
- 2 Взбить в отдельной миске яйца, добавить соль и сахар, хорошо размешать.
- 3 Добавить в миску оставшееся подогретое молоко, еще раз все смешать. Вылить в смесь опару, замесить тесто без комочков.
- 4 Половину размягченного сливочного масла для смазывания сковороды.
- 5 Вымесить тесто, накрыть миску полотенцем и поставить в теплое место для расстойки.
- 6 В процессе брожения тесто дважды перемешать, чтобы насытить кислородом. Это уберет кислый привкус. Расстаивать 30-40 минут.
- 7 Разогреть сковороду, смазать растопленным сливочным маслом. Выпекать блины до румяности.

# СУТЬБОТА

## ЗОЛОВКНИНЫ ПОСИДЕЛКИ

### КАК ОТМЕЧАТЬ:

Молодые женщины приглашали в гости сестер мужа – золовок и родственниц мужа. Интересно, что если сестры мужа были замужем, то и подруг приглашать надо было замужних. Одна из добрых примет посиделок – невестка должна была одарить каждую золовку небольшим приятным подарком.

•••••

### Блинчики шоколадные

На 4 персоны.  
Калорийность (на 100 г):  
210 ккал. Время: 25 минут

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан муки, 2 стакана молока, 2 яйца, 1 ст. л. сахара, 50 г шоколада, соль

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Шоколад натереть на мелкой терке. Приготовить тесто из муки, молока, яиц, сахара, соли и шоколадной стружки.
- 2 Жарить блины обычным способом.

### КАК ПОДАВАТЬ:

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

**Сеточки.** Испечь блинчики в клеючку, сверну на каждый выложить лист салата, начинку и свернуть рулетиком.



### Разноцветные блинчики

На 8 персон. Калорийность (на 100 г): 176 ккал.  
Время: 50 минут

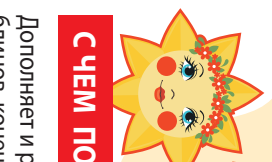
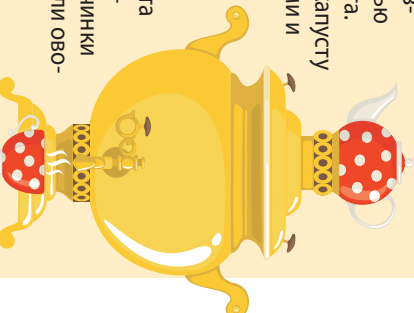
#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

Для блинов: 3 стакана пшеничной муки, 1 л молока, 2 яйца, 3 ст. л. сахара, 1/3 стакана растительного масла

**Для красителей:** 1 сырая свекла, сок лимона, 1 ч. л. куркумы, пучок шпината или петрушки, 200 г свежей краснокочанной капусты, соль

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 В миску влить молоко,бить яйца, посолить и хорошо перемешать. Разделить готовое тесто для блинов на 4 миски.
- 2 Свеклу очистить, промыть и натереть на терке. Выложить на сковороду, полить лимонным соком, добавить немного воды. При частом помешивании прогреть свеклу до выделения сока.
- 3 Отжать массу через ситечко в пиалу, выложить в первую миску с тестом и перемешать для выделения красных блинов.
- 4 Во вторую миску всыпать куркуму и перемешать для получения желтого цвета.
- 5 Очищенный и промытый шпинат нарезать, выложить в чашку блендера, влить немного теста из третьей миски. Измельчить и влить в третью миску для зеленого цвета.
- 6 Краснокочанную капусту нарезать кусочками и также измельчить в блендере. Выложить в четвертую миску с тестом и размешать.
- 7 Из полученного теста разного цвета выпекать блины. В качестве начинки можно использовать мясо или овощи.



### С ЧЕМ ПОДАВАТЬ:

Дополняет и расширяет вкус блинов, конечно же, вкусный соус.

### Малиновый соус

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 196 ккал.  
Время: 45 минут

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

300 г замороженной малины, 1 яблоко, 100 г сахара, 200 мл виноградного сока, 50 г сливочного масла, 20 г крахмала

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яблоко почистить, вырезать сердцевину, нарезать небольшими кубиками.
- 2 Разогреть в сотейнике сливочное масло с сахаром, обжарить яблоко до карамелизации.
- 3 Влить виноградный сок, варить 5 минут на сильном огне. Добавить 100 г малины, томить под крышкой на малом огне 15 минут.
- 4 Переложить содержимое сотейника в блендер, разбить в пюре, вернуть в сотейник. Добавить оставшуюся малину и крахмал, хорошо перемешать, довести до кипения и сразу снять с огня.

Жизнь – штука непросто-кая, иногда кажется, что любовь прошла или её вовсе не было.

**Н**о потом оказывается, что это и есть самый главный человек в твоей жизни, и именно с ним хочется прожить остаток дней.

## Рыбка на крючке

Мне было 16 лет. В то лето моя семья откликнулась на приглашение друзей провести несколько недель в таежном поселке. До пункта назначения добирались сначала на самолете, потом на арендованном внедорожнике. Когда наша машина, наконец, подъехала к бревенчатому дому, была уже глубокая ночь. Мы с моей сверстницей Ларой, дочкой друзей родителей, сразу отправились спать. Когда проснулись, солнце уже было в зените.

– Идите завтракать. А на закате пойдем на рыбалку, местные сказали, что тут полным-полно окуней, карасей и щук, – поделился планами отец.

Вечером вся наша дружная компания отправилась на озеро. Очень скоро нам с Ларой наскучила рыбалка, и мы с радостным визгом побежали наперегонки по песчаному берегу. Остановившись нас заставил недовольный окрик из прибрежных кустарников.

– Что разорались, как сороки, всю рыбу разогнали, – погрозил нам парень лет семнадцати.

Вид у него был грозный и одновременно смешной: кепка набекрень, закатанные до колен штаны. Мы побежали дальше, а я оглянулась и показала ему язык. И тут неведомая сила потащила меня назад. От неожиданности я грохнулась на землю. Подбежавший рыбак, улыбаясь, стал отцеплять от мо-

# «Я буду ждать тебя всегда»

ей майки крючок на леске, которую держал в руке.

– Ну что, золотая рыбка, попалась?

– Ты в своем уме? – от возмущения я набросилась на него с кулаками.

Он с легкостью увертывался, а потом вдруг неловко чмокнул меня в щеку, покраснел, тихо пробормотал «извини» и пошел обратно.

Когда мы вернулись в дом, под окнами стояло полное ведро рыбы. С того самого вечера рыба в нашем доме не переводилась.

Егор оказался сыном лесничего и классным парнем. С каждым днем я влюблялась в Егора все больше и больше. Он представлялся мне рыцарем в сверкающих доспехах, оберегающим даму своего сердца, то есть меня, от всяких драконов и прочей нечисти.

Наш отпуск заканчивался, расставание с любимым было для меня катастрофой. В последний вечер мы гуляли почти до утра, признаваясь друг другу в любви и строя планы на будущее.

– Ариша, знай, я буду ждать тебя всегда. Обещаю!

## Карьера, дом, замужество

Вскоре по настоянию родителей я поступила в финансовый. Вуз закончила блестяще. Жизненный водоворот безостановочно закружил событиями,



«Если вы искренне любите, то ничего не требуйте взамен: в этом и есть истинная любовь. Фёдор Достоевский»

я сделала ставку на карьеру. В тот таежный поселок больше не приезжала. Первое время мы часто переписывались с Егором, потом я все реже стала отвечать на его послания, в конце концов перестал писать и он.

Я много работала, получила хорошую должность, вышла замуж. Андрей был совладельцем консалтинговой компании, и мои знания и опыт вывели фирму на другой уровень. Наша семья для окружающих была примером для подражания. Для полного счастья в нашем большом доме не хватало лишь детского смеха. Когда сообщила мужу о своей беременности, он был очень рад.

– Надо срочно заняться переделкой южной части

дома, там мы оборудуем детскую, дополнительную кухню, ванную...

## Год в больнице

На следующий день в доме начался ремонт. Если бы я только могла предположить, во что выльется эта затея, никогда бы не ввязалась. Но у истории, как известно, нет сослагательного наклонения.

Я не заметила провод от шлифовального аппарата у края лестницы, споткнулась и кубарем слетела вниз. Тело пронзила страшная боль, и я провалилась в пропасть. Пришла в себя уже в больнице. Попробовала пошевелиться – не получилось.

– Она очнулась! Я скосила глаза на незнакомый голос:

– Что со мной? Где я?

– Вы в клинике, об остальном вам расскажет врач.

Доктор не стал обнадеживать: ребенка я потеряла, у меня сложный перелом позвоночника, повреждения внутренних органов, не считая многочисленных ушибов. Но самое главное, никто не давал гарантии, что я смогу ходить.

Почти год я провела в больнице, еще два – в реабилитационных центрах. На ноги я так и не встала, передвигалась в инвалидной коляске. Андрей не смог смириться с тем, что случилось, и ушел. Я не виню его, жить с инвалидом очень тяжело, а для кого-то невыносимо. Расставаясь, Андрей положил на мой счет приличную сумму и обещал в дальнейшем помогать.

## От себя не убежишь

Я начала привыкать к новой жизни. Друзья помогли устроиться на дистанционную работу, мой опыт финансиста ока-

зался весьма востребованным. Дневные часы пролетали быстро, а вот ночь была тяжелым испытанием. Бессонница порождала рой мыслей, от которых порой было невыносимо. Я все чаще вспоминала свою юность, далекий таежный поселок, где я была так счастлива. Мне очень хотелось туда вернуться. Зачем? Ответа на этот вопрос не было.

И все-таки я решилась. Поскольку не была ограничена в средствах, без проблем организовала перелет и спецмашину. В поселок я въезжала с замаринованным сердцем. Когда автомобиль остановился у того самого дома, я разревелась. Прошло 15 лет... Вдруг заметила вдалеке на дороге человека. Неужели Егор?

Он почти бежал, а потом шагнул ко мне, обнял и нежно поцеловал в губы. В голове зашумело, томная нега разлилась по всему телу. Казалось, все клетки слились в одном чувственном потоке...

– Как долго я ждал тебя, Ариша. Теперь все будет хорошо. И я всегда буду рядом с тобой, если, конечно, позволишь. Ты будешь счастливой.

– Как ты узнал, что я приехала? – сквозь слезы прошептала я.

– Сердце подсказало, – улынулся он, не выпуская меня из объятий. – Ну и деревенская молва. Мы справимся со всем. Мы тебя вылечим.

...Егор работал егерем, сменив на этом посту своего отца. Он так и не женился, говорит, что ждал меня. И дождался. И вылечил. И сделал счастливой. Он вселил в меня уверенность. С ним я не жалею о прошлом и не боюсь будущего.

АРИНА

## ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



## Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

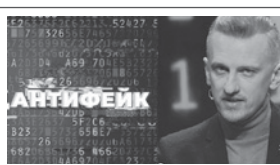
2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

**ПЕРВЫЙ**



13.30 «АнтиФейк». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 11.00 12.15 Информационный канал. (16+)
- 13.30 «АнтиФейк». (16+)
- 14.00 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.50 «Пусть говорят». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «НАТАЛИ И АЛЕКСАНДР». (16+)
- 23.55 «Большая игра». (16+)
- 00.55 Подкаст.Лаб. (16+)

**РОССИЯ 1**



18.00 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «РУССКАЯ ЖЕНА». (16+)  
Алина попадает на территорию боевиков. Её паспорт сжигают и собираются продать иностранному бизнесмену. Но ей удаётся узнать, что её муж Камилль под чужим именем работает на Джамала.
- 23.30 «Так называемая Украина». (16+)
- 01.05 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

**НТВ**



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (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 «ШЕФ: ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО». (16+)
- 22.10 «ОПОЛЧЕНСКИЙ РОМАНС». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ОПОЛЧЕНСКИЙ РОМАНС». (16+)
- 00.40 «СВИДЕТЕЛЬ». (16+)
- 02.45 «ОТСТАВНИК: БЛИЖНИЙ БОЙ». (16+)

**СТС**



03.30 «6 кадров». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.25 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 08.05 «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ». (12+)
- 10.05 «ЗАКОНЫ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТИ». (16+)
- 12.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- 14.40 Уральские пельмени. (16+)
- 15.00 «КОТОСТРОФА». (16+)  
Чтобы рассчитаться с долгами, семья Мягковых продаёт свой дом и покупает старую пустующую квартиру. Во время заселения Мягковы обнаруживают, что у их новой квартиры уже есть хозяин - наглый рыжий кот.
- 20.45 «НЯНЬКИ». (16+)
- 22.40 «ЗАЧИНЩИКИ». (16+)
- 00.35 «НЕ БУДИ ВО МНЕ КИЛЛЕРА». (16+)
- 02.20 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)
- 03.30 «6 кадров». (16+)
- 03.40 «Мультфильмы». (16+)

**ТНТ**



13.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.00 «Выжить в Самарканде. Игра сезонов». (16+)
- 11.30 «Титаны». (16+)
- 13.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)
- 21.00 «АФРОДЕРВНЯ». (16+)
- 22.00 «ВАСЯ НЕ В СЕБЕ». (16+)  
Василий - архитектор, чья жизнь идёт под откос после череды неудач. В попытке вернуть контроль он решает обратиться к психотерапевту...
- 23.55 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ДРУГ». (16+)  
Невротик Уолли и блондинка Кэсси были закадычны, но, когда речь зашла о беременности, она выбрала в отцы красавца Роланда.
- 01.55 «Комеди Клуб». (16+)
- 05.35 «Однажды в России». (16+)
- 06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**РЕН**



06.00 «С бодрым утром!» (16+)

- 05.00 18.00 01.25 04.30 «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» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 17.00 02.10 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «ЗАТМЕНИЕ». (16+)
- 22.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 23.30 «СТРИПТИЗЁРШИ». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <p><b>ПЯТНИЦА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Секреты на кухне. (16+)<br/>В этом выпуске Вадим Абрамов поделится секретами приготовления борща.</li> <li>05.50 Пробный переезд. (16+)</li> <li>06.40 Пятница News. (16+)</li> <li>07.00 Руссо-экспрессо. (16+)</li> <li>08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)</li> <li>11.00 Адский шеф. (16+)</li> <li>01.00 «ЖЕНЩИНА, КОТОРАЯ УБЕЖАЛА». (18+)</li> <li>02.20 Пятница News. (16+)</li> <li>02.40 На ножах. (16+)</li> <li>04.30 Пятница News. (16+)</li> </ul> <p><b>Ю</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.30 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>09.35 «Шоу Доктора Зубаревой». (16+)</li> <li>10.15 «Супермама». (16+)</li> <li>12.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)</li> <li>16.30 «Беременная в 45». (16+)<br/>Вся наша жизнь - это борьба со стереотипами. Когда замуж? Когда станешь мамой? Когда за вторым? 45 лет - не поздно? Преодоление, разочарование, слезы, смех, радость и счастье - весь этот спектр человеческих эмоций увидят зрители канала «Ю».</li> <li>21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</li> <li>00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)</li> </ul> | <p><b>ЧЕ!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 «СОЛДАТЫ-13». (16+)<br/>Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни.</li> <li>07.30 Улётное видео. (16+)</li> <li>09.30 Дорожные войны. (16+)</li> <li>11.00 Охотники. (16+)</li> <li>13.00 Найди по ID. (16+)</li> <li>16.00 Решала. (16+)</li> <li>21.00 Притворщики. (16+)</li> <li>22.00 Заступницы. (16+)</li> <li>00.45 Опасные связи. (18+)</li> <li>02.20 Антимэгия. (16+)</li> <li>03.50 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)</li> <li>05.20 «СОЛДАТЫ-13». (16+)</li> </ul> <p><b>МИР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00, 00.05 Наше кино. История большой любви. (16+)</li> <li>05.50, 06.15 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (16+)</li> <li>06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости</li> <li>09.15, 10.20 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (16+)</li> <li>10.10 Белорусский стандарт. (12+)</li> <li>13.15 Мировое соглашение. (16+)</li> <li>14.10, 15.05, 16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)</li> <li>18.50 Игра в кино. Мультфильмы. (16+)</li> <li>21.40 Миллион за 5 минут. (16+)</li> <li>22.25 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ». (16+)</li> <li>01.00 Первый Евразийский канал. (12+)</li> </ul> | <p><b>ОТР</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 «Утро вместе». (12+)</li> <li>09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение</li> <li>11.00 00.35 «АНАТОМИЯ СЕРДЦА». (16+)</li> <li>16.00 «Новости Совета Федерации». (16+)</li> <li>17.00 «Формула здоровья». (12+)</li> <li>18.00 «Губернские новости». (12+)</li> <li>20.45 03.35 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)</li> <li>22.30 «СЛЕЗЫ КАПАЛИ». (12+)</li> <li>00.00 «ДО ВОСТРЕБОВАННИЙ». (16+)</li> <li>00.25 «МОРЕ ВОЛНУЕТСЯ РАЗ». (12+)</li> </ul> <p><b>ПОБЕДА</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>04.30 «Путь к Победе». (16+)</li> <li>05.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)</li> <li>06.40 «ПЕТЛЯ НЕСТЕРОВА». (16+)</li> <li>14.10 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)<br/>В стране царят голод и разруха. Хлеб - на вес золота, а стоимость человеческой жизни равняется нулю. Города контролируются группировками: подобно черным кошкам, они приходят незамеченными под покровом ночи и легко исчезают с места преступления...</li> <li>00.00 «ВЕСУРИ». (16+)</li> <li>01.25 «ВРЕМЯ СОБИРАТЬ КАМНИ». (16+)</li> <li>03.00 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)</li> </ul> |
|--|---|--|

**ДЕТСКИЕ**

- |  |   |
|--|---|
| <p><b>КАРУСЕЛЬ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>05.00 Ранние пташки. «Панда и Антилопа». «Ну, погоди! Каникулы», «Барбоскины». (6+)</li> <li>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</li> <li>07.35 «Лунтик». (0+)</li> <li>08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)</li> <li>09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)</li> <li>09.25 «Беби Борн». (0+)</li> <li>09.30 «Смешарики». (0+)</li> <li>11.00 «Хранители Кью». (0+)</li> <li>11.20 «Диностер». (6+)</li> <li>11.35 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>13.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)<br/>Герои мультсериала Джи-Джи Бонд и доктор Муху увлечены идеей участия в гонках, поэтому отправляются на планету Турбодрайва!</li> <li>13.15 «Спинфайтеры». (6+)</li> <li>13.35 «Тобот». (6+)</li> <li>14.05 «Хранители Надо». (6+)</li> <li>14.30 «Навигатор. Новости». (0+)</li> <li>14.40 «Отель у овечек». (0+)</li> <li>16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)</li> <li>17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)</li> <li>17.05 «Команда Флоры». (0+)</li> <li>19.00 «Макс и Крякс». (0+)</li> <li>19.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</li> <li>21.20 «Три кота». (0+)</li> <li>21.30 «Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестренки Карамельки». (6+)</li> <li>22.30 «Карбот. Кунг». (6+)</li> <li>23.00 «Фьюжн Макс». (6+)</li> <li>23.25 «Ералаш». (6+)</li> <li>00.55 «Бубаб». (6+)</li> </ul> | <p><b>МУЛЬТ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Время малышей. (0+)</li> <li>07.00 «Хранители Кью». (0+)</li> <li>07.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>08.30 «Чик-Чиркино». (0+)</li> <li>09.10 «Сказочный патруль». (0+)</li> <li>09.45 «Маша и Медведь». (0+)</li> <li>10.35 «Геройчики». (0+)</li> <li>11.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)</li> <li>12.00 Время малышей. (0+)</li> <li>13.00 «Спинфайтеры». (6+)</li> <li>13.15 «Барбоскины». (0+)</li> <li>14.30 «Бубаб». (6+)</li> <li>15.30 «Тобот». (6+)</li> <li>15.55 Время малышей. (0+)</li> <li>17.00 «Приключения Мегащенок». (0+)</li> <li>17.30 «Фиксики». (0+)</li> <li>18.25 «Лунтик». (0+)</li> <li>19.00 «Мини-Мишки». (0+)</li> <li>19.25 «Семь королевств». (0+)<br/>В Семи королевствах правят маленькие волшебники - принцы и принцессы! У каждого из них есть особый друг-питомец - фантастический дракончик.</li> <li>20.00 «Сказка на ночь». (0+)</li> <li>20.35 «Муся, Чук и Станислав». (6+)</li> <li>21.00 «Барбоскины». (0+)</li> <li>21.25 «Фееринки». (0+)</li> <li>22.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> <li>22.30 «Смешарики». (0+)</li> <li>23.00 «Ката и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)</li> <li>23.30 «Бубаб». (6+)</li> <li>00.30 «Деревяшки». (0+)</li> <li>01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</li> <li>01.30 «Барбоскины». (0+)</li> <li>02.30 «Лео и Тиг». (0+)</li> <li>03.05 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)</li> <li>04.00 «Лунтик». (0+)</li> <li>05.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)</li> </ul> |
|--|---|

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <p><b>365 ДНЕЙ ТВ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>00.00 Освобождение Европы. (12+)</li> <li>00.40 Секреты истории. (16+)</li> <li>02.45 Петергоф - жемчужина России. (6+)</li> <li>03.25 Генерал. (16+)</li> <li>04.20 Историада. (12+)</li> <li>05.15 Малоизвестные морские бои. (12+)</li> <li>06.00, 09.55 Трудные вопросы истории России. (12+)</li> <li>06.35 Россия глазами иностранцев. (12+)</li> <li>07.25, 11.20, 23.05 Без срока давности. (16+)</li> <li>08.15, 12.15, 16.00 Русская история. (12+)</li> <li>09.00 Финский фашизм. Забытый геноцид. (16+)</li> <li>10.30 Всемирное наследие. Россия. (12+)</li> <li>12.45, 13.50, 14.50 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)</li> <li>17.30 Музейный феникс. (12+)</li> <li>18.00 Семь дней истории. (12+)</li> <li>18.10 Маршал Победы Говоров. (12+)</li> <li>19.10 Обыкновенная История. (6+)</li> <li>19.20 Монологи императоров. (16+)</li> <li>20.00 Алексей Шусев. Спаси и сохрани. (12+)</li> <li>20.30 Взгляд с высоты. Золотой Век Ярославля. (12+)</li> <li>21.00 Народный фронт Победы. (12+)</li> <li>21.30 Легенды науки: Николай Кузьмич Верещагин. (12+)</li> <li>22.05 Емельян Пугачёв. Я не ворон, я другой... (12+)</li> <li>22.35 Книжные аллеи: Петербург Ютчева. (12+)</li> </ul> | <p><b>VJU HISTORY</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00 Последние голоса Первой мировой войны: Домашний фронт. (16+)</li> <li>06.45 100 чудес света. (16+)</li> <li>07.45 Чудеса ЮНЕСКО: Хорватия. (12+)</li> <li>08.40, 09.35 Дворец с иероглифами. По следам Шампольона. (12+)</li> <li>10.25, 11.25 В поисках истины. (16+)</li> <li>12.20, 12.50 Тайны Парижа. (16+)</li> <li>13.20 Французский орёл в изгнании. (16+)</li> <li>14.25 Древний Египет - хроники империи: Падение. (12+)</li> <li>15.25 Замок Самобор, Хорватия. (12+)</li> <li>15.55 Замок Баадаран, Ливан. (12+)</li> <li>16.25 Чудеса ЮНЕСКО: Испания. (12+)</li> <li>17.25, 18.20 Загадки Древнего Египта. (12+)</li> <li>19.15 Мифы и чудовища: Герои и злодеи. (16+)</li> <li>20.05 Исторические убийства: Единбургские похитители тел. (16+)</li> <li>21.00, 21.25 Охотники за утраченным искусством. (16+)</li> <li>21.50 История без прикрас: Операция «Оверлорд»: масштабная победа? (12+)</li> <li>22.55 История без прикрас: Британская империя: модель деколонизации? (12+)</li> <li>23.55 100 чудес света. (16+)</li> <li>00.55 Чудеса ЮНЕСКО: Хорватия. (12+)</li> <li>01.50, 02.40 Дворец с иероглифами. По следам Шампольона. (12+)</li> <li>03.25, 04.15 В поисках истины. (16+)</li> </ul> | <p><b>ИСТОРИЯ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>06.00, 06.55, 02.35, 03.30 Настоящая история Одиссеи. (16+)</li> <li>07.55, 17.30, 05.15 Спасённые шедевры России. (12+)</li> <li>08.45 Роллон. По следам первого нормандца. (12+)</li> <li>09.45 Вторая мировая война. Идеальный штурм. (16+)</li> <li>10.35 Гений разведки. Артур Артузов. (12+)</li> <li>11.25 Граф Монте-Кристо. Подлинная история. (16+)</li> <li>12.25 Маршал Язов. По своим не стреляю. (16+)</li> <li>14.10 Его знали только в лицо. Трагедия коммита. (12+)</li> <li>14.55 Теневой круг. (16+)</li> <li>18.20, 18.35, 04.25, 04.35 Севастополь. Крым. Россия. (12+)</li> <li>18.50 Полководцы России. Толбухин. (12+)</li> <li>19.20 Фараон двух земель. (12+)</li> <li>20.20 Вторая мировая война. Штурм Будапешта. (16+)</li> <li>21.15 Ленинградское дело. Убить секретаря. (12+)</li> <li>22.05 Последние годы африканской работорговли. (16+)</li> <li>23.10 Замки Леванта. (12+)</li> <li>00.10 Песни поколений. Юрий Антонов. (12+)</li> <li>01.00 Индокитай. Забытая война. (12+)</li> <li>01.50 Мистер Нокаут. Загадка Валерия Попенченко. (12+)</li> <li>04.50 Полководцы России. Суворов. (12+)</li> </ul> |
|--|--|---|

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

РОССИЯ К  
Культура



18.15 «Рассказы из русской истории»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Черные дыры. Белые пятна
- 07.50 «ЭТО БЫЛО В ДОНБАССЕ»
- 09.30 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.35 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 00.40 XX век
- 12.45 Новости. Подробно. АРТ
- 13.00 Линия жизни
- 14.00 «ЦЫГАН»
- 15.55 «Агора»
- 17.15 Симфонические сюиты
- 18.15 «Рассказы из русской истории»
- 19.05 «Выбор»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Пробуждение»
- 21.45 «Сати. Нескучная классика...»
- 22.30 «БЕСЫ»
- 23.50 «Боги Египта»
- 01.50 «Дитмар Розенталь»
- 02.35 «Забывшее ремесло»

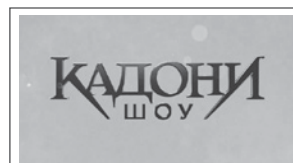
ТВЦ



15.05 «ОРЛИНСКАЯ: СТРЕЛЫ НЕПТУНА». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 08.50 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ПРОКЛЯТИЕ МАСТЕРА». (12+)
- 10.45 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 10.55 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.55 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «ОРЛИНСКАЯ: СТРЕЛЫ НЕПТУНА». (16+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 18.10 «ЗВОНИТЕ В ПОЛИЦИЮ!» (12+)
- 22.35 Спецрепортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.45 «90-е. Американский шансон». (16+)
- 01.30 «Георгий Юматов. Роковая Муза». (16+)

ТВ-3



01.00 Кадони шоу. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 «Новости». (16+)
- 08.40 «КОРДОН». (16+)
- 09.45 Гадалка. (16+)
- 15.00 «Новости». (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 18.00 «Новости». (16+)
- 18.10 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 22.45 «РЕИНКАРНАЦИЯ: НОВАЯ ГЛАВА». (16+)
- Сара со своей семилетней дочкой приезжает в родительский дом. Впервые увидев девочку, бабушка принимает внучку за свою пропавшую дочь Элис.
- 23.00 «Новости». (16+)
- 23.10 «РЕИНКАРНАЦИЯ: НОВАЯ ГЛАВА». (16+)
- 01.00 Кадони шоу. (16+)
- 01.45 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 02.30 Экстра такси. (16+)
- 03.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)

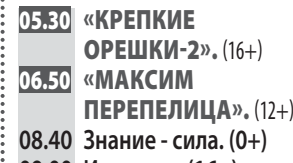
ДОМАШНИЙ



13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.20 Давай разведёмся! (16+)
- 08.20 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 «Понять. Простить». (16+)
- 11.35 00.25 «Порча». (16+)
- 12.45 «Знахарка». (16+)
- 13.20 «Верну любимого». (16+)
- 13.55 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.30 Гармоничная женщина. (16+)
- 14.45 «ТОНКАЯ РАБОТА». (16+)
- 19.00 «ВТОРАЯ СТОРОНА ПРАВДЫ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)

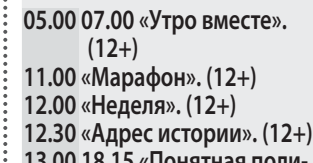
5-й КАНАЛ



05.30 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)

- 06.50 «МАКСИМ ПЕРЕПЕЛИЦА». (12+)
- 08.40 Знание - сила. (0+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «ИЗГОЙ». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-6». (16+)
- 23.05 01.15 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 02.05 «СЛЕД». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Адрес истории». (12+)
- 13.00 18.15 «Понятная политика. Донбасс». (12+)
- 13.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «МАМА». (16+)
- 16.30 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)
- 17.30 «Фолиант». (12+)
- 17.45 03.00 «Территория успеха». (12+)
- 18.45 00.45 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Бурани» - «Торос» Нефтекамск. (12+)
- 22.00 01.00 04.00 «Такие разные». (12+)
- 23.00 «СЛОВА». (16+)
- Рори Джэнсен - писатель, который наконец обретает долгожданную известность, но его роман-бестселлер оказывается написан другим человеком...
- 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 03.30 «Документальное кино». (12+)

★ ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 00.00 «ЗОЛОТАЯ МИНА». (12+)
- 13.25 15.05 17.15 03.30 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». (16+)
- 18.00 «Битва за Днепр». (16+)
- 20.10 «Скрытые угрозы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 Окопная правда. (16+)
- 01.10 «713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ». (12+)

СПОРТ

- | МАТЧ!   | МАТЧ! ТВ | МАТЧ! СТРАНА  | МАТЧ! СТРАНА |
|---|----------|---|--------------|
| 06.00 14.55 «Тайны звезд спорта». (12+)                             |          | 06.00 Смешанные единоборства. (16+)                                 |              |
| 06.30 «Всё о главном». (12+)  |          | 07.35 17.10 Лица Страны. (12+)                                      |              |
| 07.00 10.00 12.55 15.25 Новости                                     |          | 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости                                     |              |
| 07.05 21.40 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция                    |          | 07.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)                   |              |
| 10.05 Лица страны. (12+)  |          | 09.45 11.45 16.00 19.05 22.20 02.30 02.45 05.15 Спецрепортаж. (12+) |              |
| 10.25 20.35 Еврофутбол. Обзор. (6+)                                 |          | 10.05 00.50 Санний спорт. Чемпионат России. (6+)                    |              |
| 11.30 Смешанные единоборства. (16+)                                 |          | 12.05 «Век нашего спорта». (12+)                                    |              |
| 12.35 «Время чемпионов». (12+)                                      |          | 12.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)                               |              |
| 13.00 Есть тема! Прямая трансляция                                  |          | 13.05 03.05 Художественная гимнастика. Чемпионат России. (6+)       |              |
| 14.25 Фрирайд. Мировой тур. Трансляция из Франции. (6+)             |          | 15.15 21.00 Небесная гонимая. (6+)                                  |              |
| 15.30 Громко. Прямая трансляция                                     |          | 15.30 05.30 «Магия большого спорта». (12+)                          |              |
| 16.45 Хоккей. Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция                      |          | 16.20 23.55 Неделя КХЛ (12+)  |              |
| 19.25 «Лионель Месси». (12+)  |          | 17.25 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция       |              |
| 22.35 Футбол. «Рома» - «Монца». Чемпионат Италии. Прямая трансляция |          | 19.20 Лыжные гонки. (6+)  |              |
| 01.35 «Коби Брайант. Чёрная Мамба». (12+)                           |          | 21.15 Громко. (12+)   |              |
| 03.05 «Что за спорт?» (12+)   |          | 22.40 Есть тема! (16+)  |              |

МУЗЫКА

- | МУЗ-ТВ                               |
|--------------------------------------|
| 05.00 Муз'итив. (16+)                |
| 06.00 Музэнерго. (16+)               |
| 08.25 PRO-новости. (16+)             |
| 09.00 Звезды о звездах. (16+)        |
| 10.00 Плейлист   Зима. (16+)         |
| 11.00 10 самых! (16+)                |
| 11.30 Top-30. Народный хит. (16+)    |
| 14.00 Плейлист   Зима. (16+)         |
| 15.00 PRO-новости. (16+)             |
| 15.30 Лига клипов. (16+)             |
| 16.00 Хиты по-русски. (16+)          |
| 17.00 Юмор FM чарт. (16+)            |
| 18.00 PRO-новости. (16+)             |
| 18.20 10 самых! (16+)                |
| 18.55 Приехали! Токио. (16+)         |
| 08.25 PRO-новости. (16+)             |
| 19.20 Приехали! Киото. (16+)         |
| 20.00 Кто следующий? (16+)           |
| 20.35 Смерть или инсценировка? (16+) |
| 21.40 PRO-новости. (16+)             |
| 22.00 ВК контакты. (16+)             |
| 23.05 ВК Меломан. (16+)              |
| 00.05 Муз'итив. (16+)                |
| 00.40 Наше. (16+)                    |
| 01.30 Top-30. (16+)                  |

КИНО И СЕРИАЛЫ

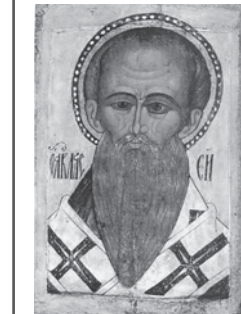
- | ТВ1000 РУССКОЕ                                    | ТВ1000 РУССКОЕ   | ДОМ КИНО                                      | ДОМ КИНО                                      | СУББОТА!  | СУББОТА!  |
|---|--|---|---|---|---|
| 05.30 «Кролецып и Хомяк Тьмы». Мультфильм. (12+)  | 05.30 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)                              | 04.25 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+) | 04.25 «ИЩЕЙКА». (16+)                         | 05.00, 07.25, 17.55 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». «Машины страшилки». «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+) | 05.00, 07.25, 17.55 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки». «Машины сказки». «Машины страшилки». «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+) |
| 07.00 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (16+)              | 06.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)                                   | 08.00 «ХОЛОП». (16+)                          | 08.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)         | 07.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)   | 07.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)   |
| 09.05 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИКИ». (16+)                  | 07.25 «Три кота». Мультсериал. (6+)                                    | 10.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)         | 10.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)         | 17.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)  | 17.30 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)  |
| 11.15 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+) | 08.15 «Барбоскины на даче». Мультфильм. (6+)                           | 13.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)                   | 13.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)                   | 19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)  | 19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)  |
| 13.30, 14.30 «КЛОН». (16+)                        | 09.50 «БЛИНДАЖ». (16+)   | 21.00 30 лет вместе с Первым. «ИЩЕЙКА». (16+) | 21.00 30 лет вместе с Первым. «ИЩЕЙКА». (16+) | 21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)  | 21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)  |
| 15.30 «ТАКСИ 3». (16+)                            | 12.00 «РЖЕВ». (16+)  | 23.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)                      | 23.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)                      | 01.20, 01.40, 02.10, 02.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)  | 01.20, 01.40, 02.10, 02.30 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)  |
| 17.10 «ТАКСИ 4». (16+)                            | 14.15 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)                                    | 01.05 «ЮНЕЦ СЕЗОНА». (16+)                    | 01.05 «ЮНЕЦ СЕЗОНА». (16+)                    | 02.50, 03.40 «Ты - моя жизнь». (16+)  | 02.50, 03.40 «Ты - моя жизнь». (16+)  |
| 19.00 «МОЙ МАЛЬЧИК». (16+)                        | 16.40 «СВИДЕТЕЛЬ». (16+)   | 02.35 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3. ГУБЕРНАТОР». (16+) | 02.35 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3. ГУБЕРНАТОР». (16+) |   |   |
| Комедия, Великобритания, США, Франция, 2002 г.    | 19.00, 19.55 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)                                |   |   |   |   |
| 21.00 «ОТ СЕМЬИ НЕ УБЕЖИШЬ». (16+)                | 21.00 «НЕБО». (12+)  |   |   |   |   |
| Комедия, Франция, 2018 г.                         | 23.35 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)                             |   |   |   |   |
| 23.10 «УБИЙСТВА В...» (16+)                       | 01.20 «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (12+)  |   |   |   |   |
| 01.05 «ДИАНА: ИСТОРИЯ ЛЮБВИ». (12+)               | 03.00 «НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ». (16+)  |   |   |   |   |
| 02.55 «ПРИНЦЕССА МОНАКО». (16+)                   | 04.30 «Чиполлино». «Кот, который гулял сам по себе». Мультфильмы. (6+) |   |   |   |   |
| 04.30 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (16+)              |  |   |   |   |   |

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- | СПАС  | СПАС  |
|---|---|
| 05.00 День Патриарха. (0+)                          | 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с субтитрами). (12+)  |
| 05.10 «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВНУЧКОЙ». 1 серия. (12+)        | 20.20 Святые воины: Феодор Ушаков. (6+)                     |
| 06.25 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)                    | 20.50 24/02. (12+)  |
| 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)                    | 22.00 Поле битвы. (16+)                                     |
| 11.00 Лето Господне. Масленица. (6+)                | 22.35 «Бесого». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+) |
| 12.35 День Патриарха. (0+)                          | 23.05 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)                         |
| 12.45, 13.10, 13.40, 14.05 Монастырская кухня. (0+) | 00.00 День Патриарха. (0+)                                  |
| 14.35, 15.55 «ВОЗМЕЗДИЕ». 1-2 серии. (6+)           | 00.10 Прямая линия жизни. (16+)                             |
| 17.05 «НА ИСХОДЕ ЛЕТА». (0+)                        | 01.05 Операция Украина. Преступления без наказания. (16+)   |
| 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с субтитрами). (0+)    | 02.00 24/02. (12+)  |
|   | 03.05 Святые воины: Феодор Ушаков. (6+)                     |
|   | 03.35 Поле битвы. (16+)                                     |

Православный календарь

24 февраля  
Седмица сырная (Масленица), сплошная.  
Глас 2. Щмч. Власия, еп. Севастийского, и с ним двух отроков и семи жен.



Блгв. кн. Всеволода, во Святом Крещении Гавриила, Псковского. Прп. Димитрия Прилуцкого, Вологодского. Прп. Кассиана Босого, Волоколамского. Прав. Феодоры, царицы Греческой, восстановившей почитание святых икон.

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.

« Не предавайся чтению до того, чтобы оставить тебе упражнение в добродетели. Трудись и читай немного, с рассуждением, наиболее же упражняйся в добрых делах.»

Прп. Ефрем Сирий

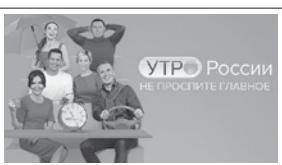
ПЕРВЫЙ



05.00 «Доброе утро»

- 05.00 «Доброе утро»  
09.00 12.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)  
13.30 «АнтиФейк». (16+)  
14.00 Информационный канал. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.30 Информационный канал. (16+)  
19.50 «Пусть говорят». (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «НАТАЛИ И АЛЕКСАНДР». (16+)  
23.50 «Большая игра». (16+)  
00.50 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



05.00 Утро России

- 05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 Вести. Местное время  
12.00 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
16.30 Вести  
17.00 «Малахов». (16+)  
18.00 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «РУССКАЯ ЖЕНА». (16+)  
Алине удаётся узнать, где находятся её муж Камилль и сын Рустум. Но для этого ей самой пришлось стать пленницей боевиков. В ловушку попадает и дочка Алины - Таня.  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.05 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
03.00 Вести  
03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

НТВ



08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)

- 04.55 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (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 «ШЕФ: ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО». (16+)  
22.10 «ОПОЛЧЕНСКИЙ РОМАНС». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «ОПОЛЧЕНСКИЙ РОМАНС». (16+)  
00.40 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ: ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)

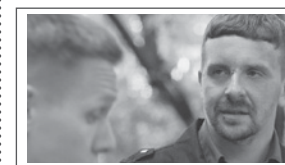
СТС



03.30 «6 кадров». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
06.25 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)  
08.05 «ПОДАРОК». (16+)  
09.45 «ПОДРОСТКИ: ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
12.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
13.35 Уральские пельмени. (16+)  
14.00 «ПЕНЕЛОПА». (16+)  
16.05 «ПАТРИК». (12+)  
Жизнь Сары полна сложностей: карьера и личная жизнь не складываются. С появлением в ней капризного мопса, неприятностей становится больше.  
18.00 «КОТСТРОФА». (16+)  
21.00 «МЕСТЬ ПУШИСТЫХ». (16+)  
22.45 «СПАСТИ ПАНДУ». (12+)  
01.05 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)  
02.45 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)  
03.30 «6 кадров». (16+)  
03.40 «Мультфильмы». (16+)

ТНТ



11.00 «ПАТРИОТ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «Однажды в России». (16+)  
09.00 «Титаны». (16+)  
11.00 «ПАТРИОТ». (16+)  
19.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)  
21.00 «АФРОДЕРЕВНЯ». (16+)  
22.00 «ПАПАША В БЕГАХ». (12+)  
Толя - молодой сибиряк, чья жизнь переворачивается с ног на голову, когда он узнаёт о беременности жены...  
00.00 «ДУБЛЕРША». (18+)  
Кинозвезда Кэнди отправляется в реабилитационный центр, а вместо себя оставляет амбициозную дублершу, которая не только хорошо вживается в образ, но и постепенно крадет жизнь актрисы.  
01.55 «КРИК-4». (18+)  
03.35 «Комеди Клуб». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

- 05.00 18.00 01.20 04.25 «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» с Игорем Прокопенко. (16+)  
10.00 «СОВБЕЗ». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 22.00 «Загадки человечества». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
17.00 02.10 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ЗВЕРИНАЯ ЯРОСТЬ». (16+)  
23.30 «КОМНАТА ЖЕЛАНИЙ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.50 Пробный переезд. (16+)  
06.30 Пятница News. (16+)  
06.50 Запретный Китай. (16+)  
08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)  
11.00 Адский шеф. (16+)  
14.10 Черный список. На кухне. (16+)  
17.00 Битва шефов. (16+)  
19.00 Новые Четыре свадьбы. (16+)  
21.00 Битва шефов. (16+)  
23.00 Черный список. На кухне. (16+)  
00.50 «ЗЕМЛЯ ОБЕТОВАННАЯ». (18+)  
02.30 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)  
10.15 «Супермама». (16+)  
12.30 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
16.50 «Ждули». (16+)  
Ждули - так себя называют девушки, которые связали свою судьбу с заключенными и перевели свою жизнь в режим ожидания. Они собираются в большие сообщества, где поддерживают друг друга, делятся переживаниями и мечтают о семейном счастье.  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
01.50 «Измены». (16+)  
03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-13». (16+)  
07.30 Улетное видео. (16+)  
09.30 Дорожные войны. (16+)  
11.00 Охотники. (16+)  
13.00 Найди по Ю. (16+)  
16.00 Охотники. (16+)  
19.00 Решала. (16+)  
21.00 Притворщики. (16+)  
22.00 Заступницы. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.20 Антимегия. (16+)  
03.50 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)  
05.20 «СОЛДАТЫ-13». (16+)

МИР

- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
06.15, 00.15 Наше кино. (16+)  
06.40, 10.10 «ОПЕРАЦИЯ МУХАББАТ». (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10, 15.05, 16.15, 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
18.50, 20.55 Игра в кино. (16+)  
21.40 Миллион за 5 минут. (16+)  
22.25 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (16+)  
01.00 Первый Евразийский канал. (12+)  
01.50 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (16+)  
03.20 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ СТРЕЛЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение  
11.00 00.35 «АНАТОМИЯ СЕРДЦА». (16+)  
15.15 «СЛЕЗЫ КАПАЛИ». (12+)  
16.45 «Тайны в искусстве». (16+)  
17.00 «Такие разные». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
18.15 «Вечер вместе». (12+)  
20.45 03.35 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)  
22.30 «НЕ ХЛЕБОМ ЕДИНЫМ». (12+)  
00.25 «А ПОТОМ ОН МЕНЯ ПОЦЕЛОВАЛ». (16+)

ПОБЕДА

- 04.35 «Путь к Победе». (16+)  
05.35 «СОКРОВИЩА ПАРТИЗАНСКОГО ЛЕСА». (12+)  
07.10 «РАЗВЕДЧИКИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)  
16.30 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)  
Секретной группе разведывательного управления РККА поручают только самые сложные задания, и никто не знает имен бойцов этого подразделения. Уничтожение отряда фашистских провокаторов и многие другие подвиги группы будут храниться в военных архивах под грифом «совершенно секретно»...  
00.00 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)  
01.40 «КОРОЛЕВ». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Панда и Антилопа». «Ну, погоди! Каникулы», «Барбоскины». (6+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Лунтик». (0+)  
08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)  
09.25 «Беби Борн». (0+)  
Музыкальный мультсериал о приключениях милых любопытных малышей.  
09.30 «Дракошия». (0+)  
Забавные приключения волшебных дракош в облачной стране.  
11.00 «Хранители Кью». (0+)  
11.20 «Династер». (6+)  
11.35 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
13.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)  
13.15 «Спинфайтеры». (6+)  
13.35 «Тобот». (6+)  
14.05 «Инфинити Надо». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.40 «Отель у овечек». (0+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
17.05 «Барбоскины». (0+)  
19.00 «Макс и Крякс». (0+)  
19.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Три кота». (0+)  
22.30 «Карбот. Кунг». (6+)  
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.25 «Ералаш». (6+)  
00.55 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)  
07.00 «Хранители Кью». (0+)  
07.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
08.30 «Чик-Чиркино». (0+)  
09.10 «Сказочный патруль». (0+)  
09.45 «Маша и Медведь». (0+)  
10.35 «Геройчики». (0+)  
11.00 «Мини-Мишки». (0+)  
11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
12.00 Время малышей. (0+)  
13.00 «Спинфайтеры». (6+)  
13.15 «Барбоскины». (0+)  
14.30 «Буба». (6+)  
15.30 «Тобот». (6+)  
15.55 Время малышей. (0+)  
17.00 «Приключения Мега-шенков». (0+)  
17.30 «Фиксики». (0+)  
18.25 «Лунтик». (0+)  
19.00 «Мини-Мишки». (0+)  
19.25 «Семь королевств». (0+)  
20.00 «Сказка на ночь». (0+)  
20.35 «Муха, Чук и Станислав». (6+)  
21.00 «Барбоскины». (0+)  
21.25 «Фееринки». (0+)  
Удивительные истории про симпатичных феечек, которые живут в человеческой квартире, в комнате девочки Кати.  
22.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
22.30 «Смешарики». (0+)  
23.00 «Ката и Эф. Куда угодно-дверь». (0+)  
23.30 «Буба». (6+)  
00.30 «Деревяшки». (0+)  
01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
01.30 «Барбоскины». (0+)  
02.30 «Лео и Тигр». (0+)  
03.05 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)  
04.00 «Лунтик». (0+)  
05.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Историада. (12+)  
00.55 Малоизвестные морские бои. (12+)  
01.40, 06.15 Трудные вопросы истории России. (12+)  
02.10 Россия глазами иностранцев. (12+)  
03.05 Петергоф - жемчужина России. (6+)  
03.35, 22.25 Обыкновенная История. (6+)  
03.45, 07.45, 19.05, 23.05 Без срока давности. (16+)  
04.35, 08.35, 12.20 Русская история. (12+)  
05.20 Финский фашизм. Забытый геноцид. (16+)  
06.50 Всемирное наследие. Россия. (12+)  
09.05, 10.10, 11.15 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)  
13.50 Маршал Победы Говоров. (12+)  
14.50 Музейный феникс. (12+)  
15.20 Монологи императоров. (16+)  
16.00 Алексей Шусев. Спаси и сохрани. (12+)  
16.30 Взгляд с высоты. Золотой Век Ярославля. (12+)  
17.00 Народный фронт Победы. (12+)  
17.30 Пешком по Москве. (6+)  
17.45 Семь дней истории. (12+)  
18.00 Легенды науки: Николай Кузьмич Верещагин. (12+)  
18.35, 22.35 Книжные аллели. (12+)  
20.00 Римские инженеры: Акведук в Ниме. (12+)  
20.50 Историкограф. (12+)  
21.40 Два дела Феликса Держинского. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 История без прикрас. (12+)  
06.55 Замок Самобор, Хорватия. (12+)  
07.25 Замок Баадаран, Ливан. (12+)  
07.55 Чудеса ЮНЕСКО: Испания. (12+)  
08.55, 09.50 Загадки Древнего Египта. (12+)  
10.40 Исторические убийства. (16+)  
11.35, 12.00 Охотники за утраченным искусством. (16+)  
12.25 Всемирная выставка 1900 года: возрождение Парижа. (16+)  
13.25 День взятия Бастилии: хроника революции. (16+)  
14.25 Мифы и чудовища. (16+)  
15.20, 15.50 Охрид и окрестности, Северная Македония. (12+)  
16.20 Чудеса ЮНЕСКО: Франция. (12+)  
17.20, 18.15 Загадки Древнего Египта. (12+)  
19.10 Мифы и чудовища. (16+)  
20.00 Исторические убийства. (16+)  
20.55, 21.20 Охотники за утраченным искусством. (16+)  
21.50, 22.50 История без прикрас. (12+)  
23.55 Замок Самобор, Хорватия. (12+)  
00.25 Замок Баадаран, Ливан. (12+)  
00.55 Чудеса ЮНЕСКО: Испания. (12+)  
01.50, 02.35 Загадки Древнего Египта. (12+)  
03.20 Исторические убийства. (16+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 03.40 Гений разведки. Артур Артузов. (12+)  
06.45, 13.10, 13.20, 00.15, 00.30 Севастополь. Крым. Россия. (12+)  
07.00 Граф Монте-Кристо. Подлинная история. (16+)  
08.00, 04.30 Маршал Язов. По своим не стреляю. (16+)  
09.40 Его знали только в лицо. Трагедия комика. (12+)  
10.35 Теневой круг. (16+)  
13.40 Полководцы России. Толбухин. (12+)  
14.05, 02.10 Спасённые следы России. (12+)  
14.55 Фараон двух земель. (12+)  
15.55 Вторая мировая война. Штурм Будапешта. (16+)  
16.45 Последние годы африканской работорговли. (16+)  
17.55 Ленинградское дело. Убить секретаря. (12+)  
18.45 Замки Леванта. (12+)  
19.45 Песни поколений. Юрий Антонов. (12+)  
20.35 Индокитай. Забытая война. (12+)  
21.30 Мистер Нокаут. Загадка Валерия Попенченко. (12+)  
22.15, 23.15 Настоящая история Одиссея. (16+)  
00.45 Полководцы России. Суворов. (12+)  
01.15 Роллон. По следам первого норманнца. (12+)  
02.55 Вторая мировая война. (16+)



**РОССИЯ К** **РОССИЯ К**  
Культура



15.45 «Сати. Нескучная классика...»

- 06.30 «Музеи без границ»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 18.10 23.50 «Боги Египта»
- 08.25 19.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»
- 08.55 22.30 «БЕСЫ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 00.40 XX век
- 13.00 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 13.40 «ЦЫГАН»
- 15.15 «Запечатленное время»
- 15.45 «Сати. Нескучная классика...»
- 16.30 «Эрмитаж»
- 17.15 Симфонические сюиты
- 17.55 «Забывшее ремесло»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 Искусственный отбор
- 21.45 «Белая студия»
- 01.55 «Алексей Смирнов»
- 03.00 Перерыв в вещании

**ТВЦ** **ТВЦ**



15.05 «ОРЛИНСКАЯ: ТАЙНА ВЕНЕРЫ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ЛИБЕРЕЯ». (12+)
- 10.40 04.15 «Актёрские драмы. Теряя рассудок». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.30 17.50 22.00 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «ОРЛИНСКАЯ: ТАЙНА ВЕНЕРЫ». (16+)
- 17.00 Прощание. (16+)
- 18.15 «ЗВОНИТЕ В ПОЛИЦИЮ: СУДЬБА-ЗЛОДЕЙКА». (12+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.10 «Рекордсмены хейта». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Тайная комната». (16+)
- 01.25 «90-е. Ночная жизнь». (16+)

**3** **ТВ-3**



09.45 Гадалка. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «КОРДОН». (16+)
- 09.45 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 22.30 «ДЫШИ ВО МГЛЕ». (16+)
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.10 «ДЫШИ ВО МГЛЕ». (16+)
- 00.45 «ПОЛИЦЕЙСКАЯ ИСТОРИЯ: В ОСАДЕ». (18+)
- Отдыхающие посетители ночного клуба неожиданно оказываются в заложниках. Среди них и матерый офицер полиции по уголовным делам Вэнь Чжун с дочерью Мяомяо.
- 02.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

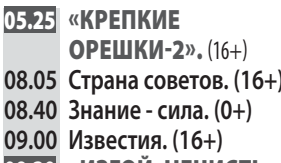
**ДОМАШНИЙ**



12.35 «Знахарка». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Понять. Простить». (16+)
- 11.30 00.25 «Порча». (16+)
- 12.35 «Знахарка». (16+)
- 13.10 «Верну любимого». (16+)
- 13.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.20 Гармоничная женщина. (16+)
- 14.35 «МЕЖДУ СВЕТОМ И ТЕНЬЮ». (16+)
- 19.00 «СОМНЕНИЯ И ПРОЩЕНИЕ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)

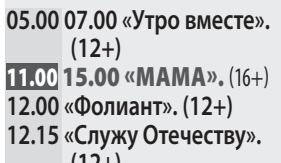
**5** **5-й КАНАЛ**



05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)

- 08.05 Страна советов. (16+)
- 08.40 Знание - сила. (0+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «ИЗГОЙ: НЕЧИСТЬ». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-6». (16+)
- 23.05 01.15 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 02.00 «СЛЕД». (16+)

**ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ**



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «МАМА». (16+)
- 12.00 «Фолиант». (12+)
- 12.15 «Служу Отечеству». (12+)
- 12.30 18.00 «Полицейский вестник». (12+)
- 12.45 «Спортивная семья». (12+)
- 13.00 16.30 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (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+)
- Цикл программ рассказывает об актуальных теориях, идеях и концепциях...
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 00.30 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 03.30 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 04.00 «Футбол губернии». (12+)
- 22.00 03.00 «Документальное кино». (12+)
- 23.00 «АВАНТЮРИСТКИ». (16+)
- 01.00 «Такие разные». (12+)

**ЗВЕЗДА**

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 00.00 «ЗОЛОТАЯ МИНА». (12+)
- 12.30 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 13.25 15.05 17.15 03.30 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». (16+)
- 18.00 «Битва за Днепр». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 Окопная правда. (16+)
- 01.10 «ЧУЖИЕ ЗДЕСЬ НЕ ХОДЯТ». (12+)

**СПОРТ**

- МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ**
- 06.00 14.55 «Тайны звезд спорта». (12+)
- 06.30 Фрирайд. Мировой тур. (6+)
- 07.00 10.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 15.30 21.30 01.30 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.05 «Время чемпионов». (12+)
- 10.25 «Лучшие из лучших». (12+)
- 11.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 География спорта. (12+)
- 16.25 «Величайший». (16+)
- 17.45 Смешанные единоборства. (16+)
- 18.45 Хоккей. «Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 23.00 Футбол. «Барселона» - «Атлетико». Кубок Испании. 1/2 финала. Прямая трансляция
- 02.05 «Сёстры Уильямс». (16+)
- МАТЧ! СТРАНА** **МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.25 «Век нашего спорта». (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 Громко. (12+)
- 08.55 12.20 15.15 16.00 22.20 Спецрепортаж. (12+)
- 09.10 21.00 Неделя КХЛ. (12+)
- 10.05 00.50 Санний спорт. Чемпионат России. (6+)
- 12.40 «Время чемпионов». (12+)
- 13.05 03.05 Художественная гимнастика. Чемпионат России. (6+)
- 15.30 «Здоровый образ». (12+)
- 16.20 21.55 «бхб». (12+)
- 16.55 Баскетбол. Чемпионат России. Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 18.45 География спорта. (12+)
- 19.15 Биатлон. Кубок сильнейших спортсменов. (6+)
- 20.45 Лица Страны. (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Что по спорту? (12+)
- 00.20 «Вызов принят». (12+)

**МУЗЫКА**

- МУЗ** **МУЗ-ТВ**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Муз'энерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Top15 Like FM. (16+)
- 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Приехали! Киото. (16+)
- 19.20 Приехали! Сеул. (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.35 Табор уходит к звёздам. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Натальная карта. (16+)
- 23.40 Муз'итив. (16+)
- 00.40 Лихие хиты. (18+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

**КИНО И СЕРИАЛЫ**

- VIJU TV1000** **VIJU TV1000**
- 06.25 «ОТ СЕМЬИ НЕ УБЕЖИШЬ». (16+)
- Комедия, Франция, 2018 г.
- 08.35 «МОЙ МАЛЬЧИК». (16+)
- 10.30 «ДИАНА: ИСТОРИЯ ЛЮБВИ». (12+)
- 12.45 «КЛОН». (16+)
- 13.45 «КЛОН». (18+)
- 14.45 «ПРИНЦЕССА МОНАКО». (16+)
- 16.40 «ВОСКРЕШАЯ ЧЕМПИОНА». (16+)
- 19.00 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
- 21.35 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)
- Спортивная драма, США, 2015 г.
- 23.45 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 01.40 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 03.15 «ИДЕАЛЬНЫЙ ПОБЕГ». (18+)
- 04.50 «РАЙСКИЕ ХОЛМЫ». (16+)
- VIJU TV1000 РУССКОЕ** **VIJU TV1000 РУССКОЕ**
- 05.30 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)
- 06.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.25 «Три кота». Мультсериал. (12+)
- 08.25 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)
- 10.20 «НЕБО». (12+)
- 12.55 «АРИТМИЯ». (16+)
- 15.00 «НЕНОРМАЛЬНЫЙ». (12+)
- Комедия, Россия, 2024 г.
- 17.00 «СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 19.00 20.00 «ЖЁЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 21.05 «БЛИНДАЖ». (16+)
- 23.15 «РУБЕЖ». (16+)
- 01.10 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 02.40 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 04.15 «Приключения Буратино». Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**
- 04.15 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)
- 08.00 «ИЩЕЙКА». (16+)
- 10.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- Знаменитый сериал о буднях отделения петербургской милиции.
- 13.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 21.00 30 лет вместе с Первым. «ИЩЕЙКА». (16+)
- 23.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
- 01.00 «ГОРЬКО!» (16+)
- Герои комедии «Горько!» дают мастер-класс всем желающим сделать свадьбу незабываемой!
- 02.35 «ГОРЬКО!-2». (16+)
- Можно ли смеяться над похоронами? Можно, если за организацию похорон берутся герои авантюрной комедии «Горько!-2»!
- СУББОТА!** **СУББОТА!**
- 05.00, 12.45, 16.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Футбольный выпуск». Мультсериалы. (0+)
- 12.20 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 16.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)
- 23.20, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.20 Суббота News. (16+)
- 01.40, 02.00, 02.20, 02.40 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 03.00, 03.50 «Ты - моя жизнь». (16+)
- 04.40 «Корги по имени Моко». Мультсериал. (0+)
- КИНОКОМЕДИЯ** **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
- 01.00 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
- 02.45 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (18+)
- 04.40 «АФРИКАНЕЦ». (12+)
- 06.35 «БАТЯ». (16+)
- 08.05 «НЯНЬКИ». (12+)
- 09.50 «МИЛЛИАРД». (12+)
- 11.45 «СЕРДЦЕДЕДКИ». (18+)
- 14.05 «БЕЗУМНАЯ СВАДЬБА». (18+)
- 15.55 «МОЯ ЖЕНА - КИЛЛЕР». (18+)
- 17.45 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (18+)
- Комедия, боевик, Франция, Северная Македония, 2016 г.
- 19.30 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)
- 21.05 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ НА ФРИЛАНСЕ». (18+)
- Боевик, комедия, США, 2023 г.
- 23.05 «МОЙ ШПИОН». (6+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО** **СТC LOVE** **СТC LOVE**
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-4». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «СУДЬБА НА ЛЕСТНИЧНОЙ КЛЕТКЕ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-3. БУМЕРАНГ». (16+)
- В ролях: Софья Хилькова, Пётр Рыков, Анна Попова, Данила Рассомахин
- 15.00, 23.00, 07.00 «ТАК НЕ БЫВАЕТ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 11.05 «КУХНЯ». (12+)
- 17.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- Полина решает доказать Лиде, что и без прислуги может вкусно готовить...
- 22.55 «Дылды». (16+)
- Утром перед игрой Михаил, девочки и Алёша выходят из КПЗ, благодаря связям отца Кристины. От исхода игры зависит судьба команды...
- 01.05 «РАНЕТКИ». (16+)
- Аня получает букет от незнакомца. Она озадачена, незнакомец оказался совсем не тем, о ком она думала.
- 04.10 «Три кота». Мультсериал. (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

- СПАС** **СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВНУЧКОЙ!». 2 серия. (12+)
- 06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00, 01.40 Лики Богородицы: Иверская икона Божией Матери. Икона Божией Матери «Троеручица». (0+)
- 11.35 День Патриарха. (0+)
- 11.45 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 12.40, 13.10, 13.35 Монастырская кухня. (0+)
- 14.05 «НА ИСХОДЕ ЛЕТА». (0+)
- 15.30 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)
- 17.10 «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ». (0+)
- СССР, 1986 г.
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30, 00.45 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30, 02.10 Новодевичий монастырь. 500 лет истории. (0+)
- 21.30, 22.00 Поле битвы. (16+)
- 22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.40 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.35 День Патриарха. (0+)
- 03.05 Тропами Алянии: Алянские монастыри. (0+)
- 03.35 Поле битвы. (16+)

**Православный календарь**

25 февраля  
Седмица сырная (Масленица), сплошная.  
Глас 2. Иверской иконы Божией Матери.



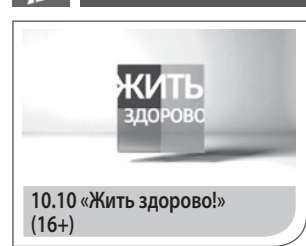
Свт. Мелетия, архиеп. Антиохийского.  
Свт. Алексия, митр. Московского и всея Руси, чудотворца.  
Свт. Мелетия, архиеп. Харьковского.  
Прп. Марии, именованной Мариной, и отца ее Евгения.  
Свт. Антония, патриарха Константинопольского.  
Прп. Мелетия Ипсенийского.

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.

«Где есть духовные книги, оттуда прогоняется всякая сила дьявольская, и живущим там бывает великое научение в добродетели».

Свт. Иоанн Златоуст

**ПЕРВЫЙ**



10.10 «Жить здорово!» (16+)

05.00 «Доброе утро»  
09.00 12.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)  
13.30 «АнтиФейк». (16+)  
14.00 Информационный канал. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 18.30 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.50 «Пусть говорят». (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «НАТАЛИ И АЛЕКСАНДР». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.00 Премьера. «Шоу Вована и Лексуса». (16+)  
01.00 Подкаст.Лаб. (16+)

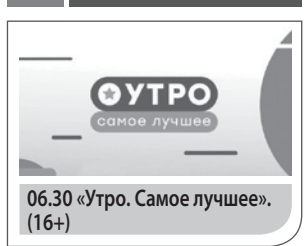
**РОССИЯ 1**



09.55 О самом главном. (12+)

05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 Вести. Местное время  
12.00 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
16.30 Вести  
17.00 «Малахов». (16+)  
18.00 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «РУССКАЯ ЖЕНА». (16+)  
Алина, Камиль и Рустум оказываются в одной камере. Сюда же бросают избитого журналиста Евгения. Неожиданно Ясмин приходит к Алине и сообщает, что только по её просьбе Джамал сохранил им жизнь.  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.05 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
03.00 Вести  
03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

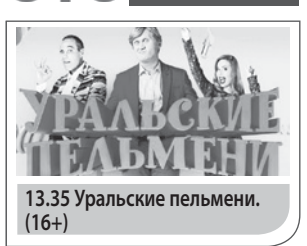
**НТВ**



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

04.55 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СМЕРЧ». (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 «ШЕФ: ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО». (16+)  
22.10 «ОПОЛЧЕНСКИЙ РОМАНС». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «ОПОЛЧЕНСКИЙ РОМАНС». (16+)  
00.40 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ: ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)

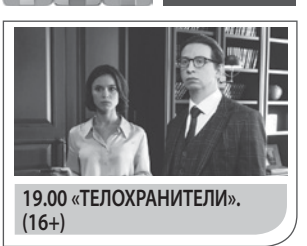
**СТС**



13.35 Уральские пельмени. (16+)

06.00 Ералаш. (0+)  
06.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)  
08.20 «ФОРМУЛА ПОПУЛЯРНОСТИ». (12+)  
10.10 «НА ВСЕХ ПАРАХ!» (12+)  
12.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
13.35 Уральские пельмени. (16+)  
13.45 «СПАСТИ ПАНДУ». (12+)  
Южнокорейский спец-агент Джу должен спасти похищенную панду, присланную в знак дружбы китайскими властями.  
16.10 «МЕСТЬ ПУШИСТЫХ». (16+)  
18.00 «КОТОСТРОФА». (16+)  
21.00 «КОНАН-ВАРВАР». (16+)  
23.05 «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)  
01.20 «ПУТЬ ВОЙНЫ». (16+)  
02.50 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)  
03.40 «Мультфильмы». (16+)  
05.50 Ералаш. (0+)

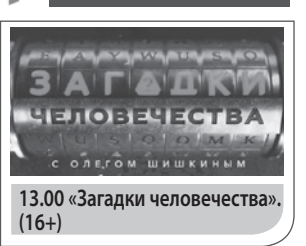
**ТНТ**



19.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)

07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «Однажды в России». (16+)  
09.00 «ПАТРИОТ». (16+)  
19.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)  
21.00 «МЕНДЕЛЬСОН». (16+)  
22.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)  
Команда лучших иллюзионистов мира проворачивает дерзкие ограбления прямо во время своих шоу.  
00.15 «СМЕРТЕЛЬНЫЙ НОМЕР». (18+)  
В 1926 году знаменитый иллюзионист Гарри Гудини гастролирует по Великобритании, демонстрируя свои невероятные трюки и разоблачая лжепророков. В Эдинбурге он объявляет награду в 10 000 долларов тому, кто сможет установить контакт с духом его покойной матери.  
01.55 «НАХИМОВЦЫ». (12+)  
03.20 «Комеди Клуб». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

**РЕН**



13.00 «Загадки человечества». (16+)

05.00 18.00 01.20 04.25 «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 «СОВБЕЗ». (16+)  
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 «Загадки человечества». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 «Легенды и мифы». (16+)  
17.00 02.05 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ИНОСТРАНЕЦ». (16+)  
22.05 «Безумные факты». (16+)  
23.30 «БАГРОВЫЙ РАССВЕТ». (18+)

**ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ**

**ПЯТНИЦА**

05.00 Секреты на кухне. (16+)  
05.40 Пробный переезд. (16+)  
06.20 Пятница News. (16+)  
06.50 Руссо-экспрессо. (16+)  
07.50 «КОМИССАР РЕКС». (16+)  
10.50 Адский шеф. (16+)  
14.00 Черный список. На кухне. (16+)  
19.00 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)  
21.40 Молодые ножи. (16+)  
00.20 «С ЛЮБОВЬЮ И ЯРОСТЬЮ». (18+)  
02.20 Пятница News. (16+)  
02.50 На ножах. (16+)

**ЧЕ!**

06.00 «СОЛДАТЫ-13». (16+)  
07.30 Улетное видео. (16+)  
09.30 Дорожные войны. (16+)  
11.00 Охотники. (16+)  
13.00 Найди по Ю. (16+)  
16.00 Охотники. (16+)  
19.00 Решала. (16+)  
21.00 Притворщики. (16+)  
22.00 Заступницы. (16+)  
23.00 Заступницы. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.20 Антиматрица. (16+)  
03.50 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)  
05.20 «СОЛДАТЫ-13». (16+)

**ОТР**

06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение  
11.00 00.35 «АНАТОМИЯ СЕРДЦА». (16+)  
15.15 «ПЛЮМБУМ, ИЛИ ОПАСНАЯ ИГРА». (16+)  
17.00 «Открытая наука». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.45 03.35 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)  
22.30 «ПОЗНАВАТЕЛЬНАЯ БЕЛЫЙ СВЕТ». (12+)  
23.45 «ДВОЕ НА СКАМЕЙКЕ». (16+)  
01.30 «Свет и тени». (16+)  
02.50 «Моя история». (16+)

**Ю**

05.20 «Маша и Медведь». (0+)  
09.45 «Супермама». (16+)  
12.00 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
16.20 «Мама в 16». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
Случайная встреча навсегда изменила жизнь Нихан и Кемала. Любовь с первого взгляда изначально была обречена на провал, ведь они живут в разных мирах: она - дочь богатого бизнесмена, крутится в гламурных кругах, а он - простой инженер.  
01.55 «Измены». (16+)  
03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

**МИР**

05.00, 03.20 «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, 00.15 Наше кино. История большой любви. (16+)  
06.40, 10.10 «ОПЕРАЦИЯ МУХАБАТ». (16+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10, 15.05, 16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)  
18.50 Игра в кино. (16+)  
20.55 Игра в кино. Мультфильмы. (16+)  
21.40 Миллион за 5 минут. (16+)  
22.25 «ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ». (16+)  
01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

**ПОБЕДА**

05.45 «Путь к Победе» (16+)  
06.45 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)  
08.40 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)  
10.20 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+)  
14.20 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (16+)  
Леонид и Борис - молодые летчики, только что прибывшие в летную школу, где их распределяют в авиационный полк, а затем отправляют на фронт. Первое задание, которое поручают новобранцам, они с треском проваливают...  
00.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)  
02.10 «КРИК ТИШИНЫ». (12+)  
03.45 «КРАЙ». (16+)

**ДЕТСКИЕ**

**КАРУСЕЛЬ**

05.00 Ранние пташки. «Панда и Антилопа». «Ну, погоди! Каникулы», «Барбоскины». (6+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Лунтик». (0+)  
08.55 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)  
09.25 «Семь королевств». (0+)  
10.45 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)  
11.15 «Приключения Мегащенков». (0+)  
11.30 «Диностер». (6+)  
11.45 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
13.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)  
13.15 «Спайфайтеры». (6+)  
13.35 «Тобот». (6+)  
14.05 «Инфинити Надо». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.40 «Отель у овечек». (0+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
17.05 «Команда Флоры». (0+)  
У природы беда - команда Флоры спешит туда!  
19.00 «Мак и Крякс». (0+)  
19.05 «Мини-Мишки». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Оранжевая корова». (0+)  
22.30 «Карбот. Кунг». (6+)  
Продолжение приключений мальчика Чена и его друзей карботов!  
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.25 «Ералаш». (6+)  
00.55 «Бодо Боро. Путешествия». (0+)

**МУЛЬТ**

06.00 Время малышей. (0+)  
07.00 «Хранители Кью». (0+)  
07.30 «Мини-Мишки». (0+)  
08.30 «Чик-Чиркино». (0+)  
09.10 «Сказочный патруль». (0+)  
09.45 «Маша и Медведь». (0+)  
10.35 «Геройчики». (0+)  
11.00 «Мини-Мишки». (0+)  
11.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
12.00 Время малышей. (0+)  
13.00 «Спайфайтеры». (6+)  
13.15 «Барбоскины». (0+)  
14.30 «Буба». (6+)  
15.30 «Тобот». (6+)  
15.55 Время малышей. (0+)  
17.00 «Приключения Мегащенков». (0+)  
17.30 «Фиксики». (0+)  
18.25 «Лунтик». (0+)  
19.00 «Мини-Мишки». (0+)  
Малыши Кеша, Тучка, Лисичка, крот Валя, еноты-близнецы Саня и Соня, а также цыплёнок Цыпа живут в маленьком игрушечном городке...  
19.25 «Семь королевств». (0+)  
20.00 «Сказка на ночь». (0+)  
20.35 «Муся, Чук и Станислав». (6+)  
21.00 «Барбоскины». (0+)  
21.25 «Фееринки». (0+)  
22.00 «Фиксики». (0+)  
22.30 «Смешарики». (0+)  
23.00 «Ката и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)  
23.30 «Буба». (6+)  
00.30 «Деревяшки». (0+)  
01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)  
01.30 «Барбоскины». (0+)  
02.30 «Лео и Тиг». (0+)  
03.05 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)  
04.00 «Лунтик». (0+)  
05.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

**ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ**

**HISTORY!**

00.00, 04.35, 08.20 Русская история. (12+)  
00.45 Финский фашизм. Забытый геноцид. (16+)  
01.40 Трудные вопросы истории России. (12+)  
02.15 Всемирное наследие. Россия. (12+)  
03.05 Петергоф - жемчужина России. (6+)  
03.35 Обыкновенная История. Тюрма. (6+)  
03.45, 15.05, 19.05, 23.05 Без срока давности. (16+)  
05.10, 06.15, 07.15 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)  
09.50 Маршал Победы Говоров. (12+)  
10.55 Музейный феникс. (12+)  
11.25 Монологи императоров. (16+)  
12.00 Алексей Шусев. Спаси и сохрани. (12+)  
12.30 Взгляд с высоты. Золотой Век Ярославля. (12+)  
13.00 Народный фронт Победы. (12+)  
13.30 Легенды науки. (12+)  
14.05 Емельян Пугачёв. Я не ворон, я другой... (12+)  
14.35, 18.30 Книжные аллеи. (12+)  
16.00 Римские инженеры. (12+)  
16.50 Историкограф. (12+)  
17.40 Семь дней истории. (12+)  
17.45 Два дела Феликса Дзержинского. (12+)  
20.00 Освобождение Европы. (12+)  
20.45 Секреты истории: Вильгельм Завоеватель: Англия принадлежит нам двоим. (16+)  
22.50 Пешком по Москве. (6+)

**HISTORY**

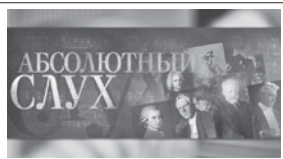
06.00 История без прикрас. (12+)  
06.55, 07.25 Охрид и окрестности, Северная Македония. (12+)  
07.55 Чудеса ЮНЕСКО: Франция. (12+)  
08.55, 09.50 Загадки Древнего Египта. (12+)  
10.40 Исторические убийства. (16+)  
11.35, 12.00 Охотники за утраченным искусством. (16+)  
12.30 Париж, город любви. (16+)  
13.25 Секреты форта Боярд. (12+)  
14.30 Мифы и чудовища: Неведомая глушь. (16+)  
15.20 Каппадокия, Турция. (12+)  
15.50 Мармашенский монастырь, Армения. (12+)  
16.20 Чудеса ЮНЕСКО: Греция. (12+)  
17.20, 18.15 Загадки Древнего Египта. (12+)  
19.10 Мифы и чудовища: Война. (16+)  
20.00 Исторические убийства: Берлинский нацист-потрошитель. (16+)  
20.55 Забытый император Китая. (16+)  
21.50, 22.50 История без прикрас. (12+)  
23.50, 00.20 Охрид и окрестности, Северная Македония. (12+)  
00.50 Чудеса ЮНЕСКО: Франция. (12+)  
01.40, 02.30 Загадки Древнего Египта. (12+)  
03.15 Исторические убийства. (16+)  
04.05, 04.30 Охотники за утраченным искусством. (16+)

**ИСТОРИЯ**

06.00 Его знали только в лицо. Трагедия комика. (12+)  
06.45, 03.30 Теневой круг. (16+)  
09.20, 09.30, 21.20, 21.35, 05.45 Севастополь. Крым. Россия. (12+)  
09.50 Полководцы России. Толбухин. (12+)  
10.20 Спасённые шедевры России. (12+)  
11.10 Фараон двух земель. (12+)  
12.10 Вторая мировая война. Штурм Будапешта. (16+)  
13.00 Последние годы африканской работорговли. (16+)  
14.05 Ленинградское дело. Убить секретаря. (12+)  
14.55 Замки Леванта. (12+)  
15.55 Песни поколений. Юрий Антонов. (12+)  
16.45 Индокитай. Забытая война. (12+)  
17.45 Демоны Рейха. Адольф Гитлер. (12+)  
18.35 Мистер Нокаут. Загадка Валерия Попенченко. (12+)  
19.20, 20.20 Настоящая история Одиссея. (16+)  
21.50 Полководцы России. Суворов. (12+)  
22.20 Роллон. По следам первого норманнца. (12+)  
23.20 Вторая мировая война. Идеальный штурм. (16+)  
00.15 Тени разведки. Артур Артузов. (12+)  
01.05 Граф Монте-Кристо. Подлинная история. (16+)  
01.55 Маршал Язов. По своим не стреляю. (16+)

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

РОССИЯ К  
Культура



21.00 Абсолютный слух

- 06.30 «Музеи без границ»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 18.10 23.50 «Боги Египта»
- 08.25 19.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»
- 08.55 22.30 «БЕСЫ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.35 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.40 XX век
- 12.45 Новости. Кино
- 13.00 «Татьяна Вечеслова»
- 13.40 «ЦЫГАН»
- 15.15 02.25 «Запечатленное время»
- 15.45 «Белая студия»
- 16.30 «Симфонический сюжет»
- 17.15 Симфонические сюиты
- 17.50 «Забытое ремесло»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 Абсолютный слух
- 21.45 Власть факта
- 01.45 «Гиперболоид инженера Шухова»

ТВЦ



15.05 «ОРЛИНСКАЯ: КОЗНИ АМУРА». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: БЕДНАЯ ЛИЗА». (16+)
- 10.35 04.15 «Актёрские драмы. Опасные связи». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- 13.45 04.55 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «ОРЛИНСКАЯ: КОЗНИ АМУРА». (16+)
- 17.00 Прощание. (16+)
- 18.10 «ЗВОНИТЕ В ПОЛИЦИЮ: ЛОВУШКА ДЛЯ ПРОСТАКА». (16+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 Хроники московского быта. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Русские тайны. Мировая закуска». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)

ТВ-3



15.15 «Слепая». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 «Кордон». (16+)
- 08.40 «Кордон». (16+)
- 09.45 Гадалка. (16+)
- 15.00 «Слепая». (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- Нотариуса Антона Жильцова - свидетеля по делу банды черных риелторов - преследуют неизвестные бандиты. Он обращается за помощью к следователю Федотову. Когда юриста убивают, руководство не разрешает команде Красавца заниматься этим делом.
- 18.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 18.10 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 22.45 «ТЕПЛОЙ УДАР». (16+)
- 23.00 «ТЕПЛОЙ УДАР». (16+)
- 23.10 «ТЕПЛОЙ УДАР». (16+)
- 01.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

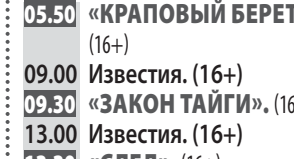
ДОМАШНИЙ



07.15 Давай разведёмся! (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Понять. Простить». (16+)
- 11.30 «Порча». (16+)
- 12.35 «Знахарка». (16+)
- 13.10 «Верну любимого». (16+)
- 13.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.20 Гармоничная женщина. (16+)
- 14.35 «ПО ТУ СТОРОНУ СОЛНЦА». (16+)
- 19.00 «НЕВИНОВАЯ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 00.25 «Порча». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)

5-й КАНАЛ



05.50 «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ». (16+)

- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «ЗАКОН ТАЙГИ». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-6». (16+)
- 23.05 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 01.20 «СВОИ-3». (16+)
- 02.05 «СЛЕД». (16+)
- 04.35 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 00.00 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)
- 13.45 15.05 17.15 03.45 «ДОРОГАЯ». (16+)
- 18.00 «Битва за Днепр». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.15 Окопная правда. (16+)
- 01.35 «ПОСОЛ СОВЕТСКОГО СОЮЗА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «МАМА». (16+)
- 12.00 Компас потребителя. (12+)
- 12.30 «Заметные люди». (12+)
- 13.00 16.30 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 «Формула здоровья». (12+)
- 18.00 «Документальное кино». (12+)
- 18.30 22.30 03.30 «Футбол губернии». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.45 04.00 «Здоровая среда». (12+)
- 22.00 «От 7 до 17». (12+)
- 23.00 «ДРУЗЬЯ». (16+)
- Двое друзей – это заносчивый красавчик Абель и начинающий актер Клеман. Дружба дает трещину, когда оба влюбляются в Мону – симпатичную продавщицу в кофейном киоске на Северном вокзале Парижа.
- 01.45 «Полицейский вестник». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 14.55 «Тайны звезд спорта». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 10.00 12.55 15.25 Новости
- 07.05 15.30 21.30 01.30 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Лучшие из лучших». (12+)
- 11.30 Бокс. (16+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 «Вид сверху». (12+)
- 16.25 Магия большого спорта. (12+)
- 16.55 Хоккей. «Автомобилист» (Екатеринбург) - «Ак Барс» (Казань). Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
- 19.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. Прямая трансляция
- 23.00 Футбол. Кубок Испании. 1/2 финала. Прямая трансляция
- 02.05 «Тайсон Фьюри. Искупление». (16+)
- 06.00 Лыжные гонки. Гонка Легкова. (6+)
- 07.35 16.55 22.20 04.45 05.00 05.15 Спецрепортаж. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 19.15 20.05 Биатлон. Кубок сильнейших. (6+)
- 09.20 18.30 «Время чемпионов». (12+)
- 09.35 18.50 05.30 «бхб». (12+)
- 10.05 Баскетбол. Чемпионат России. (6+)
- 11.50 Лица Страны. (12+)
- 12.05 21.25 География спорта. (12+)
- 12.30 «Магия большого спорта». (12+)
- 13.05 03.05 Художественная гимнастика. Чемпионат России. (6+)
- 14.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 17.15 21.55 «Вид сверху». (12+)
- 17.45 «Вы это видели». (12+)
- 21.00 «Век нашего спорта». (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 23.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.10 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
- 10.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 11.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 13.00 Лихие хиты. (16+)
- 14.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Прехали! (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.30 Проклятое наследство. Жизнь после смерти. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 ВК Меломан. (16+)
- 23.10 ВК Неигры. (16+)
- 00.35 Наше. (16+)
- 01.30 Топ-30. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

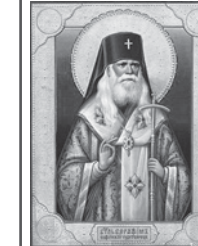
- TV1000 TV1000 РУССКОЕ
- 06.30 «ВОСКРЕШАЯ ЧЕМПИОНА». (16+)
- 08.45 «ТАКСИ». (16+)
- 10.35 «ТАКСИ 2». (16+)
- 12.15 «КЛОН». (16+)
- 13.15 «КЛОН». (18+)
- 14.10 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
- 16.45 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+)
- 19.00 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
- 21.10 «ОПЫТЫЕ НАПАРНИКИ». (16+)
- 21.25 «УБИЙСТВА В...» (18+)
- 01.20 «ПРИШЕЛЦЫ». (16+)
- 03.05 «ПРИШЕЛЦЫ 2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (16+)
- 04.55 «ВАСАБИ». (16+)
- 05.30 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)
- 06.15 «СМешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.25 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «Барбоскины Team». Мультфильм. (6+)
- 09.55 «РУБЕЖ». (16+)
- 11.45, 03.50 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЕРА». (16+)
- 13.20 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 15.10 «О ЧЕМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 17.05, 02.15 «О ЧЕМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
- 19.00, 20.00 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 21.05 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (16+)
- 00.30 «МАТИЛЬДА». (16+)
- 05.10 Мультфильм. (6+)
- 04.15 Веселое утро на канале «Дом Кино». (6+)
- 08.00 «ИЩЕЙКА». (16+)
- 10.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 13.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- Будни сотрудников районного отдела милиции.
- 21.00 30 лет вместе с Первым. «ИЩЕЙКА». (16+)
- 23.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
- 01.00 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (16+)
- Он смог преодолеть страшную болезнь. Но сможет ли он преодолеть ненависть, которую копил годами?
- 02.20 «ПИРАММИДА». (16+)
- В основу сюжета положена история компании МММ и её основателя Сергея Мавроди.
- 06.00 «Три кота». (0+)
- 11.05 «КУХНЯ». (12+)
- Костя просит Макса и Вику посидеть с сыном, но Вику вызывают в «Моне».
- 17.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)
- Антон подозревает, что причина опоздания Лёши - халтура на стороне...
- 22.55 «ДЫЛДЫ». (16+)
- Лёля сама не своя, из-за того, что накануне Михаил её жёстко отшил. А её психологическое состояние может пагубно отразиться на предстоящей игре...
- 01.05 «РАНЕТКИ». (16+)
- «Ранетки» оказывают журналистике не слишком радужный прием.
- 04.10 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ФОТОГРАФИЯ НА ПАМЯТЬ». (0+)
- 06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Новодевичий монастырь. 500 лет истории. (0+)
- 12.00 День Патриарха. (0+)
- 12.10 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.10, 13.40, 14.05, 14.35 Монастырская кухня. (0+)
- 15.00 «ЖДИТЕ ПИСЕМ». (0+)
- 16.55 «САМЫЙ МЕДЛЕННЫЙ ПОЕЗД». (6+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.25, 01.45 День Ангела: Преподобный Шимо Мгвимский. (0+)
- 21.00, 03.05 Вербовщики: куклы и кукловоды. (16+)
- 21.30, 22.00 Поле битвы. (16+)
- 22.35 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.40 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.35 День Патриарха. (0+)
- 00.50 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 02.15 Искатели: Тайна Абабалакской иконы. (0+)
- 03.35 Поле битвы. (16+)

Православный календарь

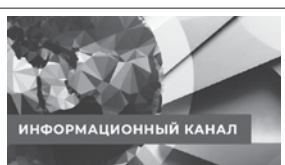
26 февраля  
Седмица сырная (Масленица), сплошная.  
Глас 2. Свт. Серафима (Соболева), архиеп. Богучарского.



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

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.  
От чтения Слова Божия и отеческих писаний ум забывает внешние мирские удовольствия и обращается к лучшим, духовным.  
Прп. Макарий Оптинский (Иванов)

ПЕРВЫЙ



11.00 Информационный канал. (16+)

05.00 «Доброе утро»  
09.00 12.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)  
13.30 «АнтиФейк». (16+)  
14.00 Информационный канал. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.30 Информационный канал. (16+)  
19.50 «Пусть говорят». (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «НАТАЛИ И АЛЕКСАНДР». (16+)  
23.00 «Большая игра». (16+)  
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



20.00 Вести

05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 Вести. Местное время  
12.00 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
16.30 Вести  
17.00 «Малахов». (16+)  
18.00 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «РУССКАЯ ЖЕНА». (16+)  
Евгений, Алина и Камиль вынуждены вернуться в город без Рустума. Тане снова удаётся сбежать от преследователей. Чтобы спасти сына, Камиль решает сдать спецслужбам.  
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.05 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
03.00 Вести  
03.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)

НТВ



17.50 «ДНК». (16+)

04.50 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
13.00 16.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «ШЕФ: ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО». (16+)  
22.10 «ОПОЛЧЕНСКИЙ РОМАНС». (16+)  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «ОПОЛЧЕНСКИЙ РОМАНС». (16+)  
00.40 «Поздняков». (16+)  
00.55 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)  
01.45 «ПРОПАВШИЙ БЕЗ ВЕСТИ: ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ». (16+)

СТС



06.00 Ералаш. (6+)

06.00 Ералаш. (6+)  
06.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)  
08.00 «ПЕНЕЛОПА». (16+)  
10.00 «ПАТРИК». (12+)  
12.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
13.35 «СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)  
15.45 «КОНАН-ВАРВАР». (16+)  
18.00 «КОТОСТРОФА». (16+)  
21.00 «ЧУДО-ДОКТОР». (16+)  
23.00 «ЛЁД». (12+)  
С детства Надя мечтала стать успешной фигуристкой. Благодаря своей силе воли и упорным тренировкам, она достигает больших результатов, но неожиданная травма перечёркивает карьеру Нади.  
01.25 «БЫВШИЕ: HAPPY END». (18+)  
03.15 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)  
04.05 «Мультфильмы». (0+)  
05.50 Ералаш. (0+)

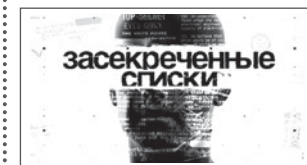
ТНТ



10.30 «ПАТРИОТ». (16+)

07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
08.00 «Однажды в России». (16+)  
10.30 «ПАТРИОТ». (16+)  
19.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)  
21.00 «МЕНДЕЛЬСОН». (16+)  
22.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)  
«Четыре всадника» возвращаются, чтобы проверить новое ограбление, но на этот раз они сталкиваются с более сильным противником.  
00.35 «ПРОКЛЯТИЕ АРТУРА». (18+)  
Алекс - 18-летний поклонник трилогии Люка Бессона «Артур и минипуты». В день его совершеннолетия друзья решают сделать ему сюрприз и отправляются вместе с ним в дом, где проходили съёмки любимых фильмов.  
02.20 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)  
03.45 «Комеди Клуб». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



10.00 «Засекреченные списки». (16+)

05.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрым утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
10.00 «Засекреченные списки». (16+)  
11.00 «Как устроен мир». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 «Загадки человечества». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
15.00 «Неизвестная история». (16+)  
17.00 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ТЯЖЕЛЫЕ ДЕНЬГИ». (16+)  
22.00 «Наука и техника». (16+)  
23.30 «КАПИТАН АЛАТРИСТЕ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

00 Секреты на кухне. (16+)  
05.30 Пробный переезд. (16+)  
06.10 Пятница News. (16+)  
06.40 Запретный Китай. (16+)  
07.40 «КОМИССАР РЕКС». (16+)  
09.40 Битва шефов. (16+)  
11.40 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)  
14.30 Новые Четыре свадьбы. (16+)  
19.00 Большие девочки. (16+)  
22.00 Битва шефов. (16+)  
00.30 «ЛИЦО». (18+)  
01.50 Пятница News. (16+)  
02.20 На ножах. (16+)

Ю

05.20 «Маша и Медведь». (0+)  
09.45 «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.  
12.05 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
16.20 «Мама в 16». (16+)  
18.00 «Беременная по обману». (16+)  
19.30 «Мама в 16». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
01.55 «Измены». (16+)  
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

06.00 «СОЛДАТЫ-13». (16+)  
07.30 Улётное видео. (16+)  
«Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты.  
11.00 Охотники. (16+)  
13.00 Найди по Ю. (16+)  
19.00 Решала. (16+)  
21.00 Притворщики. (16+)  
22.00 Заступницы. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.20 Антиматрица. (16+)  
03.50 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)  
05.45 Решала. (16+)

МИР

05.00, 06.15, 10.10, 04.40 «ПОСЛЕДНЯЯ ВСТРЕЧА». (16+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10, 15.05, 16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)  
18.50, 20.55 Игра в кино. (16+)  
21.40 Миллион за 5 минут. (16+)  
22.25 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (16+)  
00.05 Наше кино. История большой любви. (16+)  
01.00 Первый Евразийский канал. (12+)  
02.00 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (16+)  
03.20 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение  
11.00 00.35 «АНАТОМИЯ СЕРДЦА». (16+)  
15.15 «НЕОПРАВЛЕННОЕ ПИСЬМО». (12+)  
17.00 «Здоровая среда». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.45 03.35 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)  
22.30 «ЧУЖАЯ БЕЛАЯ И РЯБОЙ». (16+)  
00.10 «БЕБИА, БАБУА, АНЗОРИК, Я И МАМА». (16+)  
01.30 «Свет и тени». (16+)  
02.50 «Коллеги». (12+)

ПОБЕДА

05.45 «Путь к Победе» (16+)  
06.45 «РЖЕВ». (16+)  
08.40 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)  
12.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)  
Летчика Илью Бестужева вызывают в главный штаб, где повышают в звании до подполковника и приказывают сформировать собственный полк на базе новейших истребителей Як-3. Он отправляется в Москву и встречается со своим бывшим ведомым, Героем Советского Союза - летчиком Леонидом Шуаевым.  
00.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)  
01.40 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)  
03.30 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Панда и Антилопа», «Ну, погоди! Канюль», «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (6+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Лунтик». (0+)  
08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
09.10 «Супер Крылья. Удивительные питомцы». (0+)  
09.25 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)  
10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Картина из пуговиц». (0+)  
11.05 «Приключения Мегащенков». (0+)  
11.20 «Диностер». (6+)  
11.40 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
13.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)  
13.20 «Отважные дракончики». (6+)  
13.35 «Тобот». (6+)  
14.05 «Инфинити Надю». (6+)  
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)  
14.40 «Отель у овечек». (0+)  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)  
17.05 «Барбоскины». (0+)  
19.00 «Макс и Крякс». (0+)  
19.05 «Мини-Мишки». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Оранжевая корова». (0+)  
22.30 «Карбот. Кунг». (6+)  
23.00 «Фьюжн Макс». (6+)  
23.25 «Ералаш». (6+)  
00.55 «Луддвилль». (0+)

МУЛЬТ

06.00 Время малышей. (0+)  
07.00 «Хранители Кью». (0+)  
07.30 «Мини-Мишки». (0+)  
08.30 «Чик-Чирикино». (0+)  
09.10 «Сказочный патруль». (0+)  
09.45 «Маша и Медведь». (0+)  
10.35 «Геройчики». (0+)  
11.00 «Мини-Мишки». (0+)  
11.30 «Робокор Поли и его друзья». (0+)  
12.00 Время малышей. (0+)  
13.00 «Спайнфайтеры». (6+)  
13.15 «Барбоскины». (0+)  
14.30 «Буба». (6+)  
15.30 «Тобот». (6+)  
15.55 Время малышей. (0+)  
17.00 «Приключения Мегащенков». (0+)  
17.30 «Фиксики». (0+)  
18.25 «Лунтик». (0+)  
19.00 «Мини-Мишки». (0+)  
19.25 «Семь королевств». (0+)  
20.00 «Сказка на ночь». (0+)  
20.35 «Муся, Чук и Станислав». (6+)  
21.00 «Барбоскины». (0+)  
21.20 «Фееринки». (0+)  
22.00 «Фиксики». (0+)  
22.30 «Смешарики». (0+)  
Истории о дружбе и приключениях обаятельных круглых героев.  
23.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)  
23.30 «Буба». (6+)  
00.30 «Деревяшки». (0+)  
01.00 «Мини-Мишки». (0+)  
01.30 «Барбоскины». (0+)  
02.30 «Лео и Тиг». (0+)  
03.05 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)  
04.00 «Лунтик». (0+)  
05.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00, 04.35 Русская история. (12+)  
00.30, 01.35, 02.35 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)  
03.45 Петергоф - жемчужина России. (6+)  
04.15 Россия научная. Великие имена. (12+)  
06.05 Маршал Победы Говоров. (12+)  
07.10 Музейный феникс. (12+)  
07.40 Монологи императоров. (16+)  
08.15 Алексей Шусев. Спаси и сохрани. (12+)  
08.45 Взгляд с высоты. Золотой Век Ярославля. (12+)  
09.15, 20.55 Народный фронт Победы. (12+)  
09.45 Легенды науки. (12+)  
10.20 Емельян Пугачёв. Я не ворон, я другой. ... (12+)  
10.50, 14.35 Книжные аллеи. (12+)  
11.20, 15.05, 18.55 Без срока давности. (16+)  
12.10 Римские инженеры. (12+)  
13.05 Историограф. (12+)  
13.50 Два дела Феликса Дзержинского. (12+)  
16.00 Секреты истории. (16+)  
18.05 Семь дней истории. (12+)  
18.10 Освобождение Европы: Пражский прорыв. (12+)  
19.50 Обыкновенная История. (6+)  
20.00 Историада. (12+)  
21.25 Всемирное наследие. Россия: Коломна. (12+)  
22.20 Морская пехота: Петсамо-Киркенесская операция. (12+)  
23.05 Герасимовы. (12+)

VJU HISTORY

06.00 История без прикрас. (12+)  
06.50 Замок Самобор, Хорватия. (12+)  
07.20 Каппадокия, Турция. (12+)  
07.50 Мармашенский монастырь, Армения. (12+)  
08.20 Чудеса ЮНЕСКО: Греция. (12+)  
09.20, 10.15 Загадки Древнего Египта. (12+)  
11.05 Исторические убийства. (12+)  
12.00 Забытый император Китая. (16+)  
12.55 Поезда, которые изменили мир: Дивный новый мир. (16+)  
13.50 Освобождение Европы. (16+)  
14.35 Мифы и чудовища: Война. (16+)  
15.25 Ереурик, Армения. (12+)  
15.55 Монастырь Нораванк, Армения. (12+)  
16.25 Чудеса ЮНЕСКО: Италия. (12+)  
17.25, 18.20 Загадки Древнего Египта. (12+)  
19.10 Мифы и чудовища. (16+)  
20.05, 21.00 Исторические убийства. (16+)  
21.55, 22.55 История без прикрас. (12+)  
23.55 Каппадокия, Турция. (12+)  
00.25 Мармашенский монастырь, Армения. (12+)  
00.55 Чудеса ЮНЕСКО: Греция. (12+)  
01.50, 02.35 Загадки Древнего Египта. (12+)  
03.25 Исторические убийства. (16+)  
04.10 Забытый император Китая. (16+)

ИСТОРИЯ

06.00, 16.55, 03.20 Спасённые шедевры России. (12+)  
06.45, 04.10 Фараон двух земель. (12+)  
07.45, 05.00 Вторая мировая война. Штурм Будапешта. (16+)  
08.35 Последние годы африканской работорговли. (16+)  
09.45 Ленинградское дело. Убить секретаря. (12+)  
10.35 Замки Леванта. (12+)  
11.35 Песни поколений. Юрий Антонов. (12+)  
12.25 Индокитай. Забытая война. (12+)  
13.20 Мистер Нокаут. Загадка Валерия Попенченко. (12+)  
14.15, 14.25, 14.40, 02.25, 02.40, 05.45 Севастополь. Крым. Россия. (12+)  
14.55, 15.55 Настоящая история Одиссея. (16+)  
17.45 Роллон. По следам первого нормандца. (12+)  
18.45 Вторая мировая война. Идеальный штурм. (16+)  
19.40 Гений разведки. Артур Артузов. (12+)  
20.25 Маршал Язов. По своему не стреляю. (16+)  
22.10 Граф Монте-Кристо. Подлинная история. (16+)  
23.10 Его знали только в лицо. Трагедия комика. (12+)  
00.00 Теневой круг. (16+)  
02.55 Полководцы России. Толбухин. (12+)

РОССИЯ К  
Культура



15.35  
«2 Верник 2»

- 06.30 «Музеи без границ»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 18.10 «Боги Египта»
- 08.25 19.00 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро»
- 08.55 22.35 «БЕСЫ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.50 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.55 XX век
- 12.00 01.45 «Роман в камне»
- 13.00 Абсолютный слух
- 13.40 «ЦЫГАН»
- 15.10 «Запечатленное время»
- 15.35 «2 Верник 2»
- 16.30 Моя любовь - Россия!
- 17.15 Симфонические сюиты
- 19.45 Главная роль
- 20.00 «Семинар»
- 20.40 Открытая книга
- 21.10 «Я шагаю по Москве». Летний дождь и его последствия»
- 21.50 «Энигма»
- 00.05 «Елизавета I: Королева-убийца?»
- 02.10 «Татьяна Вечеслова»

ТВЦ



15.05 «ОРЛИНСКАЯ: КОЗНИ АМУРА». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «МОСКОВСКИЕ ТАЙНЫ: ТРИНАДЦАТОЕ КОЛЕНА». (12+)
- 10.40 04.15 «Актёрские драмы. Прикинуться простаком». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «ОРЛИНСКАЯ: КОЗНИ АМУРА». (16+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 18.10 «ТАЙНА ПОСЛЕДНЕЙ ГЛАВЫ». (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.10 «Актёрские драмы». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Следствие ведёт КГБ. Операция «Набат». (16+)
- 01.25 «Удар властью. Михаил Евдокимов». (16+)

ТВ-3



09.45 Гадалка. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 08.40 «КОРДОН». (16+)
- 09.45 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.00 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 18.00 «РЕАЛИЗАЦИЯ». (16+)
- 18.10 «ЗАМЕРЗШИЕ». (16+)
- 22.45 Трое молодых друзей решают провести выходные на горнолыжном курорте. Девушка Паркер учится кататься на сноуборде, в чём ей помогают парень Дэн и друг Джо. Чтобы не платить за подъемник, ребята подкупают служащего и тот пускает их. Темнеет, горнолыжный курорт закрывается и по случайности ребят забывают на подъемнике.
- 23.00 23.10 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



10.25 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.25 «Понять. Простить». (16+)
- 11.30 00.25 «Порча». (16+)
- 12.35 «Знахарка». (16+)
- 13.10 «Верну любимого». (16+)
- 13.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.20 Гармоничная женщина. (16+)
- 14.35 «ЧУЖОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
- 19.00 «СВЯЗАННОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.25 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 07.55 Ваше здоровье! (12+)
- 08.30 День ангела. (0+)
- 08.55 Знание - сила. (0+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «ЗАКОН ТАЙГИ». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 23.05 01.20 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 02.05 «СЛЕД». (16+)

ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 11.00 00.00 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
- 12.50 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 13.45 15.05 17.15 «РОЗЫСКНИК». (16+)
- 18.00 «Битва за Днепр». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 23.15 Окопная правда. (16+)
- 01.25 «МИССИЯ В КАБУЛЕ». (12+)
- 03.45 «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «МАМА». (16+)
- 12.00 «Здоровая среда». (12+)
- 13.00 16.30 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 01.00 «Дискуссионный клуб TV Губернии». (12+)
- 18.30 Компас потребителя. (12+)
- 18.45 «Актуальное интервью». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «Современники». (12+)
- 20.20 22.20 «Общее дело». (12+)
- 20.30 22.30 04.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 23.00 «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ». (12+)
- У Петра Авдеича позади десять лет тюрьмы - десять несправедливых лет за контрреволюционную пропаганду...
- 03.30 «Документальное кино». (12+)
- 04.30 «От 7 до 17». (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.55 «Тайны звезд спорта». (12+)
- 06.30 «Вид сверху». (12+)
- 07.00 10.00 12.55 Новости
- 07.05 15.30 18.45 21.30 00.25 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.05 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.25 «Лучшие из лучших». (12+)
- 11.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 «Большой хоккей» (12+)
- 16.25 01.30 Фрирайд. Мировой тур. (6+)
- 16.55 Футзал. «Синара» (Екатеринбург) - «Тюмень». Бетсити. Суперлига. Прямая трансляция
- 19.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Мужчины. Прямая трансляция
- 22.30 Евротур. (12+)
- 23.20 Футбол. Еврокубки. Обзор. (6+)
- 01.00 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 06.00 10.05 16.35 23.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 08.45 Биатлон. Кубок сильнейших спортсменов. (6+)
- 09.40 11.55 12.15 16.00 16.20 20.40 04.45 05.00 Спецрепортаж. (12+)
- 12.30 05.30 «Вид сверху». (12+)
- 13.05 03.05 Художественная гимнастика. Гала-концерт, посвященный Дню защитника Отечества. (6+)
- 14.45 Лица Страны. (12+)
- 15.00 01.45 «Век нашего спорта». (12+)
- 15.25 География спорта. (12+)
- 18.25 Баскетбол. Чемпионат России. Премьер-Лига. (6+)
- 20.10 «Большой хоккей». (12+)
- 21.00 Футзал. Суперлига. (6+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 02.10 «Кошка». Девять жизней Александра Легкова. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.35 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИКИ». (18+)
- 08.55 «ТАКСИ 3». (16+)
- 10.35 «ТАКСИ 4». (16+)
- 12.20, 13.20 «КЛОН». (16+)
- 14.20 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
- 16.35 «ТИПА КРУТЫЕ ЛЕГАВЫЕ». (16+)
- 19.00 «ЛЮБОВЬ МЕЖДУ СТРОЙ». (16+)
- 21.20 «ДВОЕ ВО ВСЕЛЕННОЙ». (16+)
- 23.45 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 01.35 «ТАКСИ». (16+)
- 03.00 «ТАКСИ 2». (16+)
- 04.25 «ТАКСИ 3». (16+)
- 05.30 «Шелкунчик». Мультфильм. (6+)
- 05.55 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)
- 06.45 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 09.00 «ДЫХАНИЕ». (16+)
- 11.00 «МАТИЛЬДА». (16+)
- 13.00 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (16+)
- 16.25 «НЕБО». (12+)
- 19.00, 20.00 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 21.05 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
- 23.25 «СВИДЕТЕЛЬ». (16+)
- 01.35 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)
- 03.05 «СВИДЕТЕЛЬ». (16+)
- 05.20 «Козлёнок, который считал до десяти». Мультфильм. (6+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
- 02.55 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ НА ФРИЛАНСЕ». (18+)
- 04.50 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 2». (16+)
- 06.40 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЖИЗНЬ». (6+)
- 08.20 «БЕЗУМНАЯ СВАДЬБА». (18+)
- 10.10 «МОЯ ЖЕНА - КИЛЛЕР». (18+)
- 12.05 «МИЛЛИАРД». (12+)
- 14.00 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (18+)
- 15.40 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ В ДЕРЕВНЕ». (18+)
- 17.25 «РЭД». (16+)
- 19.30 «СИНЬОР РОБИНЗОН». (16+)
- 21.35 «АДАМ И ЕВА». (12+)
- 23.15 «ВАЛЬДО». (16+)

ДОМ КИНО

- 04.05 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)
- 08.00 «ИЩЕЙКА». (16+)
- 10.05 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 13.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 21.00 30 лет вместе с Первым. «ИЩЕЙКА». (16+)
- 23.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
- 01.00 «ОН - ДРАКОН». (16+)
- В разгар свадьбы княжны Мирославы звучит ритуальная песня Драконоборцев - предков её жениха. Под эти звуки неожиданно прилетает дракон и похищает Мирославу!
- 02.45 «МОЙ ПАПА - ВОЖДЫ» (12+)
- Семья пропавшего без вести капитана получает радостную новость - его нашли...

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 18.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-4». (16+)
- 11.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «СУДЬБА НА ЛЕСТНИЧНОЙ КЛЕТКЕ». (16+)
- В ролях: Евгения Шипова, Владимир Курцеба, Евгения Нохрина, Наталья Батрак, Всеволод Макаров
- 13.00, 21.00, 05.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-4. ПАРНОЙЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ТАК НЕ БЫВАЕТ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ТАК И БУДЕТ». 1 серия. (16+)
- 06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 День Ангела: Преподобный Шимо Мгвимский. (0+)
- 11.35 День Патриарха. (0+)
- 11.45 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 12.40, 13.05 Монастырская кухня. (0+)
- 13.35 «ВРЕМЯ СВИДАНИЙ». (0+)
- 14.55 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)
- 16.35 «ЖДИТЕ ПИСЕМ». (0+)
- 18.30 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30 Бог на войне. (12+)
- 21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 22.35 «Бесогои». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.50 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 00.45 День Патриарха. (0+)
- 00.55 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 01.50 Бог на войне. (12+)
- 02.40 С чего начинается Родина. (12+)
- 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

Православный календарь

27 февраля  
Седмица сырная (Масленица), сплошная.  
Глас 2. Равноап. Кирилла,  
учителя Словенского.



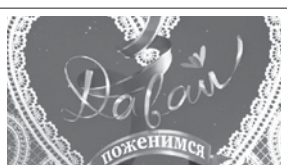
Прп. Авксентия. Прп. Марона, пустынножителя Сирийского. Свт. Авраамия, еп. Каррийского. Прп. Шимо Мгвимского. 12 греков, строителей соборной Успенской церкви Киево-Печерской лавры. Прп. Исаакия, затворника Печерского. Перенесение мощей блгв. кн. Михаила Черниговского и боярина Феодора. Прп. Илариона Грузина, Святогора (Груз.). Сщмч. Павла Дернава пресвитера и сыновей его мчч. Бориса, Григория и Симеона. Сщмч. Онисима, еп. Тульского. Сщмч. Трифона диакона.

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.  
« Кто прилежно занимается чтением, тот должен прочтенное им приводить в исполнение, а не ограничиваться одним усердным чтением.»  
Прп. Ефрем Сирин

МУЗЫКА

- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Плейлист | Зима. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Love чат. (16+)
- 17.00 Короли Чартов. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Хит-Сториз. (16+)
- 18.55 Приехали! Филиппины. (16+)
- 19.20 Приехали! Пекин. (16+)
- 20.00 Кто следующий? (16+)
- 20.35 Артист - не настоящий! (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 VK Неигры. (16+)
- 23.20 VK Контакты. (16+)
- 00.25 Лихие хиты. (18+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

7 ПЕРВЫЙ



15.15 «Давай поженимся!» (16+)

- 05.00 «Доброе утро»  
09.00 12.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Модный приговор». (0+)  
10.10 «Жить здорово!» (16+)  
11.00 12.15 Информационный канал. (16+)  
13.30 «АнтиФейк». (16+)  
14.00 Информационный канал. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 «Давай поженимся!» (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
17.00 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.40 «Человек и закон». (16+)  
19.45 «Поле чудес». (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 «Голос». (12+)  
23.30 «ПЕРВЫЙ НОМЕР». (18+)  
01.10 Подкаст Лаб. (16+)

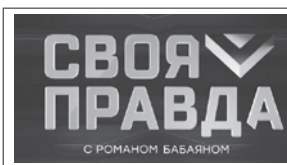
РОССИЯ 1 РОССИЯ



17.00 Прямой эфир. (16+)

- 05.00 Утро России  
09.00 Вести  
09.30 Местное время  
09.55 О самом главном. (12+)  
11.00 Вести  
11.30 Вести. Местное время  
12.00 «60 минут». (12+)  
14.00 Вести  
14.30 «КУЛАГИНЫ». (16+)  
16.30 Вести  
17.00 Прямой эфир. (16+)  
18.00 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.10 Вести. Местное время  
21.30 «Один в один». (12+)  
00.30 «Истории Большой Страны». (12+)  
01.30 «Я БУДУ ЖДАТЬ ТЕБЯ ВСЕГДА». (12+)  
Алёна поступила в сельскохозяйственную академию, но решила перейти на заочное обучение, чтобы вернуться к любимой бабушке в деревню. В это время из армии возвращается Толик, друг её детства.

НТВ



00.15 «Своя правда» с Романом Бабаюном. (16+)

- 05.00 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ: СМЕРЧ». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «ДНК». (16+)  
17.55 «Жди меня». (12+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «ШЕФ: ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО». (16+)  
22.10 «ВО ТЬМЕ». (12+)  
00.15 «Своя правда» с Романом Бабаюном. (16+)  
02.00 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)  
02.30 «Инфоцит». (16+)  
03.10 «Квартирный вопрос». (0+)

СТС СТС



14.40 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
06.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)  
07.50 «Смешарики. Начало». (16+)  
09.35 «ЛЁД». (12+)  
12.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)  
14.40 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
19.30 Премьера. Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
21.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
01.00 Премьера. «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)  
02.00 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (16+)  
03.30 «ИВАН СЕМЁНОВ И ШКОЛЬНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (6+)  
04.55 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
05.25 Впервые на СТС. «Ну-ка, догони!» (6+)  
05.45 Ералаш. (0+)

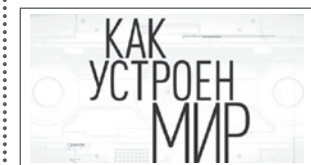
ТНТ ТНТ



11.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)  
Ведущие делятся полезными лайфхаками, обсуждают горячие темы и встречают утро вместе с тобой. Будь в курсе главных событий с самого утра!  
08.00 «Однажды в России». (16+)  
11.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)  
15.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ-5». (16+)  
19.00 «Комеди Клуб». (16+)  
23.00 «Стендап рулетка». (18+)  
Новый юмористический проект, в котором комики бросят вызов фортуне юмора, чтобы поймать за хвост денежный приз. Главный «токсик» юмористической сцены Илья Соболев даст участникам возможность стать богаче.  
00.00 «Женский стендап». (16+)  
03.20 «Комеди Клуб». (16+)  
06.15 «Однажды в России». (16+)

РЕН



11.00 «Как устроен мир». (16+)

- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)  
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
10.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)  
11.00 «Как устроен мир». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 «Загадки человечества». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
17.00 «Главные тайны мира». (16+)  
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
19.55 «ПАРНИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)  
21.25 «ВРЕМЯ РАСПЛАТЫ». (16+)  
23.00 Бойцовский клуб РЕН ТВ. А. Папин - Э. Тетте. Прямая трансляция. (16+)  
00.30 «ОДНИМ МЕНЬШЕ». (18+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)  
05.50 Пробный переезд. (16+)  
06.40 Пятница News. (16+)  
07.00 Руссо-экспрессо. (16+)  
08.10 «КОМИССАР РЕКС». (16+)  
11.00 Битва шефов. (16+)  
13.10 Большие девочки. (16+)  
19.30 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)  
22.30 «ГИПНОТИК». (18+)  
00.40 «ИСХОДНЫЙ КОД». (18+)  
02.10 Пятница News. (16+)  
02.40 На ножах. (16+)

Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)  
10.35 «Мама в 16». (16+)  
12.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)  
16.30 «Статус: Неравный брак». (16+)  
Реалити о людях из разных поколений, которые приняли решение быть вместе. Ежедневно они сталкиваются с непониманием и осуждением. Как справиться со всеми трудностями и сохранить любовь? В каждой серии новая история любви.  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
01.50 «Измены». (16+)  
03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Решала. (16+)  
09.00 Антиматрица. (16+)  
12.00 Заступницы. (16+)  
15.00 Решала. (16+)  
18.00 Найди по Ю. (16+)  
Интернет-расследования с применением новейших технологий. Можно ли доверять дальнему родственнику, который возобновил с вами связь после многолетнего перерыва? Что делать, если влюбились в онлайн-знакомую, а она никак не хочет увидеться?  
22.00 Опасные связи. (16+)  
23.00 Опасные связи. (18+)  
02.20 Утилизатор. (16+)

МИР

- 05.00, 06.15, 10.10 «ПОСЛЕДНЯЯ ВСТРЕЧА». (16+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10, 15.05, 16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)  
18.50 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)  
19.35 Миллион за 5 минут. (16+)  
20.20 Миллион за 5 минут - дети. (6+)  
21.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ». (16+)  
Детектив, СССР, 1970 г.  
23.00 «ЧЕРНЫЙ ПРИНЦ». (16+)  
01.00 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА». (16+)  
02.25 Наше кино. История большой любви. (16+)  
02.50 «ПОДКИДЫШ». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.05 09.35 10.05 12.05  
13.10 18.20 ОТражение  
11.25 «Почитаем!» (12+)  
15.15 «ГОЛОВА. ДВА УХА». (16+)  
17.00 «Актуальное интервью». (12+)  
18.00 «Губернские новости». (12+)  
20.45 «КОСМОС КАК ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)  
22.15 «ТРИ ЦВЕТА: СИНИЙ». (16+)  
23.50 «ВЕЧЕРИНКА». (18+)  
00.55 «РАНЕНЫЙ АНГЕЛ». (18+)  
02.45 «МОЙ ДРУГ ЗИГМУНД ФРЕЙД». (16+)

ПОБЕДА

- 05.00 «Путь к Победе» (16+)  
06.00 «СПАСТИ ЛЕНИНГРАД». (16+)  
07.35 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)  
09.00 «ТУМАН». (16+)  
12.10 «ТУМАН-2». (16+)  
15.00 «ШТРАФАТЬ». (16+)  
Под руководством Василия Твердохлебова, майора РККА, побывавшего в плену, воюет штрафной батальон, намертво сплотивший судьбы самых разных людей. Среди них - вор Антип Глымов, шулер Лёша Шустров, бывший священник Тимофей Менделеев...  
00.00 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)  
01.50 «БУДУ ПОМНИТЬ» (16+)  
03.25 «РЯБИНОВЫЙ ВАЛЬС». (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Панда и Антилопа», «Ну, погоди! Каникулы», «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (6+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Котёнок Шмяк». (0+)  
Экранизация мирового бестселлера про приключения котёнка Шмяка и его лучшего друга - мышонка Сырника.  
10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)  
11.10 «Фиксики». (0+)  
13.20 «Отважные дракончики». (6+)  
13.35 «Тобот». (6+)  
14.05 «Инфинити Надо». (6+)  
14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)  
14.40 «Муся, Чук и Станислав». (6+)  
Отважные спасатели белочка Муся, ёж Чук и волк Станислав спешат на помощь!  
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)  
17.00 «Оранжевая корова». (0+)  
20.50 «Макс и Крякс». (0+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Мастер Витя и Мотор». (0+)  
22.30 «Метазелл». (6+)  
22.35 «Дикае скричеры!» (6+)  
Мультсериал о зрелищных сражениях скричеров - боевых роботов, способных превращаться в свирепых механических зверей.  
23.05 «Метал Кард Бот». (6+)  
23.20 «Ералаш». (6+)  
00.55 «44 котёнка». (0+)  
02.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)  
03.45 «Кругляши». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)  
07.00 «Хранители Кью». (0+)  
07.30 «Мини-Мишки». (0+)  
08.30 «Чик-Чирикино». (0+)  
09.10 «Сказочный патруль». (0+)  
09.45 «Маша и Медведь». (0+)  
10.35 «Геройчики». (0+)  
11.00 «Мини-Мишки». (0+)  
11.30 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
12.00 Время малышей. (0+)  
13.00 «Спинфайтеры». (6+)  
13.15 «Барбоскины». (0+)  
14.30 «Буба». (6+)  
15.30 «Тобот». (6+)  
15.55 Время малышей. (0+)  
17.00 «Приключения Мегащенок». (0+)  
17.30 «Фиксики». (0+)  
18.25 «Лунтик». (0+)  
19.00 «Мини-Мишки». (0+)  
19.25 «Семь королевств». (0+)  
20.00 «Сказка на ночь». (0+)  
20.35 «Муся, Чук и Станислав». (6+)  
21.00 «Барбоскины». (0+)  
21.25 «Фееринки». (0+)  
22.00 «Фиксики». (0+)  
22.30 «Смешарики». (0+)  
23.00 «Ката и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)  
23.30 «Буба». (6+)  
00.30 «Деревяшки». (0+)  
01.00 «Мини-Мишки». (0+)  
01.30 «Барбоскины». (0+)  
02.30 «Лео и Тиг». (0+)  
03.05 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)  
04.00 О приключениях Лунтика, удивительного пушистого существа, родившегося на Луне и свалившегося с нее на Землю.  
05.00 «Фиксики». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00, 20.00 Русская история. (12+)  
01.25 Маршал Победы Говоров. (12+)  
02.30 Музейный феникс. (12+)  
03.00 Монологи императоров России. (6+)  
03.35 Петергоф - жемчужина России. (6+)  
04.10 Россия научная. Великие имена. (12+)  
04.35 Алексей Шусев. Спаси и сохрани. (12+)  
05.05 Взгляд с высоты. Золотой Век Ярославля. (12+)  
05.35, 16.55, 20.55 Народный фронт Победы. (12+)  
06.05 Легенды науки. (12+)  
06.40 Емельян Пугачёв. Я не ворон, я другой... (12+)  
07.10, 10.55 Книжные аллели. (12+)  
07.40, 11.25, 15.05 Без срока давности. (16+)  
08.30 Римские инженеры. (12+)  
09.25 Историограф. (12+)  
10.10 Два дела Феликса Дзержинского. (12+)  
12.15 Освобождение Европы. (12+)  
13.00 Секреты истории. (16+)  
16.00 Историада. (12+)  
17.25, 23.10 Пешком по Москве. (6+)  
17.45, 20.50 Семь дней истории. (12+)  
17.50, 22.25 Морская пехота. (12+)  
18.35 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
18.50 Герасимовы. (12+)  
19.40 Тайное становится явным. (12+)  
21.30 Всемирное наследие. Россия. (12+)  
23.25 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)

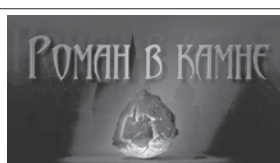
HISTORY HISTORY

- 06.10 История без прикрас. (12+)  
07.05 Ереурик, Армения. (12+)  
07.35 Монастырь Нораванк, Армения. (12+)  
08.05 Чудеса ЮНЕСКО: Италия. (12+)  
09.05, 10.00 Загадки Древнего Египта. (12+)  
10.55, 11.50 Исторические убийства. (16+)  
12.40 Поезда, которые изменили мир: Стальные монстры. (16+)  
13.30 Никогда больше. (16+)  
14.40 Мифы и чудовища. (16+)  
15.30 Мирский замок, Беларусь. (12+)  
16.15 Чудеса ЮНЕСКО: Португалия. (12+)  
17.15, 18.10 Загадки Древнего Египта. (12+)  
19.05 Мифы и чудовища. (16+)  
20.00 В поисках истины: Чичен-Ица. (16+)  
20.55 В поисках истины: Бермудский треугольник. (16+)  
21.55 История без прикрас: Вьетнам. (12+)  
22.55 Камбоджа, Пол Пот и красные кхмеры. (16+)  
23.45 Ереурик, Армения. (12+)  
00.15 Монастырь Нораванк, Армения. (12+)  
00.45 Чудеса ЮНЕСКО: Италия. (12+)  
01.40, 02.25 Загадки Древнего Египта. (12+)  
03.15, 04.00 Исторические убийства. (16+)  
04.50 История без прикрас. (12+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 03.25 Замки Леванта. (12+)  
06.55, 04.20 Песни поколений. Юрий Антонов. (12+)  
07.45, 05.05 Индокитай. Забытая война. (12+)  
08.40 Мистер Нокаут. Загадка Валерия Попенченко. (12+)  
09.35, 10.30 Настоящая история Одиссея. (16+)  
11.25, 11.40, 23.05, 23.15 Севастополь. Крым. Россия. (12+)  
11.55 Полководцы России. Суворов. (12+)  
12.30, 00.05 Спасённые следы России. (12+)  
13.20 Роллон. По следам первого норманнца. (12+)  
14.20 Вторая мировая война. Идеальный штурм. (16+)  
15.05 Граф Монте-Кристо. Подлинная история. (16+)  
16.05 Гений разведки. Артур Артузов. (12+)  
16.55 Маршал Язов. По своим не стреляю. (16+)  
18.40 Его знали только в лицо. Трагедия комика. (12+)  
19.30 Теневой круг. (16+)  
22.05 Фараон двух земель. (12+)  
23.35 Полководцы России. Толбухин. (12+)  
00.55 Вторая мировая война. (16+)  
01.40 Последние годы африканской работорговли. (16+)  
02.40 Ленинградское дело. Убить секретаря. (12+)

РОССИЯ К  
Культура



12.00 «Роман в камне»

- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 «Елизавета I»
- 08.20 19.00 «Почерк эпохи»
- 08.45 «БЕСЫ»
- 10.15 Шедевры старого кино
- 12.00 «Роман в камне»
- 12.45 Открытая книга
- 13.15 «Алексей Смирнов»
- 13.55 «КОГДА СТАНОВЯТСЯ ВЗРОСЛЫМИ»
- 15.15 «Запечатленное время»
- 15.45 «Энигма»
- 16.30 Письма из провинции
- 17.15 Хачатурян-гала. Концерт Государственного академического симфонического оркестра России
- 18.20 «Царская ложа»
- 19.45 «Цвет Арктики»
- 20.15 Линия жизни
- 21.15 «ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПРЕСТУПНИК»
- 22.45 «2 Верник 2»
- 23.55 «КОЛЯ - ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ»

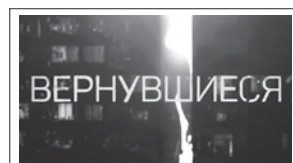
ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.25 «ЗАБЫТАЯ ЖЕНЩИНА». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ЗАБЫТАЯ ЖЕНЩИНА». (12+)
- 12.35 «ГОРОД РОМАШЕК». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ГОРОД РОМАШЕК». (12+)
- 17.00 «Легенды эстрады. Хит по наследству». (16+)
- 17.50 События
- 18.05 «ЕСЛИ ОН МЕНЯ УЗНАЕТ». (16+)
- 19.55 «МЫШЕЛОВКА». (16+)
- 22.00 «В центре событий»
- 23.05 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.30 «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК». (12+)
- 01.55 «Петровка, 38». (16+)
- 02.10 «СЕЛФИ С СУДЬБОЙ». (12+)
- 05.05 Тайна песни. (16+)
- 05.45 «Римма и Леонид Марковы. На весах судьбы». (16+)

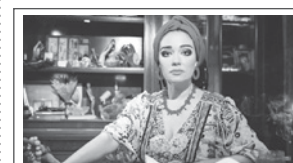
ТВ-3



14.00 Вернувшиеся. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «КОРДОН». (16+)
- 09.45 «Порча». (16+)
- 14.00 Вернувшиеся. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Вернувшиеся. (16+)
- 16.20 «Слепая». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «Слепая». (16+)
- 19.15 «КРУИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ». (16+)
- 21.30 «МОЙ ПАРЕНЬ-КИЛЛЕР». (16+)
- Жила-была девушка Марта, которой катастрофически не везло с парнями. Но вот в один прекрасный день судьба решила сжалиться над бедняжкой и устроила девушке встречу почти с идеальным мужчиной.
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.45 «МАК И РИТА». (16+)
- 01.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)

ДОМАШНИЙ



11.45 «Порча». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ТОЛЬКО ПО ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «СНЕЖНЫЙ ПАПА». (16+)
- 23.20 «Понять. Простить». (16+)
- 00.30 «Порча». (16+)
- 01.25 «Знахарка». (16+)
- 01.50 «Верну любимого». (16+)
- 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.45 Тест на отцовство. (16+)
- 04.25 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.30 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2». (16+)
- 06.10 «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-3». (16+)
- 08.30 Ваше здоровье! (12+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «ЗАКОН ТАЙГИ». (16+)
- 12.55 Знание - сила. (0+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 23.10 Светская хроника. (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 05.10 «РОЗЫСКНИК». (16+)
- 09.20 «Ищу своих». (12+)
- 10.05 21.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 10.20 «По горячим следам». (16+)
- 10.40 13.25 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
- 14.00 15.05 «В НАЧАЛЕ СЛАВНЫХ ДЕЛ». (12+)
- 17.15 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 20.30 «Война миров». (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.30 «Музыка+». (12+)
- 00.50 «ГОРИ, ГОРИ, МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «МАМА». (16+)
- 12.00 17.45 «Современники». (12+)
- 12.20 18.05 «Общее дело». (12+)
- 12.30 «Формула здоровья». (12+)
- 13.00 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Дискуссионный клуб ТВ Губернии». (12+)
- 16.30 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)
- 17.30 Компас потребителя. (12+)
- 18.15 «Содружество «Донбасс». (12+)
- 18.30 «Актуальное интервью». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.15 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 02.45 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «МОЯ МАМА». (16+)

СПОРТ

- |   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| <b>МАТЧ!</b>  | <b>МАТЧ! ТВ</b>  | <b>МАТЧ! СТРАНА</b>                                 | <b>МАТЧ! СТРАНА</b>                               |
| 06.00 «Тайны звезд спорта». (12+)   | 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)                                | 07.50 09.30 Новости                                 | 07.55 22.00 «Время чемпионов». (12+)              |
| 06.30 «Большой хоккей». (12+)   | 08.10 02.40 «Магия большого спорта». (12+)                                       | 08.35 02.15 География спорта. (12+)                 | 09.00 05.30 «Большой хоккей». (12+)               |
| 07.00 10.00 12.55 15.25 Новости   | 09.35 Лёгкая атлетика. Чемпионат России в закрытых помещениях. Прямая трансляция | 18.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Прямая трансляция | 20.55 Небесная грация. (6+)                       |
| 07.05 23.45 Все на Матч! Прямая трансляция  | 20.55 Небесная грация. (6+)  | 21.10 01.45 Страна смотрит спорт. (12+)             | 21.35 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (12+) |
| 10.05 Небесная грация. (6+)   | 21.35 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (12+)                                | 22.20 05.00 Спецрепортаж. (12+)                     | 22.40 Есть тема! (16+)                            |
| 10.25 «Лучшие из лучших». (12+)   | 22.20 05.00 Спецрепортаж. (12+)  | 00.05 Футзал. Суперлига. (6+)                       | 03.05 Лыжные гонки. Гонка Легкова. (6+)           |
| 11.30 Футбол. Еврокубки. Обзор. (6+)  | 00.05 Футзал. Суперлига. (6+)  | 03.05 Лыжные гонки. Гонка Легкова. (6+)             | 04.45 Лица Страны. (12+)                          |
| 12.35 Лица страны. (12+)  | 03.05 Лыжные гонки. Гонка Легкова. (6+)  |   |   |
| 13.00 Есть тема! Прямая трансляция  |  |   |   |
| 14.35 Евротур. (12+)  |  |   |   |
| 15.30, 19.30, 22.00 Смешанные единоборства. (16+)                                       |  |   |   |
| 01.30 Центральный круг. (12+)   |  |   |   |
| 02.05 «Леброн Джеймс. Король площадки». (12+)   |  |   |   |
| 04.00 Новости. (0+)   |  |   |   |
| 04.05 «Вы это видели». (12+)  |  |   |   |
| 05.00 Бокс. К. Ричардсон - Б. Усмонов. Bare Knuckle FC. Прямая трансляция из США. (16+) |  |   |   |

МУЗЫКА

- |                                 |  |
|---------------------------------|--|
| <b>МУЗ-ТВ</b>                   | 15.00 PRO-новости. (16+)                   |
| 05.00 Муз'итив. (16+)           | 15.20 В десятку! (16+)                     |
| 06.00 Музэнерго. (16+)          | 16.00 Самый лучший день. (16+)             |
| 08.10 Топ чарт. (16+)           | 17.00 Новое Радио. (16+)                   |
| 08.40 PRO-новости. (16+)        | 18.00 PRO-новости. (16+)                   |
| 09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)        | 18.20 Авторадио. 30 лет (16+)              |
| 10.00 Плейлист   Зима. (16+)    | 21.00 Народные диски. (16+)                |
| 11.00 Лига свежих клипов. (16+) | Музыкальный нон-стоп самых задорных хитов. |
| 11.30 10 самых! (16+)           | 22.00 Танцпол. (16+)                       |
| 12.00 Top15 Like FM. (16+)      | 23.00 Dance chart. (16+)                   |
| 13.00 Хиты по-русски. (16+)     | 00.00 Танцпол. (16+)                       |
| 14.00 Плейлист   Зима. (16+)    | 02.00 Лайкер. (16+)                        |

КИНО И СЕРИАЛЫ

- |  |  |   |  |   |   |
|--|--|---|--|---|---|
| <b>VIJU TV1000</b>                           | <b>VIJU TV1000 РУССКОЕ</b>                       | <b>ДОМ КИНО</b>   | <b>ДОМ КИНО</b>                            | <b>СУББОТА!</b>   | <b>СУББОТА!</b>                                       |
| 05.55 «ТАКИС 4». (16+)                       | 05.30 «Отель у овечек». Мультсериал. (6+)        | 04.15 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)   | 08.00 «ИЩЕЙКА». (16+)                      | 05.00, 08.35, 14.40 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь». «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+) | 08.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+) |
| 07.35 «ЛЮБОВЬ МЕЖДУ СТРОК». (16+)            | 06.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)             | 10.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)   | 13.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)                | 08.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)   | 19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)                            |
| 10.00 «ДВОЕ ВО ВСЕЛЕННОЙ». (16+)             | 07.15 «Три кота». Мультсериал. (6+)              | 21.00 «Вечер вместе. «БРАТ». (16+)  | 21.00 «ВЕСЬМЕРКА». (16+)                   | 14.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)  | 21.00, 22.10 Богиня шопинга. (16+)                    |
| 12.25, 13.20 «КЛОН». (16+)                   | 08.20 «ВОСЬМЕРКА». (16+)                         | Осенью 1997 года демобилизованный из армии Данила Багров возвращается в родной Приозерск. Почти сразу он попадает в милицию за драку, и расстроенная мать отправляет его в Санкт-Петербург, где живет и, по слухам, процветает его старший брат Виктор. | 10.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)        | 23.10, 00.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)  | 00.15 Суббота News. (16+)                             |
| 14.20 «ПРИШЕЛЬЦЫ». (16+)                     | Боевик, Россия, 2013 г.                          | 22.40 Вечер вместе. «БРАТ-2». (16+)   | 12.25 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+) | 01.30, 02.00, 02.20, 02.40 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)  | 03.00, 03.40 «Ты - моя жизнь». (16+)                  |
| 16.35 «ПРИШЕЛЬЦЫ 2: КОРИДОРЫ ВРЕМЕНИ». (16+) | 10.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)              | 00.55 «ЖИИ!» (16+)  | 14.20 «РУБЕЖ». (16+)                       | 04.25 «Корги по имени Моко». Мультсериал. (0+)  |   |
| Фантастическая комедия, Франция, 1998 г.     | 12.25 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+)       | 02.30 «КОНЕЦ ПРЕКРАСНОЙ ЭПОХИ». (16+)   | 16.10 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ». (16+)          |   |   |
| 19.00 «НИЧЕГО, КРОМЕ ПРАВДЫ». (16+)          | 19.00 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ 2: ПРЕДСТОЯНИЕ». (16+) |   | 21.05 «ТЁМНЫЕ ВОДЫ». (16+)                 |   |   |
| Политический триллер, США, 2008 г.           | 22.25 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ 2: ЦИТАДЕЛЬ». (16+)    |   | 23.35 «УБИЙСТВА В...» (16+)                |   |   |
| 21.05 «ТЁМНЫЕ ВОДЫ». (16+)                   | 01.25 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (16+)             |   | 01.25 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (16+)       |   |   |
| Судебная драма, США, 2019 г.                 | 03.05 «МОЙ МАЛЫШ». (16+)                         |   | 03.05 «МОЙ МАЛЫШ». (16+)                   |   |   |
| 23.35 «УБИЙСТВА В...» (16+)                  | 04.45 «ОТ СЕМЬИ НЕ УБЕЖИШЬ». (16+)               |   | 04.45 «ОТ СЕМЬИ НЕ УБЕЖИШЬ». (16+)         |   |   |
| 01.25 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (16+)         |  |   |  |   |   |
| 03.05 «МОЙ МАЛЫШ». (16+)                     |  |   |  |   |   |
| 04.45 «ОТ СЕМЬИ НЕ УБЕЖИШЬ». (16+)           |  |   |  |   |   |

- |   |   |  |                                     |  |
|---|---|--|-------------------------------------|--|
| <b>КИНОКОМЕДИЯ</b>                      | <b>МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ</b>                              | <b>ФЕНИКС ПЛЮС КИНО</b>                                      | <b>СТС LOVE</b>                     | <b>СТС LOVE</b>  |
| 01.20 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЖИЗНЬ». (6+)         | 06.25 «У ТИХОЙ ПРИСТАНИ». (16+)                                 | 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)            | 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+) | 11.00 «КУХНЯ». (12+)   |
| 03.40 «СЕРДЦЕДЕДКИ». (18+)              | 07.40 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТИДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО». (16+)                 | 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-5». (16+) | 11.00 «КУХНЯ». (12+)                | Открывается новый ресторан в отеле.  |
| 05.55 «НЯНЬКИ». (12+)                   | 09.25 «ПЕПЕЛ». (16+)  | 12.00, 20.00 «СУДЬБА НА ЛЕСТНИЧНОЙ КЛЕТКЕ». (16+)            | 17.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (16+)      | Дед возвращается после операции домой. Антон и Лёша пытаются скрыть проблемы от семьи... |
| 07.40 «РЕАЛЬНЫЕ ПАРНИ». (16+)           | 17.45 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЁН». (16+) | 13.00, 21.00, 05.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)                   | 23.00 «ДЫЛДЫ». (16+)                | Ирина хочет уговорить Михаила рассказать Валентине Павловне, что у них роман...          |
| 09.25 «БУМЕРАНГ». (18+)                 | 19.00 «СЕМЬ СТАРИКОВ И ОДНА ДЕВУШКА». (16+)                     | 14.00, 22.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-4. ПАРАНОИЯ». (16+)          |                                     |  |
| 11.25 «НЕВЕЗУЧИЕ». (16+)                | 20.30 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)         | 15.00, 23.00, 07.00 «ТАК НЕ БЫВАЕТ». (16+)                   |                                     |  |
| 13.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (16+) | 22.15 «САМАЯ ОБЯТЕЛЬНО-НАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (16+)            | 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ». (16+)    |                                     |  |
| 15.15 «СИНЬОР РОБИНЗОН». (16+)          | 23.45 «НЕПОДСУДЕН». (16+)                                       | 04.00 «ПО ВОЛЕ СЛУЧАЯ». (16+)                                |                                     |  |
| 17.20 «РЭД 2». (16+)                    | 01.15 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (16+)                                     | 06.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)                           |                                     |  |
| Боевик, комедия, США, Франция, 2013 г.  | 02.30 «СУД». (16+)  | Сериал. Детектив, мелодрама, Россия                          |                                     |  |
| 19.30 «ДУБЛЁР». (16+)                   | 03.45 «КОРПУС ГЕНЕРАЛА ШУБНИКОВА». (16+)                        |  |                                     |  |
| Комедия, Россия, 2012 г.                |   |  |                                     |  |
| 21.00 «МИЛЛИАРД». (12+)                 |   |  |                                     |  |
| Боевик, комедия, Россия, 2019 г.        |   |  |                                     |  |
| 22.55 «НА МОРЕ». (16+)                  |   |  |                                     |  |
| Комедия, Россия, 2008 г.                |   |  |                                     |  |

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- |  |  |
|--|--|
| <b>СПАС</b>  | 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с субтитрами). (12+)   |
| 05.00 День Патриарха. (0+)                                 | 20.25 Матушка Зосима. (0+)   |
| 05.10 «ТАК И БУДЕТ». 2 серия. (16+)                        | 14 декабря 2003 года в небольшом селе под Уфой были обретены мощи преподобной старицы Зосимы Эмнатской. С каждым годом поклониться этой святой приезжает все больше верующих со всей России. |
| 06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)                           | 21.30 Белгород Прифронтовой. (16+)   |
| 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)                           | 22.00 Следы империи. (12+)   |
| 11.00 Бог на войне. (12+)                                  | 23.35, 04.10 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)   |
| 11.55 День Патриарха. (0+)                                 | 00.30, 01.00, 01.30, 02.00 Поле битвы. (16+)   |
| 12.10 Прямая линия. Ответ священника (с субтитрами). (12+) | 02.30 День Патриарха. (0+)   |
| 13.05, 13.35, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)        | 02.40 Следы империи. (12+)   |
| 15.00 «САМЫЙ МЕДЛЕННЫЙ Поезд». (6+)                        |  |
| 16.40 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗВТРА». (12+)                    |  |
| 18.30 Вечер на СПАСЕ (с субтитрами). (0+)                  |  |

Православный календарь

28 февраля  
Седмица сырная (Масленица), сплошная.  
Глас 2. Ап. от 70 Онисима.



Прп. Пафнутия и дщери его Евфросиния. Прп. Евсевия, пустыннолика Сирийского. Прп. Пафнутия, затворника Печерского. Прп. Анфима Хиосского. Сщмчч. Михаила и Иоанна пресвитеров. Сщмчч. Николая, Алексия, Алексия пресвитеров, Симеона диакона, прмч. Павла и прмч. Софии. Виленской и Далматской икон Божией Матери.

Поста нет. Из трапезы исключается мясо.

« Должно избирать из книг никак не возвышеннейшие, но наиболее близкие к нашему состоянию, излагающие делание, нам свойственное. »  
Свт. Игнатий Брянчанинов

7	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 <p>09.00 «Умницы и умники». (12+)</p>	 <p>17.50 «Привет, Андрей!». (12+)</p>	 <p>19.00 «Центральное телевидение»</p>	 <p>07.00 ПроСТО кухня. (12+)</p>	 <p>15.50 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</p>	 <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p>			
<p>06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»</p> <p>09.00 «Умницы и умники». (12+)</p> <p>09.45 «Слово пастыря». (0+)</p> <p>10.00 12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>10.15 «Влад Листьев. Улыбка на память». (12+)</p> <p>11.10 «Играем свадьбу!». (12+)</p> <p>12.15 «Час пик Влада Листьева». (16+)</p> <p>14.30 «Они выбрали - Родину». (16+)</p> <p>15.05 «Последний герой». (16+)</p> <p>16.55 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>18.20 «Народный ледниковый». (0+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>21.35 «Сегодня вечером». (16+)</p> <p>23.10 «Голос поэта». (16+)</p> <p>01.00 Подкаст Лаб. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России. Суббота</p> <p>08.00 Местное время. Суббота</p> <p>08.35 «По секрету всему свету»</p> <p>09.00 «Формула еды». (12+)</p> <p>09.25 «Пятеро на одного»</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 «Наши. Военкоры». (12+)</p> <p>12.00 «Доктор Мясников». (12+)</p> <p>13.00 Большие перемены</p> <p>14.00 Вести</p> <p>14.30 Вести. Местное время</p> <p>14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)</p> <p>17.00 Вести</p> <p>17.50 «Привет, Андрей!». (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>20.50 Вести. Местное время</p> <p>21.00 «ПРИНЦ НА КРАСНОМ ВЕЛОСИПЕДЕ». (16+)</p> <p>00.40 «МОЯ ИДЕАЛЬНАЯ МАМА». (12+)</p>	<p>04.45 «СОЮЗ НЕРУШИМЫЙ». (16+)</p> <p>06.20 «Жди меня». (12+)</p> <p>07.20 «Смотр». (0+)</p> <p>08.00 10.00 16.00 «Сегодня»</p> <p>08.20 «Поедем, поедим!». (16+)</p> <p>09.20 «Едим дома». (0+)</p> <p>10.20 «Главная дорога». (16+)</p> <p>11.00 «Живая еда». (12+)</p> <p>12.00 «Квартирный вопрос». (0+)</p> <p>13.00 Основано на реальных событиях. (16+)</p> <p>15.00 «Своя игра». (0+)</p> <p>16.20 ЧП. Расследование. (16+)</p> <p>17.00 «Следствие вели...» (16+)</p> <p>19.00 «Центральное телевидение»</p> <p>20.10 «Суперстар!». (16+)</p> <p>23.30 «Ты не поверишь!». (16+)</p> <p>00.30 «Ч.Т.Д.». (16+)</p> <p>01.00 Квартирник НТВ. (16+)</p> <p>02.25 «Дачный ответ». (0+)</p> <p>03.15 «ПОСЛЕДНИЙ ВАГОН: ВЕСНА». (18+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+)</p> <p>07.00 ПроСТО кухня. (12+)</p> <p>09.00 Премьера. ПроСТО кухня. (12+)</p> <p>10.05 «Рыбка Поньо на утёсе». (16+) Маленькая любопытная рыбка Поньо - дочь колдуна и прекрасной морской богини - уплывает из дома, чтобы понаблюдать за жизнью людей.</p> <p>12.15 Впервые на СТС. «Мой сосед Тоторо». (6+)</p> <p>14.00 «НЯНЬКИ». (16+)</p> <p>15.55 «ТАКСИ». (16+)</p> <p>17.40 «ТАКСИ-2». (16+)</p> <p>19.25 «ТАКСИ-3». (16+)</p> <p>21.05 «ТАКСИ-4». (16+)</p> <p>23.00 «ТАКСИ-5». (18+)</p> <p>01.05 «ЗАЧИНИКИ». (18+)</p> <p>02.40 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)</p> <p>03.30 Впервые на СТС. «Простоквашино». (0+)</p> <p>04.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)</p> <p>05.25 Впервые на СТС. «Нюка, догони!». (6+)</p> <p>05.50 Ералаш. (0+)</p>	<p>07.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>09.35 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>15.50 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+) В этом сезоне схлестнутся лучшие из лучших - сильнейшие участники прошлых битв возвращаются, чтобы окончательно выяснить, кто обладает самыми мощными способностями.</p> <p>21.00 «Конфетка». (16+) Лучшие комики страны снова выходят на сцену, чтобы говорить честно, смело и без цензуры. Острые шутки, монологи - в этом шоу никто не остаётся равнодушным.</p> <p>23.30 «Stand up». (18+) Возвращение в эфир культового шоу, в котором комики делятся своими мыслями</p> <p>02.10 «Женский стендап». (16+)</p> <p>03.40 «Однажды в России». (16+)</p>	<p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрим утром!». (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>12.30 «Новости». (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>16.30 «Новости». (16+)</p> <p>17.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>19.00 «Добровзфире». (16+)</p> <p>19.30 «Новости». (16+)</p> <p>20.00 «ТЕРМИНАТОР: ДА ПРИДЁТ СПАСИТЕЛЬ». (16+)</p> <p>22.10 «ТЕРМИНАТОР-2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)</p> <p>01.10 «ТИТАН». (16+)</p> <p>02.45 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p>			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
<p>05.20 Пятница News. (16+)</p> <p>05.45 «38 полуагав». (12+)</p> <p>05.55 «Привет Мартышке». (12+)</p> <p>06.00 «Зарядка для хвоста». (12+)</p> <p>06.20 «Умка». (0+)</p> <p>06.30 «ТАЙНА АМУЛЕТА». (6+)</p> <p>08.30 Мамы Пятницы. (16+)</p> <p>09.00 Запретный Китай. (16+)</p> <p>10.10 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)</p> <p>13.10 Битва шефов. (16+)</p> <p>00.00 «ИСХОДНЫЙ КОД». (18+)</p> <p>01.40 «ГИПНОТИК». (18+)</p> <p>03.10 Пятница News. (16+)</p>	<p>06.00 Большой кэш. (16+)</p> <p>06.50 Улётное видео. (16+)</p> <p>11.30 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)</p> <p>21.00 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>00.20 «КОРОЛЬ НЕБА». (16+) Группе специальных операций, возглавляемой элитными пилотами, приказано протестировать новые истребители. Испытательный полет за испытательным полетом - чтобы не допустить роковых ошибок и получить важные данные.</p> <p>02.30 Большой кэш. (16+)</p> <p>03.20 Утилизатор. (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+)</p> <p>09.00 «Календарь». (6+)</p> <p>10.30 «СОВСЕМ ПРОПАЩИЙ». (12+)</p> <p>12.10 «КО МНЕ, МУХТАР!». (12+)</p> <p>13.25 «Золотая коллекция негрового кино». (16+)</p> <p>17.00 «День вместе». (12+)</p> <p>18.00 «Губернские новости». (12+)</p> <p>18.05 «Вечер вместе». (12+)</p> <p>19.15 «Очень личное». (12+)</p> <p>20.20 «КАК МЕНЯ ЗОВУТ». (16+)</p> <p>21.45 «МОЙ ДРУГ ЗИГМУНД ФРЕЙД». (16+)</p> <p>23.35 «ВОСПОМИНАНИЯ ОБ УБИЙСТВЕ». (18+)</p>
Ю	МИР	ПОБЕДА
<p>05.20 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>10.05 «Шоу Доктора Зубаревой». (16+) 12 героев с проблемами со здоровьем, 3 месяца на тотальные изменения образа жизни. Это не просто шоу - это шанс изменить свою жизнь, где мы будем бороться за ваше здоровье и благополучие вместе.</p> <p>10.45 «Статус: Неравный брак». (16+)</p> <p>16.30 «Жизнь после шоу». (16+)</p> <p>17.40 «Мама в 16». (16+)</p> <p>21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</p> <p>00.05 «Измены». (16+)</p> <p>03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)</p>	<p>05.00, 06.10, 08.55, 03.30 Мультфильмы. (6+)</p> <p>05.45 «Всё, как у людей». (6+)</p> <p>06.45 «ХОД КОНеМ». (16+)</p> <p>08.20 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (16+)</p> <p>09.15 Игра в кино. Мультфильмы. (16+)</p> <p>10.00, 16.00, 18.30 Новости</p> <p>10.10 «ШЕСТОЙ». (16+)</p> <p>11.55, 16.15, 18.45 «ПОДКИДЫШ». (16+) Новгородский жулик Подкидыш, убегающий от местных бандитов, попадает в Ленинград. Сотрудники милиции по ошибке принимают его за известного сыщика, которого недавно назначили начальником отдела УГРО.</p> <p>01.20 Наше кино. История большой любви. (16+)</p>	<p>05.05 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (16+)</p> <p>06.50 «ЭКИПАЖ». (16+)</p> <p>09.00 «ДОЛГИЙ ПУТЬ ДОМОЙ». (16+) Мелодрама по мотивам романа Светланы Петровой «Беспамятство». Начало 1980-х. Надя Чеботарева влюбляется в преуспевающего красавца-чиновника из Москвы Виталия Большакова. Бросив своего сельского жениха Витку, она отправляется в столицу...</p> <p>00.10 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+) История простого сапера и его собаки в годы Великой Отечественной войны.</p> <p>01.35 «КУКУШКА». (16+)</p> <p>03.15 «ОДНА ВОЙНА». (16+)</p>

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. «Чуч-Мяуч», «Лунтик». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!». (0+)</p> <p>07.35 «Чик-зарядка». (0+)</p> <p>07.45 «Кожечки-собачки». (0+)</p> <p>10.00 «Съедобное или несъедобное: Мирослава Покровская и печенье из раскола». (0+) На кухне - повар и певица Мирослава! Сколько лет первым найденным на скальных рисунках, что можно увидеть в Нижнем Новгороде, и какой раскол подходит для печенья? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!»</p> <p>10.25 «Мастер Витя и Мотор». (0+)</p> <p>11.30 «Мастер Витя и Мотор. Песенка для цветов». (0+)</p> <p>12.00 «Семья на ура!». (0+)</p> <p>12.25 «Царевна и дракон. Магическая книга». (0+)</p> <p>14.00 «Это супер!». (0+)</p> <p>14.25 «Золотая антилопа». (0+)</p> <p>14.55 «Рикки-Тикки-Тави». (0+)</p> <p>15.15 «Простоквашино». (0+)</p> <p>17.40 «Три кота». (0+)</p> <p>19.50 «Сказочный патруль. Шоу продолжается». (6+)</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)</p> <p>21.20 «Семь королевств». (0+)</p> <p>22.30 «Метазелль». (6+)</p> <p>22.35 «Дикие скричеры!». (6+)</p> <p>23.05 «Метал Кард Бот». (6+)</p> <p>23.20 «Ералаш». (6+)</p> <p>00.55 «44 котёнка». (0+)</p> <p>02.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)</p> <p>03.45 «Кругляши». (0+)</p>	<p>06.00 «Фиксики. Дай пять!». (0+)</p> <p>11.00 «Монсики». (0+)</p> <p>12.00 «Буба». (6+) Загадочный персонаж Буба, похожий на маленького человечка с хвостом, исследует современный мир. Увлекательный мультфильм для самых маленьких. Никто не знает, откуда на Земле появился любопытный и обаятельный человечек Буба. Он многое пропустил в эволюции человечества и теперь хочет узнать об окружающем мире как можно больше.</p> <p>15.00 «Тара Дункан». (6+) Обычная старшесленица Тара Дункан узнает, что обладает суперсилой, с помощью которой способна побеждать злых волшебников из потустороннего мира. Помимо злодеев, там живут маги, великаны, эльфы и другие сказочные существа, многие из которых будут помогать Таре...</p> <p>19.00 «Чик-Чирикино». (0+) Чирикины - семья воробьёв из птичьего городка. Мама Елена занимается йогой и готова на всё ради своих близких. Папа Аркадий работает инженером, любит рыбалку и иногда ведёт себя по-детски. Старшая дочь Василиса мечтает стать известной, подросток Макс отлично учится, близнецы Рома и Боря обожают розыгрыши, а крошка Алина помогает семье решать и создавать новые проблемы.</p> <p>00.00 «Маша и Медведь». (0+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365	365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ИСТОРИЯ
<p>00.00 Алексей Шусев. Пасти и сохрани. (12+)</p> <p>00.30 Взгляд с высоты. Золотой Век Ярославля. (12+)</p> <p>01.00, 13.25, 17.20 Народный фронт Победы. (12+)</p> <p>01.30 Легенды науки. (12+)</p> <p>02.00 Емельян Пугачёв. Я не ворон, я другой... (12+)</p> <p>02.35, 07.25 Книжные аллелуи. (12+)</p> <p>03.05, 07.55, 11.40 Без срока давности. (16+)</p> <p>03.55 Петергоф - жемчужина России. (6+)</p> <p>04.25 Семь дней истории. (12+)</p> <p>04.35 По ту сторону Атлантики. (12+)</p> <p>05.05 Римские инженеры. (12+)</p> <p>05.55 Историограф. (12+)</p> <p>06.40 Два дела Феликса Дзержинского: Заговор псов. (12+)</p> <p>08.50 Освобождение Европы: Пражский прорыв. (12+)</p> <p>09.35 Секреты истории: Вильгельм Завоеватель: Англия принадлежит нам двоим. (16+)</p> <p>12.30 Историада: Причины Февральской революции 1917 года в России. (12+)</p> <p>14.00, 17.50 Всемирное наследие. Россия. (12+)</p> <p>14.50, 18.40 Морская пехота. (12+)</p> <p>16.25, 20.00, 20.30 Русская история. (12+)</p> <p>19.25 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)</p> <p>21.15 На пути к Великой Победе: Освобождение Донбасса. (12+)</p> <p>21.45, 22.50 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)</p>	<p>06.10, 06.35, 07.00, 07.25 Охотники за утраченным искусством. (16+)</p> <p>07.50 Чудеса ЮНЕСКО: Испания. (12+)</p> <p>08.55 В поисках истины: Чичен-Ица. (16+)</p> <p>09.50 Чудеса ЮНЕСКО: Франция. (12+)</p> <p>10.50, 11.45, 12.35, 13.30, 14.20 Загадки Древнего Египта. (12+)</p> <p>15.15 Мифы и чудовища: Герои и злодеи. (16+)</p> <p>16.10 Мифы и чудовища: Неведомая глушь. (16+)</p> <p>17.00 Суд над Марией-Антуанеттой. (16+)</p> <p>18.55 Рождение роскоши. (12+)</p> <p>20.00 Статья Шанель. (16+)</p> <p>21.00 Франция между двумя войнами: 1919-1929: великая иллюзия. (16+)</p> <p>21.55 Франция между двумя войнами: 1929-1939: гонка к пропасти. (16+)</p> <p>22.55 История без прикрас: Операция «Оверлорд»: масштабная победа? (12+)</p> <p>23.55 История без прикрас: Британская империя: модель деколонизации? (12+)</p> <p>00.55 История без прикрас: Швейцария и Вторая мировая: пример нейтралитета? (12+)</p> <p>01.50, 02.35 Исторические убийства. (16+)</p> <p>03.25, 04.20 История без прикрас. (12+)</p> <p>05.05 Замок Самбор, Хорватия. (12+)</p> <p>05.35 Замок Баадаран, Ливан. (12+)</p>	<p>06.00, 16.40, 03.20 Чаплин против ФБР. (12+)</p> <p>06.55, 17.40, 04.15 Семнадцать мгновений Ефима Копеляна. (12+)</p> <p>07.45, 18.35, 05.05 Эпоха гигантов. Титанобоа и белуджигитерия, зависевшие от окружающей среды. (12+)</p> <p>08.45, 19.30 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. (12+)</p> <p>09.35, 20.20 Призрак из каменного века. (12+) Летом 2003 года на Европу обрушилась аномальная жара. В это время ледники Швейцарии предподнесли миру загадочный предмет: фрагмент колчана эпохи неолита.</p> <p>10.35, 21.20 Игры разведок. Немусыкульная история. (12+)</p> <p>11.25, 22.10 Битва на Сомме. (12+)</p> <p>12.25, 23.10 Михаил Горбачёв. Сегодня и тогда. (12+)</p> <p>13.50, 00.45 Бездна. Человечество под водой. (12+)</p> <p>14.45, 01.35 Бездна. Подводные машины. (12+)</p> <p>15.40, 02.25 Севастополь. Крым. Россия. Крымская война. Оптимистическая трагедия. (12+)</p> <p>15.55, 02.40 Севастополь. Крым. Россия. Севастополь и русская революция. (12+)</p> <p>16.10, 02.50 Полководцы России. Александр Невский. (12+)</p>		

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



РОССИЯ К  
Культура



10.15 «Мы - грамотеи!»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 Мультфильмы
- 08.25 «ОШИБКА ИНЖЕНЕРА КОЧИНА»
- 10.15 «Мы - грамотеи!»
- 10.55 «Передвижники»
- 11.25 «МЕТЕЛЬ»
- 12.45 «Эрмитаж»
- 13.15 Черные дыры. Белые пятна
- 13.55 00.50 «Заповедное. Путь зубра»
- 14.40 «Рассказы из русской истории»
- 15.30 «Мой личный план преобразования планеты»
- 16.30 «КАИН XVIII»
- 18.05 «Предки наших предков»
- 18.45 «Вокзал для двоих». Отвали! Он для меня играет!»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ»
- 22.00 «Агора»
- 23.05 «МАСКАРАД»
- 01.30 «Искатели»

ТВЦ



06.30 «Православная энциклопедия». (6+)

- 06.30 «Православная энциклопедия». (6+)
- 06.55 «МЫШЕЛОВКА». (16+)
- 09.00 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.35 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 10.05 Мифы о еде. (16+)
- 10.55 «Просто & вкусно». (6+)
- 11.30 14.30 23.35 События
- 11.45 «Смешите меня семейно». (16+)
- 12.35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
- 13.05 14.45 «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА». (12+)
- 17.10 «ОТЕЛЬ ПОСЛЕДНЕЙ НАДЕЖДЫ». (12+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
- 22.15 «Право знать!» (16+)
- 23.45 «Русские тайны. Лаборатории смерти». (16+)
- 00.30 «90-е. Авантюристки». (16+)
- 01.15 Специальный репортаж. (16+)
- 01.40 «Хватит слухов!» (16+)

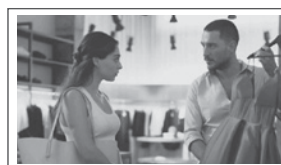
ТВ-3



08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 10.30 «СМЕРТЕЛЬНАЯ ТРОПА». (16+)
- 12.30 «ЗАМЕРЗШИЕ». (16+)
- 14.15 «ТЕПЛОЙ УДАР». (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 «ТЕПЛОЙ УДАР». (16+)
- 16.30 «ДЫШИ ВО МГЛЕ». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «ДЫШИ ВО МГЛЕ». (16+)
- 18.30 «МОЯ ДЕВУШКА - МОНСТР». (16+)
- 20.45 «КТО Я». (16+)
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.10 «НЕ ВХОДИ». (18+)
- 01.15 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)

ДОМАШНИЙ



19.00 «СПРЯЧЬ МЕНЯ». (16+)

- 06.30 «В ТИХОМ ОМУТЕ...» (16+)
- Идеальная семейная жизнь Маши и Дмитрия неожиданно подвергается переменам. Маша заставит своего мужа с любовницей. Она переживает предательство внутри, стараясь не демонстрировать проблемы окружающим.
- 10.25 «ЧУЖАЯ ОШИБКА». (16+)
- 14.40 «У ТЕБЯ ЕСТЬ Я». (16+)
- Цель Оли - вырваться из маленького городка и не повторить судьбу своей матери-одиночки Веры. Но беременность перечеркнула все её планы.
- 19.00 «СПРЯЧЬ МЕНЯ». (16+)
- 22.45 «МЕЖДУ СВЕТОМ И ТЕНЬЮ». (16+)
- 02.25 «СЛУЧАЙНАЯ НЕВЕСТА». (16+)
- 05.25 «Брачные аферисты». (16+)
- 06.15 «ТОНКАЯ РАБОТА». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 09.00 Страна советов. (16+)
- 09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
- 10.25 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- 15.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
- 19.25 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6». (16+)
- 20.20 «ЗАКОН ТАЙГИ». (16+)
- 00.00 Известия. Главное. (16+)
- 01.05 Светская хроника. (16+)
- 02.10 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 07.05 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». (12+)
- 09.15 «Второе мнение». (12+)
- 09.45 «Легенды музыки». (12+)
- 10.15 «Легенды кино». (12+)
- 11.55 «Не факт!» (12+)
- 12.30 «Любовь на линии огня». (16+)
- 16.20 «ПЕТРОВКА, 38». (12+)
- 18.20 19.25 «ОГАРЕВА, 6». (12+)
- 20.40 «22 МИНУТЫ». (16+)
- 22.25 «ЧАСОВЩИК». (16+)
- 00.25 «ТИХОЕ СЛЕДСТВИЕ». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Ми-ми мишки». (0+)
- 11.00 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)
- 12.00 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 12.30 «Точка.ру». (12+)
- 13.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 13.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.30 «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ». (12+)
- 15.30 «Фолиант». (12+)
- 15.45 «Просто жизнь». (12+)
- 16.15 «СЕРЕЖКА КАЗАНОВЫ». (12+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Современники». (12+)
- 20.15 «Документальное кино». (12+)
- 20.45 «Понятная политика». (12+)
- 21.00 «Я ПОМНЮ». (12+)
- Романтика, путешествия, мелодрама. Китай, 2020 г.
- 22.45 «Марафон». (12+)
- 23.45 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Буря» - «Молот» Пермь. (12+)
- 01.30 «Малая сцена». (12+)
- 03.00 «ТЕНЬ». (16+)

СПОРТ

- 06.00 Бокс. (16+)
- 08.00 13.20 15.25 Новости
- 08.05 21.30 01.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.30 Лыжные гонки. ФосАгро. Чемпионат России. Скиатлон. Женщины. Прямая трансляция из Казани
- 11.10 Лыжная страна
- 11.50 Лыжные гонки. ФосАгро. Чемпионат России. Скиатлон. Мужчины. Прямая трансляция из Казани
- 13.25 Баскетбол. ЦСКА - УНИКС (Казань). Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
- 15.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - ЦСКА. МИР Российской Премьер-Лиги. Прямая трансляция
- 19.15 Футбол. «Краснодар» - «Крылья Советов» МИР Российской Премьер-Лиги. Прямая трансляция
- 22.50 Футбол. «Атлетико» - «Атлетик». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 01.55 Смешанные единоборства. (16+)
- 06.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 07.50 Новости
- 07.55 20.35 04.30 Спецрепортаж. (12+)
- 08.10 Страна смотрит спорт. (12+)
- 08.35 02.50 Небесная гонимая. (6+)
- 08.55 Лёгкая атлетика. Чемпионат России в закрытых помещениях. Прямая трансляция
- 18.55 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 20.55 «Сюрприс». (12+)
- 21.20 Лыжные гонки. Чемпионат России. (6+)
- 23.00 Народное диско. (12+)
- 23.35 Лыжные гонки. Чемпионат России. (6+)
- 01.00 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 03.05 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 04.45 Лица Страны. (12+)
- 05.00 «Что за спорт?» (12+)
- 05.30 Страна смотрит спорт. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.35 «ПРИЗРАК». (16+)
- 09.15 «ТЁМНЫЕ ВОДЫ». (16+)
- 11.45, 12.45, 13.45, 14.45, 15.45 «КЛОН». (16+, 18+)
- 16.45 «ЛЕТО 84». (16+)
- 19.00 «КИН». (16+)
- Фантастический боевик, США, 2018 г.
- 21.00 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- Фантастический триллер, Канада, Испания, 2016 г.
- 22.45 «МОЯ ДЕВУШКА - МОНСТР». (16+)
- Фантастический боевик, Канада, Испания, 2016 г.
- 00.55 «ОТПЕТЫЕ НАПАРНИКИ». (18+)
- 02.35 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ». (16+)
- 04.25 «Кролецып и Хомяк Тьмы». Мультфильм. (12+)
- 05.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.45 «Отели у овечек». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «Смешарики». Мультсериал. (16+)
- 10.00, 10.55, 12.00, 13.00 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 14.00 «МАТИЛЬДА». (18+)
- 16.05 «СИБИРСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (16+)
- 19.30 «КЕНТАВР». (16+)
- Криминальный триллер, Россия, 2023 г.
- 21.25 «БЫК». (16+)
- Криминальная драма, Россия, 2019 г.
- 23.20 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- Военный боевик, Россия, 2020 г.
- 01.10 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
- 03.20 «РУБЕЖ». (16+)
- 04.00 «Три кота». (6+)
- 04.35 «Волки и овцы: б-е-е-е-зумное превращение». (6+)
- 05.55 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 07.15 «Конь Олий и большие скачки». (6+)
- 08.40 «Три богатыря и Пуп Земли». (6+)
- 10.15 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (12+)
- 12.05 «БАТЯ». (16+)
- 13.30 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
- 15.20 «МЕТРО». (16+)
- 17.40 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 20.00 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». (16+)
- 22.00 «ЛАРГО ВИНЧ 2: ЗАГОВОР В БИРМЕ». (16+)
- 00.05 «ГЛУХАЯ, АМЕРИКА». (16+)
- 01.40 «НА МОРЕ!» (16+)
- 03.15 «ГЛУХАРЬ В КИНО» (16+)
- 05.00, 11.40, 15.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины. Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультсериалы. (0+)
- 11.20 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 14.30 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 16.30 «Фиксики», «Оранжевая корова». Мультсериалы. (0+)
- 21.00 Богиня свиданий. (16+)
- 22.10 Богиня сыска. (16+)
- 23.30, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 01.30 Света вокруг света. (16+)
- 02.40, 03.00 «КАК НАЗВАТЬ ЭТУ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 03.20, 04.00 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.45 Мультсериал. (0+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.25 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- Костров понимает, что отец был прав. Отец Кисляка неожиданно получает ценное свидетельство, и дело принимает новый оборот. Настя приходит извиниться перед группой поддержки. А у Бондаря начинаются серьезные проблемы со здоровьем.
- 23.00 Сердца за любовь. (16+)
- 03.00 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
- Стас и Наташа, пообещавшие найти помощь, разбирают машину. Остальные идут под землей к Радомскому...

МУЗЫКА

- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
- 06.50 Плейлист. Весна. (16+)
- 07.40 Звезды о звездах. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. Весна. (16+)
- 11.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Top-30. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. (16+)
- 16.00 Унесённые временем. (16+)
- 17.00 Битва поколений. (16+)
- 18.30 Праздник для всех влюбленных. (16+)
- 21.30 Народное диско. (16+)
- 22.30 Dance chart. (16+)
- 23.25 Танцпол. (16+)
- 01.00 Наше. (16+)
- 02.00 Караоке хит. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 В поисках святителя. (0+)
- 06.05 Матушка Зосима. (0+)
- 07.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.50 Простые чудеса. (12+)
- 09.50 Дорога. (0+)
- Документальный проект телеканала «СПАС» о возрождении разрушенных православных святынь.
- 10.55 Святыни России. (6+)
- 12.00 Глобус православия. (12+)
- 12.55, 13.25, 13.50, 14.15 Монастырская кухня. (0+)
- 14.45 В поисках Бога. (12+)
- 15.15 Профессор Осипов. (0+)
- 15.50, 17.35 «ПЛАМЯ». 1-2 серии. (12+)
- СССР, 1974 г. В ролях: Юрий Каюров, Леонид Неведомский, Михаил Глузский.
- 19.10 «ПОСЛЕДНИЙ ХЛЕБ». (0+)
- СССР, 1963 г.
- 21.00 Простые чудеса. (12+)
- 22.00 Русский мир. (12+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.15 Спас-стрим. (16+)
- 01.40 День Ангела: Патриархи Московские Иов и Гермоген. (0+)
- 02.10 В поисках Бога. (12+)
- 02.40 Профессор Осипов. (0+)
- 03.10 Русский мир. (12+)
- 04.10 Простые чудеса. (12+)

Православный календарь

1 марта  
Седмица сырная (Масленица), сплошная.  
Глас 2. Мчч. Памфила пресвитера, Валента диакона, Павла, Порфирия, Селевкия, Феодула, Иулиана, Самуила, Или, Даниила, Иеремии, Исаии.



Всех преподобных отцов, в подвиге просиявших. Свт. Макария, митр. Московского и Коломенского. Собор святых Новосибирской митрополии.

Мчч. Персидских в Мартирополе. Прп. Маруфа, еп. Месопотамского. Сщмч. Петра пресвитера.  
Поста нет. Из трапезы исключается мясо.  
«Ко чтению себя принуждайте, которое мрак души прогонит». Прп. Антоний Оптинский (Путилов)

ПЕРВЫЙ



19.00 «Три аккорда». Новый сезон. (16+)

- 06.00 Новости  
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)  
06.55 «Часовой». (12+)  
07.25 «Здоровье». (16+)  
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)  
09.10 «Непутевые заметки». (12+)  
09.30 «Мечталлион». (12+)  
10.00 Новости (с субтитрами)  
10.15 «Жизнь других». (12+)  
11.10 «Играем свадьбу!». (12+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 «УЧАСТОК». (12+)  
16.40 Спецпроект. «30 лет вместе». «Русский проект». (12+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
19.00 «Три аккорда». Новый сезон. (16+)  
21.00 «Время»  
23.00 «ТЕРРИТОРИЯ». (18+)  
00.00 Подкаст Лаб. (16+)

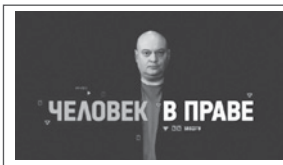
РОССИЯ 1



10.10 Сто к одному

- 05.30 «ПУТЬ К СЕРДЦУ МУЖЧИНЫ». (12+)  
07.20 «В кругу друзей»  
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  
11.55 «Наши. Военкоры». (12+)  
12.25 «Так называемая Украина». (16+)  
14.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
15.00 «Аншлаг и Компания». (16+)  
17.00 Вести  
17.50 «Песни от всей души». (12+)  
20.00 Вести недели  
22.30 Москва. Кремль. Путин  
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
01.35 «ПУТЬ К СЕРДЦУ МУЖЧИНЫ». (12+)

НТВ



16.20 Человек в праве. (16+)

- 05.00 «БОБРЫ». (16+)  
06.50 «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+)  
14.00 «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». (12+)  
00.00 «Звезды сошлись». (16+)  
01.30 «Основано на реальных событиях». (16+)  
04.20 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

СТС



06.00 Ералаш. (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
07.15 «Рыбка Поньо на утёсе». (16+)  
09.10 «Принцесса Мононоке». (16+)  
12.00 «ТАКСИ». (16+)  
13.45 «ТАКСИ-2». (16+)  
15.35 «ТАКСИ-3». (16+)  
17.10 «ТАКСИ-4». (16+)  
19.00 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)  
21.00 «ДЖОН УИК-4». (16+)  
Скрываясь в катакомбах вместе с королём Бауэри, Джон Уик планирует отомстить Правлению Кланов. А члены Правления ищут киллера, способного наконец-то ликвидировать Джона.  
00.25 «ДРАЙВ». (18+)  
02.15 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)  
03.30 Впервые на СТС. «Простоквашино». (0+)  
04.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
05.25 Впервые на СТС. «Нюка, догони!». (6+)  
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ



23.00 «Шоу Воли». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)  
09.20 «Битва экстрасенсов». (16+)  
15.55 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)  
18.30 «Выжить в Самарканде. Игра сезонов». (16+)  
Лучшие участники «Выжить в Дубае» и «Выжить в Самарканде» снова вступают в игру! Звёздная и народная команды пойдут на всё ради победы, но в финале останется только один.  
21.00 «Титаны». (16+)  
Сверхлюди на арене! В этом шоу участвуют лучшие спортсмены - чемпионы, каскадёры, бойцы и профессиональные атлеты.  
23.00 «Шоу Воли». (16+)  
00.00 «Конфетка». (16+)  
02.15 «Женский стендап». (16+)  
03.05 «Однажды в России». (16+)  
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)

- 05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрым утром!». (16+)  
08.30 12.30 «Новости». (16+)  
09.00 «Самая народная программа». (16+)  
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)  
10.30 «Наука и техника». (16+)  
11.30 «Легенды и мифы». (16+)  
13.00 «Неизвестная история». (16+)  
14.00 «Купи-продай». (16+)  
15.00 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (16+)  
16.50 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (16+)  
18.45 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)  
21.05 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-4». (16+)  
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)  
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.50 06.20 06.30 «Мультфильмы». (0+)  
06.00 «Карлсон вернулся». (16+)  
06.40 «Возвращение блудного попугая-2». (0+)  
06.50 «Возвращение блудного попугая-3». (16+)  
07.00 Руссо-эспрессо. (16+)  
08.00 Запретный Китай. (16+)  
09.00 Прекрасное далёко. (16+)  
11.00 Погнали! (16+)  
23.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)  
01.50 «ПРОЩАЙ, БАФАНА». (18+)  
03.40 Пятница News. (16+)

Ю

- 05.25 «Маша и Медведь». (0+)  
12.20 «Мама в 16». (16+)  
10.00 «Беременная по обману». (16+)  
13.30 «Жизнь после шоу». (16+)  
14.45 «Мама в 16». (16+)  
18.00 «Ждули». (16+)  
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)  
00.05 «Измены». (16+)  
Вы увидите невероятные, но вместе с тем реальные истории людей, столкнувшихся с обманом. Чтобы вывести изменщиков на чистую воду, ведущие проекта уже расставили скрытые камеры и приготовили соблазнительные приманки.  
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 Утилизатор. (12+)  
06.10 Утилизатор. (16+)  
07.00 Улётное видео. (16+)  
11.30 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)  
20.10 «+100500». (16+)  
23.00 «+100500». (18+)  
00.30 «ШАЛЬНАЯ ПУЛЯ». (16+)  
Пытаясь ограбить магазин, Лино пробил четыре бетонные стены на тюнингированной малолитражке. Но ремеш безопасности заклинило, его задержали и посадили в тюрьму.  
02.10 Большой кэш. (16+)  
03.45 «СОЛДАТЫ-13». (16+)

МИР

- 05.00 Мультфильмы. (6+)  
06.25 «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ». (16+)  
08.20 Диктор делает. (16+)  
09.30 Фазендалайф. (6+)  
10.00, 16.00 Новости  
10.15 «ВСАДНИК БЕЗ ГОЛОВЫ». (16+)  
12.20 «ПОЙ, КОВБОЙ, ПОЙ!» (16+)  
Комедия, вестерн, ГДР, 1981 г.  
14.05 «ЧИНГАЧГУК - БОЛЬШОЙ ЗМЕЙ». (16+)  
16.20 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (16+)  
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)  
19.30 «СЫНОВЬЯ БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЫ». (16+)  
21.25 «ТЕКУМЗЕ». (16+)  
23.15 «МОЛОДОЙ ВОЛКОДАВ». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)  
09.00 16.00 «Календарь». (6+)  
09.30 Все по-взрослому  
11.25 12.05 «ДЕВУШКИ ИЗ РОШОРА». (12+)  
15.05 «Моя история». (16+)  
17.00 «День вместе». (12+)  
17.30 «Неделя». (12+)  
18.00 «Территория успеха». (12+)  
20.15 «ОБЪЯСНЕНИЕ В ЛЮБВИ». (12+)  
22.30 «ЧЕТЫРЕСТА УДАРОВ». (16+)  
00.10 «Город кошек». (12+)  
01.25 «КАК МЕНЯ ЗОВУТ». (16+)  
02.50 «ВЕЧЕРИНКА». (18+)

ПОБЕДА

- 04.45 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)  
05.55 «ЛЁТЧИК». (16+)  
07.35 «ТАНКИ». (16+)  
09.10 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАБ-БАТ». (16+)  
20.10 «ГРОЗОВЫЕ ВОРОТА». (16+)  
Рота лейтенанта Александра Доронинова, в которой служат молодые солдаты Константин Ветров и Александр Горшков, командирована на Северный Кавказ. Командир полка поручает Доронинову оборону перевала «Грозовые ворота» - командованием нужно выявить в районе наличие бандформирований...  
00.00 «СМЕРШ». (16+)  
02.15 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)

## ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Смеш! Юные супергерои». «Лунтик». (0+)  
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)  
07.35 «Чик-зарядка». (0+)  
07.45 «Барбоскины». (0+)  
10.05 «Еда как в сказке». (0+)  
10.25 «Геройчики». (0+)  
12.00 «Студия красоты». (0+)  
12.15 «Чик-Чикино». (0+)  
14.00 «У меня лапки». (0+)  
14.30 «Сказочный патруль». (0+)  
16.00 «Сказочный патруль. Шоу продолжается». (6+)  
17.05 «Маша и Медведь». (0+)  
19.05 «Оранжевая корова». (0+)  
Музыкальный мультсериал про семью дружных оранжевых коров.  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Буба». (6+)  
22.30 «Метазелль». (6+)  
22.35 «Дикие скричеры!» (6+)  
23.05 «Метал Кард Бот». (6+)  
Давным-давно существовала уникальная планета, на которой обитала раса разумных машин. Однажды эта планета внезапно взорвалась, и её жители вынуждены были переселиться на Землю. Чтобы не привлекать к себе внимания, на Земле Кард Боты всегда маскировались под обычные транспортные средства.  
23.20 «Ералаш». (6+)  
00.55 «44 котёнка». (0+)  
02.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)  
03.40 «Кругляши». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Барбоскины». (0+)  
Барбоскины - это многодетное семейство собак, которые живут совсем как обычные люди. Папа погружен в работу и карьеру, не расстается с телефоном и ноутбуком, мама, конечно, занимается домом и воспитанием детей, но презирает «кухонное рабство» и мечтает стать актрисой, а пятеро разновозрастных детей доставляют родителям и себе поводы для волнения и радостей. Дружок - хороший игрок и фанат футбола, Роза - классическая красотка с шерстью цвета «блонд», Гена - застенчивый ботаник, мечтающий о Нобелевской премии, Лиза - зануда-сладкоежка, а Малыш - всеобщий любимец, потому что самый маленький.  
11.00 «Монсики». (0+)  
Знакомьтесь, удивительные, обаятельные и неугомонные друзья-монсики - Рей, Лола, Блюм и Саня. Они живут на сказочном острове посреди океана в окружении других Островов Настроения. Стоит монсикам потерять контроль над своими эмоциями, как волшебный телепорт высылает их в отдаленное место, которое не всегда бывает приятным.  
12.00 «Барбоскины». (0+)  
16.00 «Барбоскины». (0+)  
20.00 «Барбоскины». (0+)  
00.00 «Барбоскины». (0+)  
04.00 «Барбоскины». (0+)

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Римские инженеры. (12+)  
00.50 Историограф. (12+)  
01.35 Два дела Феликса Дзержинского. (12+)  
02.20 Книжные аллеи. (12+)  
02.50, 07.40 Без срока давности. (16+)  
03.45 Петергоф - жемчужина России. (6+)  
04.15 Семь дней истории. (12+)  
04.20 По ту сторону Атлантики. (12+)  
04.50 Освобождение Европы. (12+)  
05.35 Секреты истории. (16+)  
08.30 Историада: Причины Февральской революции 1917 года в России. (12+)  
09.30, 13.25 Народный фронт Победы. (12+)  
10.00, 13.55 Всемирной наследие. Россия. (12+)  
10.50, 14.45 Морская пехота. (12+)  
11.35 Герасимовы. (12+)  
12.30, 16.00, 16.30, 20.00 Русская история. (12+)  
15.30 Пётр Рычков. Пещера для Колумба. (12+)  
17.15 На пути к Великой Победе: Освобождение Донбасса. (12+)  
17.45, 18.50 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЦИ». (16+)  
21.05 Легенды науки: Георгий Аркадьевич Арбатов. (12+)  
21.40 Музейный феникс: Музей-заповедник «Петергоф». (12+)  
22.15 Россия глазами иностранцев: Казань. (12+)  
23.05 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)  
23.20 Николай Некрасов. Тайна парадного портрета. (12+)

HISTORY

- 06.00 Мармашенский монастырь, Армения. (12+)  
06.25, 07.20 Чудеса ЮНЕСКО. (12+)  
08.20 Забытый император Китая. (16+)  
09.20 В поисках истины: Бермудский треугольник. (16+)  
10.15 Чудеса ЮНЕСКО: Португалия. (12+)  
11.15, 12.05, 13.00, 13.55, 14.45 Загадки Древнего Египта. (12+)  
15.40, 16.30, 17.20 Мифы и чудовища. (16+)  
18.15, 19.05 Поезда, которые изменили мир. (16+)  
20.00 Освободители: Конец Великой Румынии. (16+)  
20.45 Освободители: Гетто. От первого до последнего. (16+)  
21.35 Освободители: Польша. В сердце вине ада. (16+)  
22.20 История без прикрас: Оккупированная Европа. (12+)  
23.20 История без прикрас: Нацизм. (12+)  
00.20 История без прикрас: Кредитный кризис. (12+)  
01.20, 02.05 Исторические убийства. (16+)  
02.55 История без прикрас: Вьетнам. (12+)  
03.45 Камбоджа, Пол Пот и красные кхмеры. (16+)  
04.30, 05.00 Охрид и окрестности, Северная Македония. (12+)  
05.25 Каппадокия, Турция. (12+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 16.45, 03.20 Призрак из каменного века. (12+)  
06.55, 17.40, 04.15 Игры разведок. Немусыкальная история. (12+)  
07.45, 18.35, 05.05 Битва на Сомме. (12+)  
08.45, 19.35 Михаил Горбачёв. Сегодня и тогда. (12+)  
Гласность, ускорение, перестройка, распад СССР - все это прочно связано с именем одного человека. Михаил Горбачев, первый и последний президент СССР.  
10.10, 21.05 Бездна. Человек под водой. (12+)  
11.05, 21.55 Бездна. Подводные машины. (12+)  
12.00, 22.50 Севастополь. Крым. Россия. Крымская война. Оптимистическая трагедия. (12+)  
12.10, 23.05 Севастополь. Крым. Россия. Севастополь и русская революция. (12+)  
12.30, 23.20 Полководцы России. Александр Невский. (12+)  
13.00, 23.50 Чаплин против ФБР. (12+)  
14.00, 00.50 Семнадцать мгновений Ефима Копелана. (12+)  
14.50, 01.40 Эпоха гигантов. Титанооба и блуджители, зависевшие от окружающей среды. (12+)  
15.50, 02.35 Валентина Терешкова. Чайка и Ястреб. (12+)

РОССИЯ К  
Культура



08.50 Диалоги  
о животных

- 06.30 «Три толстяка»
- 07.15** «КОГДА СТАНОВЯТСЯ ВЗРОСЛЫМИ»
- 08.20 Тайны старого чердака
- 08.50 01.15 Диалоги о животных
- 09.30 «Вокзал для двоих». Отвали! Он для меня играет!»
- 10.10** «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ»
- 12.25 Дом ученых
- 12.55 «Невский ковчег»
- 13.20** «МАРС»
- 14.15 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 15.00** «ЯЗЫЧЕСКАЯ МАДОННА»
- 16.30 «Картина мира»
- 17.10 «Расскрещенная история»
- 17.40 «Романтика ромansa»
- 18.35 Линия жизни
- 19.30 Новости культуры
- 20.25** «БАБЬЕ ЦАРСТВО»
- 22.00 Спектакль «Таня»
- 23.30** «КОМИССАР ПЕПЕ»
- 01.55 «Искатели»

ТВЦ ТВ-3



11.30  
События

- 06.25 «Смех средь бела дня». Юмористический концерт. (12+)
- 07.35** «ЕСЛИ ОН МЕНЯ УЗНАЕТ». (16+)
- 09.25** «ПЕТРОВИЧ». (16+)
- 11.30 События
- 11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.35** «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Дорогие товарищи. Смертельный матч». (16+)
- 15.50 «Настоящий детектив». (16+)
- 16.40 «90-е. Тур для дур». (16+)
- 17.30** «ДВОЙНАЯ СПИРАЛЬ». (16+)
- 21.45** «ОБРАТНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)
- 00.25** СОБЫТИЯ
- 00.40** «ОБРАТНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)
- 01.25 «Петровка, 38». (16+)
- 01.35** «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА». (12+)

3 ТВ-3



08.00 Новый день.  
(16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.00 Новый день. (16+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 12.30 «Королевские каникулы». (6+)
- 14.15** «ТЕМНЫЙ МИР». (16+)
- 16.30** «ТЕМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10** «ТЕМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (16+)
- 18.45** «БУДЬТЕ СЧАСТЛИВЫ!». (16+)
- 23.00 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 00.00** «ОБРУШЕНИЕ». (18+)
- Неожиданная стихия переворачивает жизни людей современной корейской многоэтажки. Из-за сильнейших ливневых конструкций не выдерживает и здание проваливается в огромную воронку.
- 02.00** «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ». (16+)

ДОМАШНИЙ



10.00 Пять ужинов.  
(16+)

- 06.30** «ТОНКАЯ РАБОТА». (16+)
- 10.00 Пять ужинов. (16+)
- 10.15** «КУРЬЕРЫ ДОБРА». (16+)
- Самый счастливый день в жизни Ольги, когда появилась на свет её дочь, обернулся кошмаром - врачи сообщают новость о том, что ребёнок родился инвалидом, и советуют отказаться от девочки. Самое болезненное, что муж Влад согласен с ними.
- 14.40** «МОЛОДАЯ». (16+)
- 19.00** «СПРЯЧЬ МЕНЯ». (16+)
- 22.45** «ПО ТУ СТОРОНУ СОЛНЦА». (16+)
- 02.25** «ПЯТЬ ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)
- Архитектор Лиза просыпается утром в больнице и узнаёт, что сейчас 2018 год. Последнее, что она помнит - себя, 35-летнюю неудачницу, в далёком 2013-м.
- 05.35** «6 кадров». (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 05.05** «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- 07.20** «КОНТУЖЕННЫЙ-2». (16+)
- 09.00 Фирменный рецепт с Емельяненко. (12+)
- 09.30** «КОНТУЖЕННЫЙ-2». (16+)
- 15.00** «ИЗГОЙ: ОТЦЫ». (16+)
- 18.35** «ДОЛЖНИК». (16+)
- 22.15** «БЕЗ ПРИКРЫТИЯ». (16+)
- 01.45** «ЗАКОН ТАЙГИ». (16+)
- 04.30** «Кошкин дом». (0+)

★ ЗВЕЗДА

- 05.25** «ПЕТРОВКА, 38». (12+)
- 07.05** «ОГАРЕВА, 6». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 12.20 «Война миров». (16+)
- 13.10 «Код доступа». (12+)
- 14.00 «Улика из прошлого». (16+)
- 15.40 «Секретные материалы». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.55** «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
- 02.30** «В НАЧАЛЕ СЛАВНЫХ ДЕЛ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 11.00 «Здоровая среда». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Понятная политика». (12+)
- 14.15** «Я ПОМНЮ». (12+)
- 16.00 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 16.30 «Просто жизнь». (12+)
- 17.00 «Точка.ру». (12+)
- 17.30 «Спортивная семья». (12+)
- 17.45** «СЕРЕЖКА КАЗАНОВЫ». (12+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Современники». (12+)
- 20.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 21.00** «ТЕНЬ». (16+)
- 23.00 «Такие разные». (12+)
- 00.00 Чемпионат Высшей хоккейной лиги. «Бурани» - «Ижсталь» Ижевск. (12+)
- 01.45 «Точка.ру». (12+)
- 02.15 «От 7 до 17». (12+)
- 02.45 «Актуальное интервью». (12+)
- 03.00** «ТЕНЬ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** МАТЧ! ТВ
- МАТЧ! СТРАНА** МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 География спорта. (12+)
- 06.30** «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 07.00 10.00 15.20 Новости
- 07.05** 15.25 18.45 00.45 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.05** М/с «Команда МАТЧ». (0+)
- 10.30 Лыжные гонки. Чемпионат России. Прямая трансляция
- 12.10 Лыжная страна
- 12.45 Лёгкая атлетика. ПСБ Чемпионат России. Прямая трансляция из Москвы
- 16.00 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Оренбург». МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 19.15 Футбол. «Ростов» - «Динамо» (Москва). МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 21.30 «После футбола» с Георгием Черданцевым
- 22.35 Футбол. Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 01.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Женщины. (6+)
- 06.00 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.25** 11.30 05.05 Автоспорт. Чемпионат России по ралли. (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55** 03.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 09.45** 12.00 12.40 16.35 18.55 22.05 02.25 04.50 Спецрепортаж. (12+)
- 10.05 01.00 Гандбол. Газпром Лига. 1/4 финала. (6+)
- 12.15 02.40 «Сурпяк». (12+)
- 13.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 14.55 Гандбол. Газпром Лига. 1/4 финала. Прямая трансляция
- 16.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 19.15 00.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 19.45 Лыжные гонки. Чемпионат России. (6+)
- 21.30 Лыжная страна. (12+)
- 22.20 Лёгкая атлетика. Чемпионат России. (6+)
- 05.30 География спорта. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ** МУЗ-ТВ
- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.30 У-Дачный чарт. (16+)
- 08.30 Тееп чарт. (16+)
- 08.55 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 Короли Чартов. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Хиты по-русски. (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 17.00 Успешные времена. Главные звезды нулевых. (16+)
- 18.00 Лихие хиты. (16+)
- 19.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 21.00 Муз'итив. (16+)
- 22.00 Наше. (16+)
- 23.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 01.20 Лайкер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000** **VIJU TV1000**
- 06.00 «ЛЕТО 84». (16+)
- 08.05 «КИН». (16+)
- 10.05 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)
- 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.45 «КЛОН». (18+, 16+)
- 16.45 «МОЯ ДЕВУШКА - МОНСТР». (16+)
- 19.00 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
- 20.50 «ЗАЛОЖНИЦА 2». (16+)
- Боевик, Франция, 2012 г.
- 22.35 «ТЕМНЫЕ ТАЙНЫ». (16+)
- Детективный триллер, США, Великобритания, Франция, 2015 г.
- 00.35 «РАЙСКИЕ ХОЛМЫ». (16+)
- Фантастический триллер, США, Испания, 2018 г.
- 02.10 «ЛИЦА В ТОЛПЕ». (16+)
- 03.50 «ИДЕАЛЬНЫЙ ПОБЕГ». (18+)
- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.05 «Три кота». (6+)
- 08.35 «Отели у овечек». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 11.00, 12.05, 13.05 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
- 14.05 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
- 16.45 «НЕ ОДНА ДОМА». (12+)
- 18.20 «БЫВШИЙ В ПОМОЩЬ». (16+)
- 20.05 «С 8 МАРТА, МУЖЧИНЫ!». (12+)
- 22.05 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
- 00.00 «КЕНТАВР». (16+)
- 01.45 «БЫК». (16+)
- 03.15 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
- 04.50 «Василиса прекрасная». «Дед Мороз и лето». Мультфильмы. (6+)
- 06.05 «Сказка о царе Салтане». Мультфильм. (0+)
- 06.55 «МЭРИ ПОППИНС, ДО СВИДАНИЯ». (16+)
- 09.30 «НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ И. И. ОБЛОМОВА». (16+)
- 12.05 «ХИТРОВКА. ЗНАК ЧЕТЫРЁХ». (16+)
- 14.25 «ЗАПОМНИТЕ МЕНЯ ТАКОЙ». (16+)
- 16.55 «ГАРАЖ». (16+)
- 18.45 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (16+)
- 21.10 «ПРИЕЗЖАЯ». (16+)
- 23.00 «ИСТОРИЯ АСИ КЛЯЧИНОЙ, КОТОРАЯ ЛЮБИЛА, ДА НЕ ВЫШЛА ЗАМУЖ». (16+)
- 00.50 «СЛЕЗЫ КАПАЛИ». (16+)
- 02.10 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО**
- 08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (6+)
- 09.25 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)
- 10.50 «Иван Царевич и Серый Волк-4». (6+)
- 12.25 «Иван Царевич и Серый Волк-5». (6+)
- 13.55 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
- 15.15 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (6+)
- 16.30 «Илья Муромец и Соловей-разбойник». (6+)
- 18.00 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
- 19.20 «Три богатыря и Конь на троне». (6+)
- 21.00 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 22.55 «ДЕТКИ НАПРОКАТ». (16+)
- 00.35 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ-3». (16+)
- 02.10 «КОРОЛЕВ». (16+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.20 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- Оля устраивает Антипову сюрприз, и Антипов решает нарушить правила. Мама Бакина снова ревнует мужа, и тот пытается загладить свою вину.
- 22.55 Сердца за любовь. (16+)
- 03.00 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
- Прошло некоторое время с тех пор, как на Москву обрушилась страшная эпидемия, унесшая множество жизней. Несколько выживших, скрывающихся от бойцов «Вершин» и мураний, организовали свою закрытую базу на оцепленной территории.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС** **СПАС**
- 05.00 Евангелие в слух. (0+)
- 05.35 В поисках Бога. (12+)
- 06.05 Профессор Осипов. (0+)
- 06.35 Святые России. (6+)
- 07.40 Святые войны: Феодор Тирон. (6+)
- 08.10 Константин Ушинский. Отец русской школы. (0+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Паломница. (12+)
- 13.50 Святитель. (12+)
- 15.00 Русский мир. (12+)
- 16.05 «ДЕВОЧКА ИЩЕТ ОТЦА». (0+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.30 Щипков. (12+)
- 19.40 «РАСПИСАНИЕ НА ПОСЛЕЗАВТРА». (12+)
- 21.30 Парсуна. С Владимиром Легайдой. (6+)
- 22.30 День Патриарха. (0+)
- 22.40 «Бесогои». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.50 Спас-стрим. (16+)
- 01.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 02.35 Щипков. (12+)
- 02.45 Византия. Жизнь после смерти. Христос - человек или Бог? V век. 7 серия. (0+)
- 03.25 Парсуна. С Владимиром Легайдой. (6+)
- 04.15 Глобус православия. (12+)

Православный календарь

2 марта  
Неделя сыропустная.  
Воспоминание Адамова изгнания.  
Прощеное воскресенье. Глас 3.  
Вмч. Феодора Тирона.



Сщмч. Ергогена, патриарха Московского и всея Руси, чудотворца. Прав. Мариамны, сестры ап. Филиппа. Обретение мощей мч. Мины Калликелада. Прп. Феодора молчаливого, Печерского. Сщмчч. Михаила и Павла пресвитеров. Мц. Анны.

Заговенье на Великий пост.

«Прежде прития силы духовной не читай книг, чуждых православия, потому что они исполнены тьмы, и помрачают умы немощных».

Прп. Иоанн Лествичник

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.

Ночью выпал снег, и Петрович решил пройтись до работы пешком – очень он любил скрип свежего снега под ногами. Погода была приятной, легкий морозец чуть покусывал кожу, воздух ранним утром был свеж и прозрачен.

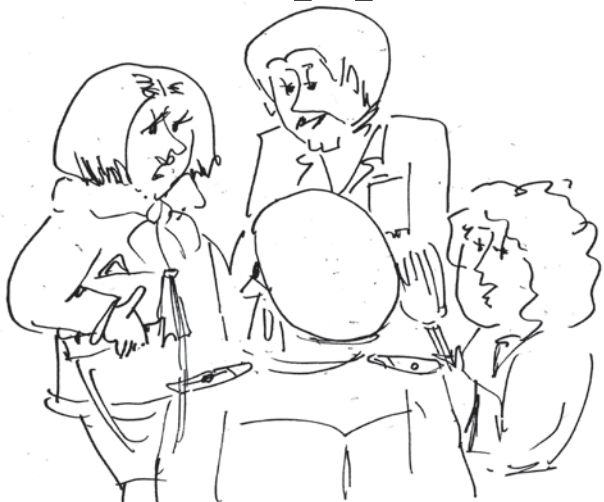
На половине пути майора перехватил местный участковый, его давний знакомец.

– Слушай, такое дело: мадам одна позвонила, говорит, у соседки дверь в квартиру открыта, а соседки нет. Волнуется очень мадам. Может, сходишь со мной? Тут два шага буквально.

– Ну, пойдем посмотрим на твою взволнованную мадам, – согласился Петрович.

У двери в подъезд их встретила бдительная гражданка. В руках она сжимала веник:

# Всё для лучшей подруги



– Ну слава богу, вы пришли. Я уже извелась вся! – голос ее дрожал.

– Что у вас произошло? – спросил Петрович.

У меня ничего, а вот у соседки моей дверь открыта входная. Она такая подозрительная, всегда на два замка закрывает, а тут дверь приоткрыта, и она не отвечает.

– Вы заходили в квартиру?

– Что вы, что вы! – гражданка замахала веником. – Я в дверной звонок позвонила раза три. Не ответила она. Я испугалась

и сразу к участковому. Он у нас отзывчивый такой, всегда на помощь приходит, если что.

Участковый смущенно кашлянул, а Петрович продолжил:

– Чего вы испугались?

– Ну, мало ли... – глаза женщины округлились от страха. – А вдруг она там того... неживая.

– Понятно. Давайте все-таки пройдем в квартиру, раз уж дверь открыта.

– Да-да, пойдёмте, я провожу.

Они поднялись на второй этаж. Петрович сразу увидел приоткрытую

дверь одной из квартир. Дверь была добротной, железной. Видимых повреждений на ней не было.

– Ваша соседка одна живет? – спросил майор.

– Одна, одна, – закивала его собеседница.

Петрович раскрыл дверь шире и зашел в квартиру, следом за ним – участковый. Квартира была пуста – хозяйки нигде не было. Беспорядка, который случается при визите криминальных личностей, майор не заметил – в квартире было довольно чисто. Все вещи находились там, где им положено: на тумбочке в прихожей лежали ключи от машины, там же на вешалке висели короткая норковая шубка и отделанная каким-то пушистым мехом куртка. На кухонном столе стояла ваза с фруктами: красными яблоками, зелеными мандаринами, желтыми бананами. В комнате порядок тоже не был нарушен, не считая распахнутой створки шкафа. Петрович направился было к

нему, но тут у входной двери раздался шум.

– Что вы тут делаете? – произнес на повышенных тонах женский голос.

Майор вышел в прихожую, где обнаружил еще одну гражданку – брюнетку в короткой дубленке и с небольшой сумочкой под мышкой. Выяснилось, что это была хозяйка квартиры. Услышав об открытой двери, она рванулась в комнату, откуда донесся ее вопль:

– Деньги украли! Здесь в шкафу сейф, он пуст!

– Много было денег? – поинтересовался Петрович.

– Много, – ответила брюнетка. – Это деньги моей подруги. Она уехала отдыхать, а перед отъездом поменяла все свои деньги на валюту и пере-

дала мне. Дома оставлять такие деньги она побоялась – у нее нет сейфа. А я для любимой подруги сделала все! Но мне тоже срочно понадобилось уехать на неделю. Я даже мысли не допускала, что меня могут ограбить!

Н е ограбить, а обокрасть, – поправил ее Петрович.

– Какая разница?! – отмахнулась брюнетка.

– Большая, – ответил Петрович. – Другая статья, другие сроки. Впрочем... Так говорите, вас неделю не было дома?

– Да! Я ездила по делам! В Сызрань. По срочным делам! Вот только, при вас, приехала, а тут... Что я теперь скажу подруге?..

– Скажете, куда вы дели ее деньги, – не моргнув глазом ответил Петрович.

**Виктория АНДРЕЕВА**



## Почему он не поверил брюнетке?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

**Ответ на загадку в № 7:** если бы охранника действительно выбросили из машины на пути в Подберезки, он лежал бы не на левой, а на правой обочине.

Рис. Ирины Светловой

## СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

**24 февраля** Восход: 7 ч. 16 м. Заход: 17 ч. 55 м. Долгота дня: 10 ч. 39 мин.

Убывающая Луна в знаке Козерога

**25 февраля** Восход: 7 ч. 14 м. Заход: 17 ч. 57 м. Долгота дня: 10 ч. 43 мин.

Убывающая Луна в знаке Водолея

**26 февраля** Восход: 7 ч. 12 м. Заход: 17 ч. 59 м. Долгота дня: 10 ч. 47 мин.

Убывающая Луна в знаке Водолея

**27 февраля** Восход: 7 ч. 10 м. Заход: 18 ч. 01 м. Долгота дня: 10 ч. 51 мин.

Убывающая Луна в знаке Рыб

**28 февраля** Восход: 7 ч. 08 м. Заход: 18 ч. 03 м. Долгота дня: 10 ч. 55 мин.

Новолуние, Луна в знаке Рыб

**1 марта** Восход: 7 ч. 06 м. Заход: 18 ч. 04 м. Долгота дня: 10 ч. 58 мин.

Растущая Луна в знаке Овна

**2 марта** Восход: 7 ч. 04 м. Заход: 18 ч. 06 м. Долгота дня: 11 ч. 02 мин.

Растущая Луна в знаке Овна

## НАШ КАЛЕНДАРЬ С 24 ФЕВРАЛЯ ПО 2 МАРТА

### ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

#### 24 ФЕВРАЛЯ

В 1466 году в Бельгии состоялась первая из известных лотерей. В 1902 году был запатентован дисковый тормоз. В 1938 году выпущена первая в мире зубная щетка с искусственным синтетическим волокном.

#### 25 ФЕВРАЛЯ

В 1721 году Пётр I учредил Синод. В 1836 году Сэмюэл Кольт получил первый патент на револьвер. В 1837 году Томас Дэвенпорт получил патент на электродвигатель постоянного тока.

#### 26 ФЕВРАЛЯ

В 1712 году был основан Тульский оружейный завод. В 1935 году Роберт Уотсон-Уатт провел первые испытания радара.

#### 27 ФЕВРАЛЯ

В 1932 году Джеймс Чедвик открыл элементарную частицу – нейтрон.

#### 28 ФЕВРАЛЯ

В 1732 году в Петербурге открылся первый Кадетский корпус. В 1913 году Нильс Бор предложил планетарную модель строения атома.

#### 1 МАРТА

В 1555 году Нострадамус опубликовал свою книгу предсказаний.

В 1869 году Д.И. Менделеев составил периодическую систему химических элементов.

В 1996 году был основан космодром «Свободный».

#### 2 МАРТА

В 1911 году в Москве состоялось первое выступление русского народного хора им. М.Е. Пятницкого.

### ИМЕНИННИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

**24 ФЕВРАЛЯ.** Всеволод, Димитрий.  
**25 ФЕВРАЛЯ.** Алексей, Антоний, Евгений, Мария.  
**26 ФЕВРАЛЯ.** Василий, Вера, Владимир, Зоя, Ирина.  
**27 ФЕВРАЛЯ.** Борис, Григорий, Кирилл, Павел.  
**28 ФЕВРАЛЯ.** Иоанн, Николай, Павел, София.  
**1 МАРТА.** Анна, Илия, Макарий, Пётр, Филипп.  
**2 МАРТА.** Лев, Михаил, Феодор.

### ПРАЗДНИКИ

#### НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

**24 ФЕВРАЛЯ** ■ Начало Масленной недели  
**25 ФЕВРАЛЯ** ■ Международный день кохлеарного импланта  
**26 ФЕВРАЛЯ** ■ День стекломойщиков  
**27 ФЕВРАЛЯ** ■ Всемирный день неторопливости  
**28 ФЕВРАЛЯ** ■ Международный день оптимиста  
**1 МАРТА** ■ День специальных операций в России  
**2 МАРТА** ■ Всемирный день комплимента  
**1 МАРТА** ■ Всемирный день комплимента  
**2 МАРТА** ■ День экспертно-криминалистической службы системы МВД России  
**2 МАРТА** ■ Международный день детского телевидения и радиовещания  
**2 МАРТА** ■ День создания добровольных народных дружин  
**2 МАРТА** ■ Международный день спички

## НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ «Маслица на дороге – зиме пора убирать ноги»

24 февраля считалось Власьевым днем. В этот день поговаривали: «Пролет Власий маслица на дороге – зиме пора убирать ноги». Если наступала оттепель, то морозов больше не ждали.

Туман и снегопад 25 февраля, в день Алексея Рыбного, сулили дождливое лето. А если в этот день солнечно – быть улову.

26 февраля, в Мартинианов день, было принято наблюдать за солнцем. Если небо безоблачное, солнце яркое, то и ближайшие деньки будут ясными, но морозными.

Если в день Кирилла Весноуказчика, 27 февраля, синицы громко щебечут, то наступит оттепель. В день Онисима Овчарника, 28 февраля, вни-

мание уделяли вечернему небу: алый закат предвещал заморозки и метель.

1 марта, на Ярилин день, наблюдали за облаками: высокие и быстро плывущие облака означали приближение теплых дней.

2 марта отмечали день Фёдора Тироны и Мариамны, а еще судили о летней погоде. Если в этот день туман – лето будет дождливым, если день выдался солнечный – то и лето будет жарким. А если подморозивает, то и лето будет прохладным.

– Дорогой, сейчас я тебе расскажу одну историю, ты только не волнуйся.

– Когда ты говоришь, «ты только не волнуйся», то волноваться на самом деле уже поздно...



## 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

№ 08 (485).  
Дата подписания в печать: 01.00 час. 18.02.2025 г. Дата производства: 18.02.2025 г. Дата выхода в свет: 19.02.2025 г. Тираж 46 690 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ПТВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48н. Тел.: +7(473) 246-52-70  
Заказ 4268 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях. Тираж этого номера 829 760 экз.  
Розничная цена свободная. Ежедневная семейная газета для читателей 12+ Используются 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

# ПЯТНИЦА

## ТЁЩИНЫ ВЕЧЁРКИ

# ВТОРНИК

## ЗАИГРЫШИ

### КАК ОТМЕЧАТЬ:

Зятья приглашали в гости своих тещ на блины. В некоторых губерниях званная на вечерку теща должна была накануне прислать все необходимое для приготовления блинов: от скворороды до теста и масла. Пекла блины ее дочь. Теща могла прийти не одна, а с подружками, чтобы похвалиться перед ними хорошим мужем дочери.



### Тонкие блины с вишней

**На 5 персон. Калорийность (на 100 г): 165 ккал.**  
**Время: 30 минут**

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

**Для блинов:** 5 ст. л. пшеничной муки, 4 яйца, 3 ст. л. сахара, 1,5 стакана молока, 2 ст. л. растительного масла, 1/2 ч. л. ванильной эссенции, соль  
**Для начинки:** 2 стакана вишни, стуженное молоко по вкусу, сахарная пудра по вкусу

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Вишню разморозить, сохранив сок. В небольшую кастрюльку влить сок и немного воды, добавить сахар, размешать. Варить на среднем огне 10 минут. Добавить вишню и варить еще 3-5 минут.
- 2 Дать остыть и смешать со стуженным молоком по вкусу.
- 3 Вбить яйца в емкость, добавить сахар и посолить. Взбить венчиком до полного растворения сахара и соли.
- 4 Добавить к яичной смеси половину молока и просеянную муку. Вымесить тесто венчиком до однородного состояния без комков.
- 5 Влить оставшееся молоко и снова перемешать. Добавить ванильную эссенцию и растительное масло. Еще раз хорошо перемешать. Для первого блина смазать скворороду растительным маслом. Разогреть и жарить не очень тонкие блины.
- 6 Выложить вишневый сироп на середину блинов и завернуть треугольником. Сверху посыпать сахарной пудрой и полить сиропом.

### Роллы из блинов с начинкой

**На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 212 ккал. Время: 15 минут**

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 готовых блина, 100 г слабосоленой семги, 4 ст. л. сливочного сыра, 1 авокадо, 1/2 лимона, 1/4 перца чили, соль и черный перец по вкусу

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Измельчить ножом филе слабосоленой семги и выложить в миску. Добавить мягкий сливочный сыр и тщательно перемешать.
- 2 Лимон тщательно вымыть под горячей водой, обсушить. Снять цедру с помощью мелкой терки, не задевая белую мякоть. Измельчить перец чили и цедру. Добавить сок 1/4 лимона и выложить к сырной массе с рыбой. Поперчить и подсолить по вкусу.
- 3 Очистить авокадо, разрезать пополам и удалить косточку. Нарезать полосками по 1/2 см, сразу сбрызнуть лимонным соком.
- 4 Разрезать блины пополам. На край каждой половинки выложить начинку, размазать ее слоем 5-7 мм. В середину полоски положить полоски авокадо. Свернуть блины трубочкой, края обрезать. Полуценные трубочки разрезать на роллы.

### КАК ПОДАВАТЬ:

#### Блинная «поленица».

На тонкие блинчики разложить начинку, каждый свернуть трубочкой. Смазать сливочным маслом прямоугольную форму для запекания, плотно уложить трубочки, как дрова в поленице. При желании залить соусом, но можно оставить и так. Верх «поленицы» смазать сливочным маслом. Запекать в духовке при 180 градусах до румяности. При подаче порезать поперек.



### КАК ОТМЕЧАТЬ:

Начинаются веселые игры, катание молодежи с гор. На блины приглашали знакомых и, конечно, родных. Чтобы не только собраться всем вместе, но и оставить на память впечатления и красивые общие фотографии. Это и повод блеснуть умением сделать вкусные и необычные блины из обычных продуктов.

**ДЕТАЛИ. Это время было особенным – молодежь собиралась вместе, чтобы присмотреться и пообщаться друг с другом. Впереди Великий пост, во время которого свадьбы не израли.**



### Банановые мини-блинчики

**На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 217 ккал.**  
**Время: 30 минут**

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

2 очень спелых банана, 2 стакана молока, 1,5 стакана муки, 2 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. сахара, 1 пакетик ванильного сахара

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Банан крупно порезать, поместить в блендер, залить молоком, хорошо взбить.
- 2 Добавить муку, сахар (в том числе ванильный) и растопленное масло, взбить еще раз.
- 3 Жарить мини-блинчики, выкладывая на сковороду по 1 ст. л. теста.

• При порционной подаче можно сложить блины пополам два раза. Внутрь можно вложить начинку. Розочки. Из очень тонких блинчиков можно сделать нарядные розочки, свернув блин в трубочку и вывернув один его край на другой.



### Блинчики с маком

**На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 168 ккал.**  
**Время: 1 час 30 минут**

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

1,5 стакана муки, 500 мл молока, 2 яйца, 50 г сахара, 1/4 ч. л. соды, 0,5 стакана пищевого ма- ка, растительное масло, соль

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Залить мак 1 стаканом крутого кипятка, оставить на 1 час.
- 2 Яйца взбить с сахаром и солью, добавить молоко, перемешать.
- 3 Муку смешать с содой, добавить в яичную смесь, перемешать до однородности.
- 4 Слить лишнюю жидкость из мака и добавить его в тесто, перемешать.
- 5 Добавить 2 ст. л. растительного масла, еще раз перемешать. Жарить блины обычным способом.

### С ЧЕМ И КАК ПОДАВАТЬ:

#### Мандариновый соус

**На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 285 ккал.**  
**Время: 15 минут**

#### ИНГРЕДИЕНТЫ:

5 мандаринов, 200 г сахара, 100 г сливочного масла

#### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

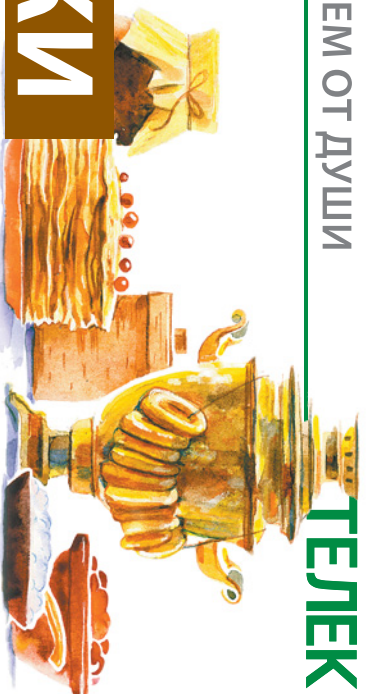
- 1 Из мандаринов выжать сок. Вылить сок в ковшик, добавить сахар, поставить ковшик на огонь.
- 2 Довести сок до кипения и полного растворения сахара, варить до состояния густого сиропа, снять с огня.

#### 3 Добавить масло, растворить его в сиропе.



## СРЕДА

## ЛАКОМКИ



## КАК ОТМЕЧАТЬ:

Не зря сложилась поговорка: «что есть в печи – все на стол мечи!». В этот день зять приходил к теще на блины. Она старалась накрыть для него особо богатый стол, на котором были сладкие и несладкие блины. Считалось, что зять, которому понравятся сладкие блины, обладает мягким характером, а если придутся по вкусу несладкие – то тяжело теще будет.

**ПОДРОБНОСТИ.** День начинали с утра хорошедами и гуляниями, чтобы к вечеру нагулять соответствующий аппетит – от души наесться, а потом от луза наесться.



## Сырные дрожжевые блины

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 177 ккал. Время: 2 часа

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 стакан пшеничной муки, 2 стакана молока, 100 г твердого сыра, 2 яйца, 2 ст. л. сахара, 1,5 ч. л. сухих дрожжей, 2 ст. л. сливочного масла, соль, растительное масло

## КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Подогреть молоко, влить половину в глубокую миску и развести сухие дрожжи и сахарный песок.
- 2 Добавить понемногу просеянную муку, перемешивая, и оставить в теплом месте на 1 час.
- 3 Когда опара поднимется, добавить взбитые желтки с солью, разогретое сливочное масло и оставшееся молоко.
- 4 Все хорошо перемешать и оставить еще на час. Яичные белки взбить в пену и добавить в тесто вместе с натертым на мелкой терке сыром. Дать еще поднагреться.
- 5 Выпекать блины на разогретой сковороде на растительном масле.



## ЧЕТВЕРГ

## ШИРОКИЙ РАЗГУТ



## КАК ОТМЕЧАТЬ:

С этого дня начиналась Широкая Масленица. Отсидеться дома в это время не получалось – в народе верили, что тот, кто не примет участие в веселье, так и будет все время в горестях и грусти.

**КАСТАИ.** В этот день устраивали различные потехи: катание с ледяных гор и на лошадах, куличные бои, качели, балаганы. Главные действо – взятие или оборона снежного городка.

## Бабушкины

## блины на опаре

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 277 ккал. Время: 3 часа 30 минут

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

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

Для теста: 250 г муки, 500 мл молока, 1 яйцо, 1 ст. л. сахара, 2 ст. л. растительного или рафинированного сливочного масла, 1 ч. л. соли

## КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Развести дрожжи в 1 стакане теплой воды. Добавить муку, тщательно размешать, накрыть емкость с опарой полотенцем и поставить в теплое место на 50-60 минут.
- 2 В подошедшую опару добавить сахар, масло, яйцо, соль, размешать.
- 3 Добавить теплое молоко и остальную муку, вымесить тесто, накрыть емкость полотенцем и поставить подниматься еще на час в теплое место.
- 4 Поднявшееся тесто размешать (осадить) и дать ему подняться еще раз.
- 5 Жарить блины нужно, как только тесто поднялось второй раз, не перемешивая его.



## ИНГРЕДИЕНТЫ:

200 г муки, 2 яйца, 400 мл молока, 200 г шампиньонов, 0,5 лукавицы, 0,5 ч. л. разрыхлителя теста, 1 ч. л. сахара, 1 ч. л. сливочного масла, растительное масло, соль по вкусу

## КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Взбить яйца с сахаром, солью и молоком. Просеять муку с разрыхлителем, добавить в яичную смесь и размешать так, чтобы не осталось комочков, дать настояться 20-30 минут.
- 2 Приготовить припек: лук нарезать тонкими пластинками. Обжарить лук на смеси сливочного и растительного масла до золотистого цвета, добавить грибы и обжаривать все вместе еще 5-7 минут.
- 3 На хорошо разогретую и смазанную растительным маслом сковороду выложить 1 столовую ложку припека, быстро и равномерно распределить его по сковороде, залить блинным тестом. Жарить блины по 1-2 минуты с каждой стороны.



## С ЧЕМ ПОДАВАТЬ:

## КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Все зелень нарезать произвольно. Выжать сок из четверти лимона.
- 2 В чашу блендера сложить все ингредиенты, взбить на высокой скорости до однородности.



## Сметанный соус

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 228 ккал. Время: 15 минут

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

100 г сметаны, 1 ст. л. дижонской горчицы, 50 г зеленого лука, 20 г петрушки или укропа, 1/4 лимона, 30 мл растительного масла (без запаха)

## С ЧЕМ ПОДАВАТЬ:

## Соус ореховый с черносливом

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 215 ккал. Время: 1 час 15 минут

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

4 апельсина, 100 г чернослива (без косточек), 50 г орехов, 100 г сахара

## КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Из апельсинов выжать сок. Чернослив нарезать некрупно, орехи порубить.
- 2 Чернослив и орехи положить в соевый чайник, залить апельсиновым соком, посыпать сахаром.
- 3 Довести до кипения и томить на небольшом огне 50-60 минут.



История создания романа Н.В. Гоголя «Мёртвые души», жанр которого сам автор определял как поэму, началась 190 лет назад. Николай Васильевич 7 октября 1835 года так написал о своей работе над произведением: «Начал писать «Мёртвых душ». Сюжет растянулся на предлинный роман и, кажется, будет сильно смешон». Наша викторина – о «Мёртвых душах» и их героях.

# Чичиков, Собакевич, Коробочка и другие

**1** Полностью роман вышел в мае 1842 года. Первоначально своё произведение Николай Васильевич назвал так: «Похождения Чичикова, или Мёртвые души». Считается, что сюжет был подсказан Гоголю одним из его знакомых, которого сам Николай Васильевич называл своим приятелем. Кто подсказал Гоголю идею с мёртвыми душами для написания поэмы?

а) Александр Сергеевич Пушкин. б) Николай Михайлович Карамзин. в) Фёдор Михайлович Достоевский.

**2** Известно, что первый том «Мёртвых душ» был написан Н.В. Гоголем во время его проживания за границей. Алексей Константинович Толстой (написал исторический роман «Князь Серебряный») высказался по этому поводу так: «Страшно сказать, что не только любишь больше свою страну издали, но и видишь её лучше, и лучше понимаешь. вспомните, что наш великий гений Гоголь написал свои «Мёртвые души» именно в...». В каком городе был написан первый том «Мёртвых душ»?

а) Рим. б) Неаполь. в) Афины.

**3** «Неглуп, хитер, расчётлив и подл» – так автор характеризует своего главного героя – П.И. Чичикова. Чиновник в отставке, чтобы незаконно разбогатеть, скупает у помещиков «мёртвые души» – умерших крестьян, чтобы затем «их продать как живых». Как звали по имени-отчеству главного героя произведения – чиновника Чичикова?

а) Прокофий Иванович. б) Пётр Иванович. в) Павел Иванович.

**4** Согласно сюжету романа, П.И. Чичиков для реализации своей аферы встречался с пятью помещиками, которым и предлагал продать мёртвые души. Чиновник торговался с каждым из них. Вспомним роман: у Плюшкина Чичиков приобрёл 78 душ по 30 копеек, у Коробочки – 18 душ за 15 асигнаций. А кто из помещиков на предложение Чичикова ответил ему: «Зачем они тебе? Верно, что-нибудь затеял? Пока не скажешь, не сделаю». Кто не поверил объяснениям Чичикова?

а) Собакевич. б) Ноздрёв. в) Манилов.

**5** Помещик Собакевич, по описанию автора, отличался крепким телосложением. Согласно сюжету, у помещика и его жены хороший аппетит, они за раз могут съесть большого осетра. Собакевич при встрече угощал Чичикова щами, няней, бараньим боком с кашей, ватрушками больше тарелки, индюком (ростом с телёнка), вареньем. И ещё деталь: помещик в сторону взгляда поворачивается всем туловищем. Вспомните, как звали Собакевича по имени и отчеству?

а) Иван Семёнович. б) Михаил Семёнович. в) Михаил Андреевич.

**6** Единственная женщина-помещица в поэме – Коробочка. У неё хорошая память: она не ведёт никаких записей, но точно помнит умерших крестьян по именам и фамилиям. Коробочка сдержанно и с подозрением встретила Чичикова. Именно она в последствии и раскрыла тайну Чичикова, поехав в губернский город, где начала интересоваться, не продешевила ли она? Как звали эту почтенную вдову, которая боялась «как-нибудь не понести убытку»?

а) Анна Григорьевна. б) Настасья Петровна. в) Софья Михайловна.

ОТВЕТЫ

1-а. Александр Сергеевич Пушкин. 2-а. Рим. 3-в. Павел Иванович. 4-б. Ноздрёв. 5-б. Михаил Семёнович. 6-б. Настасья Петровна.

## МЕТОД НИКОЛАЯ АМОСОВА. ЧТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВОССТАНОВИТЬ ЗДОРОВЬЕ СЕРДЦА, СОСУДОВ И МОЗГА В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ?

Многие наши читатели страдают от головной боли, головокружений, онемения конечностей, гипертонии, боятся инсульта и инфаркта. Они ищут средство, которое может помочь. Наконец-то оно появилось – ампулы «Амокардин». Это натуральный препарат, приготовленный по рецептуре великого академика и популяризатора здорового образа жизни Николая Михайловича Амосова.

### «Бойтесь попасть в плен к недугу...»

Николай Михайлович считал, что здоровье человека зависит не столько от врачей, сколько от самого человека. Поэтому создал собственную натуральную формулу, способствующую восстановлению сердца и мозга. Эта формула легла в основу ампул «Амокардин».

### Что представляет собой «Амокардин»?

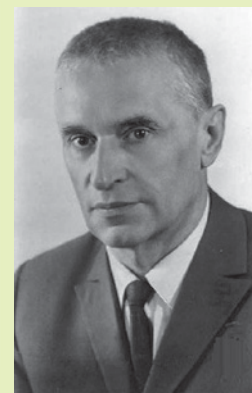
Ампулы «Амокардин» содержат экстракты виноградных косточек, финика, инжира, абрикоса, сливы, грецкого ореха, кешью, витамины

для сердечно-сосудистой системы и принимаются во внутрь. Они способствуют очищению сосудов от холестериновых бляшек, тромбов и кальциевой извести, нормализации давления, разжижению крови и насыщению ее кислородом, восстановлению сосудов, улучшению их тонуса, состояния нейронов и мозгового кровотока. Они содействуют укреплению сердца и нервной системы, благодаря чему ей легче справиться со стрессом.

### Кому может быть рекомендован «Амокардин»?

Ампулы могут быть рекомендованы людям, страдающим гипертонией, атеросклерозом, стенокардией, аритмией, одышкой, голов-

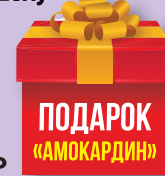
ными болями, головокружениями, онемением конечностей. «Амокардин» также может помочь нормализовать сон, повысить настроение, убрать тревожность, улучшить память и внимание. Он способствует восстановлению после инфаркта и инсульта, а также используется для профилактики этих состояний. Николай Амосов считал, что стать здоровым может каждый. И помочь в этом могут ампулы «Амокардин»!



Николай Амосов, академик

### СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

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



ПОДАРОК «АМОКАРДИН»

Для этого сделайте 3 простых шага:

1. ПОЗВОНИТЕ по телефону **8-800-302-30-30**

2. НАЗОВИТЕ промокод акции **7524**

3. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК\* – «Амокардин»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует с 19 февраля по 19 апреля 2025 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!

Доставка за счет производителя!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции с 19 февраля по 19 апреля 2025 г. \* С информацией об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.



Зря говорят «много будешь знать – скоро состаришься». Наоборот: тот, кто много знает, старится гораздо медленнее, потому что благодаря новой информации его мозг, память, внимание постоянно тренируются.

Предлагаем начать очередное занятие по омоложению мозга. Приготовились, начали!

# А ВОТ Я ИНТЕРЕСУЮСЬ...

## ...откуда взялась фраза «дать добро»?

**?** С детства не понимала эту фразу – «дать добро»... Ведь «добро» – понятие абстрактное, как его можно дать? Елена Голубева, Краснодарский край

**В** дореволюционной азбуке буква «Д» называлась «добро». В своде сигналов Военно-морского флота флаг, соответствующий этой букве, имеет значение согласия, разрешения. Буквально «дать добро» означает просигнализировать «да, согласен, разрешаю». Постепенно выражение закрепилось в обиходном языке и активно используется до сих пор.

## ...почему ограничен срок полётов у космонавтов?

**?** Услышала, что космонавты не могут летать в космосе более четырёх лет суммарно. В чём причина таких ограничений? Евгения Дубровская, Рязанская область

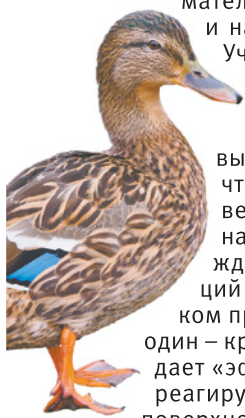
**В**ремя непрерывного пребывания людей в космосе на современной технике ограничивают опасные факторы космического пространства: отсутствие гравитации и солнечная радиация, опасные для здоровья человека. Исследования и испытания принципиально новых технологий экспансии и жизни в космосе – главная и приоритетная постоянная работа для космонавтики на перспективу. В данный момент «долгожителем» космического пространства является Олег Кононенко, который провёл в космосе суммарно 1111 суток (более трех лет).



## ...для чего утки топают?

**?** Летом вывез внучат за город, в деревню. Они у меня городские, домашнюю птицу видели только на картинках. Увидели у соседки во дворе уток, которые звонко шлёпали по земле лапками. Вот внучата и пристали: зачем они это делают? А мне и сказать нечего... Михаил Патрушев, г. Лиски Воронежской области

**Д**ействительно, утки довольно часто исполняют оригинальный «танец». Находясь на одном месте, они ритмично топают ногами. Эта процедура длится несколько минут. Потом птица прекращает «танцевать», внимательно всматривается в землю и начинает что-то там клевать. Ученые выяснили, что таким способом пернатые (не только утки, но и чайки, дрозды, скворцы и другие) выманивают из земли червей, чтобы их съесть. Как всем известно, червяки выбираются на поверхность лишь после дождя или же вследствие вибраций земли, что является признаком приближения их врага номер один – крота. Топая лапами, утка создает «эффект дождя», на который и реагируют черви. Они выползают на поверхность и становятся добычей хитрой птицы.



## ...кто придумал фигурки на ретроавтомобилях?

**?** Кто и зачем придумал устанавливать фигурки с изображением бренда на капотах автомобилей? Почему сейчас редко встретишь авто с таким украшением? Кристина Михайловская, г. Тула

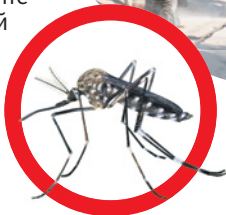
**М**аскоты (так правильно называются фигурки с изображением животных или марок авто, популярные в XX веке) исчезли с капотов автомобилей потому, что попросту стали не нужны! На заре своего существования автомобили часто «заклипали» прямо на дороге, водителю надо было поднять капот, чтобы произвести необходимые манипуляции, но эта деталь кузова была очень горячей (особенно если двигатель кипел не одну минуту). Фигурки служили своеобразной ручкой, с помощью которой можно было открыть капот и не обжечься. С развитием автомобильной промышленности и технологий проблема закипания двигателей исчезла, и необходимость в такой ручке тоже. Так, маскоты стали выполнять чисто представительскую функцию. Но во второй половине XX века, когда начали заботиться о безопасности пешеходов, фигурки стали убирать с капотов как небезопасные. Виной тому были травмы, которые получали пешеходы именно от этих фигурок, когда случалось ДТП.

**...что вызвало беби-бум у слонов?**

**?** В одной передаче услышала, что пару лет назад в Африке случился беби-бум у слонов. Удалось выяснить, что его вызвало? Ольга Кутепова, Московская область



**Д**а, удалось. Оказалось, что это одно из последствий пандемии, случившейся в 2020 году. В результате в 2022 году в Африке появились на свет более 200 слонят! Какая связь? Просто слоны воспользовались отсутствием туристов и браконьеров в национальных парках и вовсю предались романтике. Ну а поскольку беременность у слонов длится почти два года, малыши появились на свет, когда пандемия была уже далеко позади.



## ...как получилось, что в Исландии нет комаров?

**?** Неужели в Исландии действительно не бывает комаров? Повезло же людям... Екатерина Баран, Ивановская область

**М**ожно предположить, что комарам мешает холод. Но соседние территории – Гренландия, Великобритания и Норвегия – тоже не самые теплые места на планете, но там живет множество этих неприятных кровососущих. Как выяснили ученые, главный фактор здесь – не температура воздуха, а температура воды и океанический климат. Комары откладывают яйца в водоемах. Когда из них вылупляются личинки, вода не должна быть замёрзшей, иначе насекомые погибнут. В Исландии ежегодно происходит три крупных заморозка и оттепели, которые комары не в состоянии пережить.

## ...зачем закругляют столовые ножи?

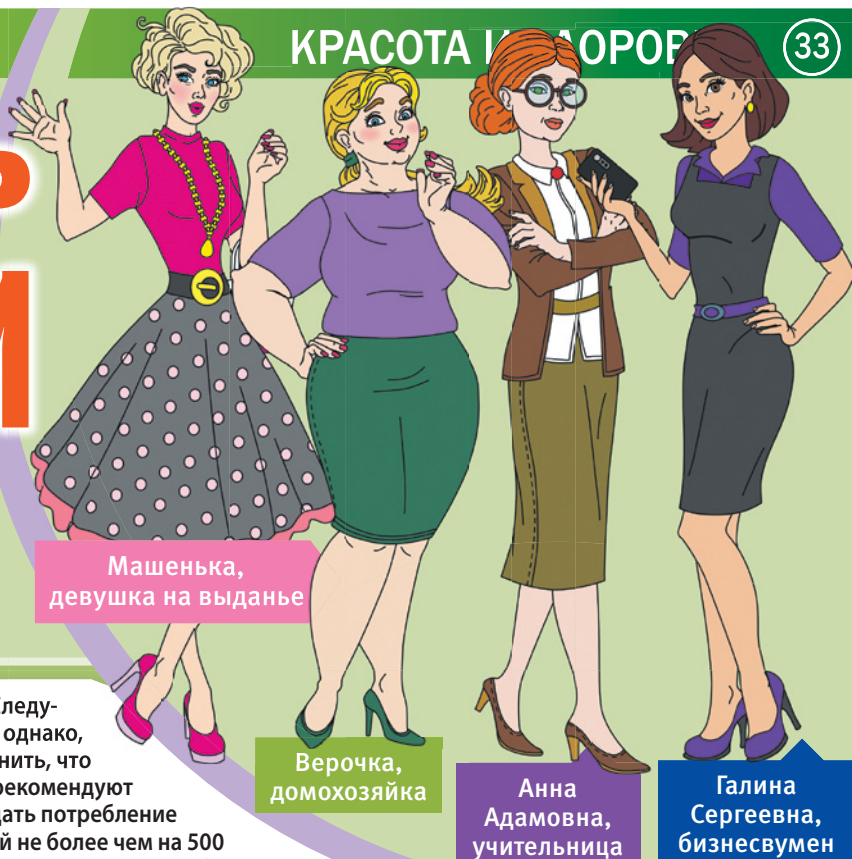
**?** Откуда пошла традиция изготавливать столовые ножи с закруглёнными кончиками? Ведь все другие ножи обычно заострённые? Зинаида Свечникова, Нижегородская область

**Н**ожи, как и в целом столовые приборы, которые мы используем ежедневно, долгое время были уделом привилегированных классов – знати и богатых торговцев. «Официальным» годом появления столовых ножей в том виде, как мы их знаем, считается 1637-й, когда кардинал Ришелье издал указ создать максимально безопасные приборы (в первую очередь – ножи с закругленным кончиком). Кто-то считает, что он боялся покушения и хотел обезопасить себя, а кто-то, что таким образом кардинал хотел отучить гостей ковыряться в зубах во время еды. Так или иначе, но русское дворянство в Петровскую эпоху начало пользоваться столовыми приборами европейской модели, поэтому и мы до сих пор продолжаем использовать столовые ножи с закругленными кончиками.

Светлана СИДОРЧУК



# ВЫБИРАЕМ ПУТЬ К СТРОЙНОСТИ



Машенька,  
девушка на выданье

Верочка,  
домохозяйка

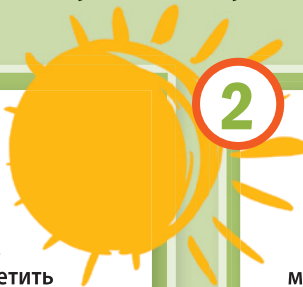
Анна  
Адамовна,  
учительница

Галина  
Сергеевна,  
бизнесвумен

Наши хорошие знакомые – бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька – снова собрались за чашечкой чая, чтобы обсудить очень важный вопрос: как правильно похудеть, как выбрать путь к стройности?

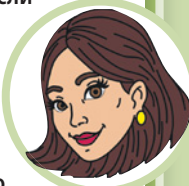
1

– Девочки, скоро весна, а там и лето не за горами. Отпуск. Море. Пляж... Ах, как хочется встретить это прекрасное время года в хорошей форме! И в первую очередь – похудеть и постройнеть. Девочки, согласитесь, редко кто зимой не набирает пару-тройку, а то и больше лишних килограммов. У меня, например, лишних целых пять, и я очень хочу к лету с ними расстаться. Как вы считаете, с чего надо начинать?



2

– Разумеется, с изменения рациона питания в сторону менее калорийной пищи. Если мы хотим постройнеть, мы должны получать с пищей меньше калорий, чем тратим. Но сначала необходимо рассчитать индивидуальную суточную норму калорий. Формул такого расчета много, можно даже сделать это онлайн. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), например, рекомендует для нас, женщин, использовать такой вариант (записывайте, девочки):  
– до 30 лет:  $(0,062 \times \text{вес} + 2,036) \times 240$  х КФА;  
– от 31 до 60 лет:  $(0,034 \times \text{вес} + 3,538) \times 240$  х КФА;  
– старше 60 лет:  $(0,038 \times \text{вес} + 2,755) \times 240$  х КФА.  
Вес берем в килограммах. А аббревиатура КФА – это коэффициент физической активности (1 – низкая, 1,3 – средняя, 1,5 – высокая).



3

– Следует, однако, помнить, что врачи рекомендуют сокращать потребление калорий не более чем на 500 единиц в месяц, чтобы похудение проходило плавно. По



моей информации, оптимально, без ущерба для здоровья и рисков возможных осложнений, можно сбрасывать не более 3-4 кг в месяц. Для этого и нужна суточная калорийность – чтобы создать дефицит калорий и тратить их больше, чем потреблять. Но не настолько больше, чтобы падать от усталости и плохо соображать – наш мозг ведь тоже нуждается в хорошем питании, а значит, в тех же калориях.



– Вот как раз чтобы не было упадка сил, нужно обязательно в каждый прием пищи включать белок. Он надолго сохраняет чувство сытости, нормализует обмен веществ и хорошо насыщает. В процессе сброса веса норму белка можно довести до 20-30% от дневной калорийности, это станет основой качественного похудения. Уходить будет именно жир, а мышечная масса сохранится. Конечно, предпочтение в это время лучше отдавать наименее калорийным белкам – филе курицы и индейки, телятине, кролику, рыбе, морепродуктам. Помимо белка, организму необходима клетчатка – это овощи, бобовые, зелень, нешлифованные крупы. Есть нужно часто, 5-6 раз в день, небольшими порциями. И конечно, полностью исключить сладости, выпечку, консервы, соленья и копчености.

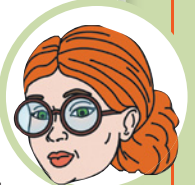


4

– Второе, что нужно для похудения, – это движение. Необходима регулярная физическая нагрузка. В идеале желательно записаться на фитнес, в бассейн или спортзал. Но если такой возможности нет, нужно обязательно дома делать гимнастику и просто много ходить. Ходьба – отличное средство для похудения и прекрасная общая тренировка организма. Ходите на работу или с работы пешком, просто гуляйте по вечерам, но ежедневно – и лишние килограммы уйдут.



– А я читала, что при недосыпании понижается выработка двух важных для похудения гормонов: контролирующего аппетит грелина и регулирующего чувство насыщения лептина. Кроме того, не выспавшись, человек чувствует упадок сил и стремится компенсировать его едой – а это прямой путь к перееданию. Поэтому при похудении крайне важно высыпаться, причем не только в выходные, но и в будни. Ложиться нужно не позже полуночи и спать не менее 7-8 часов. Кстати, гормон сна – мелатонин – играет не последнюю роль при контроле веса.



## Кстати Каноны красоты на Руси

Не секрет, что со временем стандарты женской красоты менялись кардинально: от восхищения девами-воительницами и «белыми лебедушками» до «блеска чахоточной красоты» и «спортсменки, комсомолки и просто красавицы». Представление об идеале женской красоты на Руси даст обращение к фольклору: красавица должна иметь лицо бело, ланиты румяны, русую косу до пояса, очи соколиные, брови как черны соболя, глаза словно звезды, осанку лебединую, величавую, голос, напоминающий журчание ручья, быть стройной как березка.



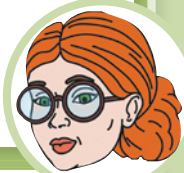
5

– Еще очень важно соблюдать питьевой режим. Вода не только способствует правильному обмену веществ, но и помогает при внезапных приступах аппетита. Если во время похудения вдруг резко захотелось есть, нужно просто выпить стакан воды. Это работает, кстати, в любом случае, даже если похудение не планировалось. Советую употреблять 30 мл жидкости на 1 кг веса в сутки. Причем в эти 30 мл входит не только вода, но и, например, чай и суп. Однако лучше, если большей частью жидкости будет чистая питьевая (не минеральная, не газированная) вода.



6

– А если вместо спортзала или бассейна в баньку, в сауну начать ходить почаще, может, весь жир и расплавится?



– Этого не произойдет, не надейся. Убрать «зимние» килограммы можно только с помощью дефицита калорий. Требуется правильный режим питания в сочетании с должной физической активностью. Хотя я согласна, посещение бани и сауны может ускорить метаболизм, что не сколько упрощает расставание с лишними килограммами. Но и это только в том случае, если такие посещения регулярны.



– Ну вот, девочки, теперь мне лично все понятно, и я не сомневаюсь, что к лету буду в отличной форме. Чего и вам от всей души желаю!



Многие женщины, мечтающие привести своё тело в идеальную форму, буквально закливаются на этом: при каждом удобном случае бегут на весы, прислушиваются к своим ощущениям – и зачастую без толку...

**П**росто потому, что обращают внимание не на то, что нужно. Волновать должны не цифры на весах. Давайте сфокусируемся на том, что действительно необходимо!

## Забота о себе

«Вот постройнее – и начнется совсем другая жизнь, полная удовольствий и восхищения!» – думаем мы. Но почему заботиться о себе, ухаживать за собой можно, только лишь добившись стройности? Подумайте о том, чего вам хочется. Например, сменить причёску, купить новое платье или, может, даже полностью поменять свой стиль. Не забываете ли вы ежедневно ухаживать за лицом? А за телом? Если этих привычек у вас нет, то самое время ими обзавестись, а если с этим все в порядке, то просто добавьте в этот список еще одну привычку – питаться здорово.

В приоритете должно быть оздоровление, а не похудение. Все продукты необходимо расценивать с точки зрения полезности для здоровья. Но при этом не нужно полностью отказываться от любимых лакомств. Если очень хочется, то можно себе позволить – в небольшом (!) количестве.

# Фокусируемся на себе



**Настоящая сила воли – это залезть после шести вечера в холодильник за кефиром и взять... только кефир!**



## Внутренние опоры

Сосредоточьтесь на своем внутреннем состоянии: повышайте в себе уверенность, самооценку, стрессоустойчивость и т.д. Помните, что вы достойны быть интересной, любимой, успешной уже сегодня, в своем нынешнем теле и весе. Фокус сместится с ожидания результата на пользу для себя. Поверьте, организм ответит вам благодарностью – и долгожданной, пусть и не быстрой, потерей веса.

## Занятия для души

Когда-то давно вы решили про себя: танцы – не мое, музыкального слуха у меня нет, рукодельничать – для тех, кто привык к этому с детства. На самом деле вы просто живете в привычных для вас установках. Но все меняется! Наверняка случалось получить удовольствие от книги или фильма, которые раньше казались скучными. То же самое может касаться и увлечений. Конечно, хорошо, если с возрастом проснулся интерес к спорту, но если это не так, не нужно себя заставлять. Попробуйте что-то не спортивное, но очень увлекательное. Даже при пени или вышивке затрачивается энергия и обязательно поднимается настроение, если дело вам по душе. И этот позитив можно использовать как топливо для достижения других целей (в том числе и похудения).

Татьяна МИХАЛЁВА

## Мнение специалиста

### Подлинные цели приносят радость

Посмотреть на похудение под другим углом нам поможет психолог Марина Даренкова.



– Марина, говорят, чтобы прийти к цели, нужно её правильно поставить. Но как понять, что цель твоя, а не навязанная?

– Задайте себе вопросы о своих желаниях и мотивациях. Почему вы хотите достичь этой цели? Это действительно то, что вам нужно, или вы стремитесь к этому из-за ожиданий окружающих? Обратите внимание на свои эмоции, когда думаете о цели. Вы чувствуете вдохновение и радость или давление и тревогу? Подлинные цели обычно вызывают положительные эмоции.

– Как понять, что будет лучше и комфортнее похудеть, например, на 10 кг, а не стремиться всеми силами к 42 размеру?

– Если вы чувствуете себя лучше и более энергично при потере 10 кг, возможно, это именно то, что вам нужно. Размер одежды не всегда отражает здоровье или самочувствие. Сосредоточьтесь на том, чтобы делать небольшие, устойчивые изменения в образе жизни, которые приведут к результатам. Похудение должно приносить чувство радости.

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

Номер в продаже с 21 февраля



**Читайте в свежем выпуске «ДАЧНОГО СПЕЦА»**

Реклама 12+



Журнал «ДАЧНЫЙ СПЕЦ» выходит 1 раз в месяц. Подписной индекс в каталоге «Почта России» П2960

## ЖЕЛТЫЕ ПЛЕЧИКИ СИНЬОРА-ПОМИДОРА

Еще несколько лет назад мы даже не знали, что это такое – желтые плечики на помидорах, а сегодня проблема волнует всех почти что фитопатологов. Смотрим на собранный урожай, а душа не радуется, потому что понимаем: минимум треть уйдет в отходы.



## КАК СБЕРЕЧЬ ЗДОРОВЬЕ САДА

В идеале перед каждой обработкой сада необходимо обследовать, так как сроки появления вредителей и патогенов заметно различаются. Да и каждый участок и квартал имеют свои особенности и требуют индивидуального подхода. Но это в идеале. Мы остановимся на общих правилах весенней профилактики сада – если они необходимы.

## ОГУРЕЧНЫЙ ФИТОФТОРОЗ

Лишиться урожая огурцов в самый разгар плодоношения – страшный сон любого огородника. Чтобы он не сбывался, придется приготовиться к войне, потому что враг коварен, за неделю может уничтожить все труды. Имя его – пероноспороз. Для огурца он все равно что фитопатоген для томата.



## НОМЕР БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ОТБОРНЫЕ РЕЦЕПТЫ!

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

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

12+ Реклама

**НОМЕР УЖЕ В ПРОДАЖЕ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

**WILDBERRIES**  
wildberries.ru<sup>2</sup>



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

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



Значительная часть представителей семейства бромелиевых в дикой природе приспособлена жить на деревьях.

**П**оэтому не будет преувеличением сказать, что они буквально с пальмы слезли. И нашли достойное место на наших подоконниках.

## Виды бромелиевых

**Резервуарные.** К ним относятся: гузмания, фрезия, неорегелия, криптантус, синяя тилландсия, эхмея. У этих растений узкие, длинные листья, которые настолько плотно прилегают друг к другу, что образуют воронку, в которой собирается вода. Многие растения данного вида отличаются яркостью листьев.

**Атмосферные.** К ним относятся в том числе серые тилландсии. Селятся такие растения на деревьях и даже на колючках больших кактусов. У них очень слабая или даже совсем неразвитая корневая система. Они не отличаются яркостью листьев, зато форма растений разнообразна. Воду они получают из капель росы или тумана, а питание – из частиц пыли. Разведение в домашних условиях достаточно сложное.

**Наземные.** К ним относятся: ананас, криптантус. Имеют хорошо развитый корень, и этим не сильно отличаются от обычных растений. Тем не менее грунт для них должен быть рыхлым, содержать сосновую кору, крупный речной песок, листовую землю, перегной. В зависимости от условий произрастания, растения отличаются в уходе. Например, ананасам требуется больше света, а криптантусам – притенение.



**Беседуют две подруги.**  
– Ах, ты бы знала, какие слова он говорит, какие цветы дарит, какие подарки преподносит и как замуж за него никогда не выходи!

## Кстати

### Цветущее озерцо

Некоторые виды бромелиевых могут накапливать в розетках до 40 литров воды. Возле этих «водоемов» в природе просто кишит жизнь.

## Уход

Бромелиевые особенно ценятся за цветение. И чтобы растение зацвело, важно поддерживать температуру воздуха не менее 25 градусов. Для более длительного и пышного цветения температура даже в ночное время не должна опускаться ниже 17 градусов. Центральная воронка растения должна обязательно содержать воду. Саму же почву следует поливать по мере высыхания. Чтобы растение себя хорошо чувствовало в вашей квартире, важно поддерживать влажность хотя бы на уровне 60 процентов. Для этого можно использовать бытовые увлажнители воздуха или увлажненный керамзит, гальку, мох и т.п., размещенные на поддоне вокруг растения.

## Размножение

Родительское растение обязательно пускает побеги, называемые кики. Погибшее растение лучше всего срезать. Как только малыши нарастят по 4-6 листочков, их можно отделять от материнского растения. Может показаться, что корней маловато, не переживайте, этого вполне достаточно, чтобы растение прижилось. Молодые растения рассаживают в горшочки на небольшую глубину. Субстрат должен быть легким, состоять из торфа и песка. Для взрослых растений вполне подойдет субстрат для орхидей с добавленным в него торфом. Некоторые разновидности бромелиевых размножаются верхушечными побегами.

## Цветёт лишь раз

При всей высокой декоративности цветущих бромелиевых следует помнить, что цветение у них происходит лишь единожды, после чего растение постепенно отмирает (в течение нескольких месяцев). Поэтому приобретаемая цветущая бромелия в магазине, многие после цветения его выбрасывают. Тем не менее при желании можно его размножить и получить новые цветы. Кстати, то, что принимается обычно за цветы, на самом деле яркие соцветия. А сами цветы довольно невзрачные.

Ольга БЕЛЬСКАЯ



Вышний Волочек  
104,5 FM

Губкин  
104,0 FM

Задонск  
103,9 FM

Липецк  
97,9 FM

Москва  
и область  
100,9 FM

Мосолово  
101,0 FM

Орёл  
95,6 FM

Осташков  
99,4 FM

Ржев  
102,4 FM

Рязань  
102,5 FM

Смоленск  
88,4 FM

Старый Оскол  
104,0 FM

Тверь  
89,4 FM

доступно  
онлайн

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

## ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

### «Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно»



Ибо если вы будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш Небесный, а если не будете прощать людям согрешения их, то и Отец ваш не простит вам согрешений ваших. Также, когда поститесь, не будьте унылы, как лицемеры, ибо они принимают на себя мрачные лица, чтобы показаться людям постящимися. Истинно говорю вам, что они уже получают награду свою. А ты, когда постишься, помажь голову твою и умой лице твое, чтобы явиться постящимся не пред людьми, но пред Отцом твоим, Который втайне; и Отец твой, видящий тайное, воздаст тебе явно. Не собирайте себе сокровищ на земле, где моль и ржа истребляют и где воры подкапывают и крадут, но собирайте себе сокровища на небе, где ни моль, ни ржа не истребляют и где воры не подкапывают и не крадут, ибо где сокровища ваши, там будет и сердце ваше. (Мф, 6:14-21)

«Нет никакого трудного дела, которое не сделалось бы легким при надежде на воздаяние от Бога.»

Святой Иоанн Златоуст

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 2 марта, в воскресенье.

**В** Прощеное воскресенье самое время поговорить о... вы подумали, о прощении? Нет, напротив: о величайшем даре свободы, который в том числе выражается в нашем праве не прощать. Почему именно об этом? Ответ прост: только поняв, что такое непростение, мы легче поймем и смысл сказанного в сегодняшнем Евангелии.

**В**озможно, это прозвучит укоризненно, но о непростении мы знаем гораздо больше, чем о прощении. Больше частью мы живем в непростении, пропитаны им, с каждым вздохом и выдохом непростение циркулирует внутри нас. Мы настолько к нему привыкли, что нет ничего удивительного – совсем его не замечаем. Более того, нам даже страшно представить, во что превратилась бы наша жизнь, если вдруг, по мановению волшебной палочки, все наше непростение было бы мигом изъято из нас. Да стоит только на минуту допустить, что вокруг меня нет ни одного виноватого по отношению ко мне человека – а только я сам и являюсь единственным источником всех моих бед и злоключений, – да от такого шквала нахлынувшей вины как не потонуть в бездне отчаяния?

**Н**ет, конечно же, такое допустить ну никак невозможно. Разве не камень непростения, который мы бережно носим за пазухой, и является главным нашим якорем по жизни? Разве не он крепко удерживает нас в нашей самобытности – потому что, отличая себя от других, противопоставляя свои представления о должном и недолжном, мы думаем, что только так сможем осознать свою уникальность и единственность во Вселенной?

**Г**лавная сила нашего непростения – в его сокровитности, потаенности. Да, только единицы готовы признать наличие камня за пазухой. Но бережно охраняя свой «балласт непростения», мы оказываемся его заложниками!

**Ч**его же мы так боимся? Беспомощности и уязвимости. Нам кажется, если мы разом перечеркнем все наши претензии, неосуществленные ожидания, разочарования в других – нам не об кого будет утверждать свою собственную правильность. Хотя бы для самих себя.

**В** преддверии Великого поста Церковь предлагает нам сделать очень



Комментирует протоиерей Павел Великанов

важный шаг. Довериться Богу. Распахнуться навстречу Ему. Выбросить из-за пазухи камень непростения. Поверить в то, что Господь нас любит вовсе не за нашу мнимую, самодельную праведность. Он нас любит потому, что мы – Его дети. И то, что мы у Него есть, гораздо важнее того, какие мы. Потому что от любой нашей беды, боли, грязи греха и подлости у Него есть лекарство. Только у Него – не у нас! Сами с собой мы не справимся. Проверено веками. А вот Он собрал все то худшее, что человечество принесло за свою историю, – и прибил ко Кресту. С собой прибил наши грехи – наши грехи, а не нас. И, вернувшись к нам Воскресением, показал, что Его свет сильнее любой нашей тьмы.

Если вы «дачник выходного дня», или просто не готовы уделять уходу за садом и цветником много времени, обратите внимание на красивые и беспроблемные многолетники.

**П**осадив такие растения однажды, вы будете наслаждаться красотой много лет. Мы подобрали для вас многолетники, которые не ведут себя агрессивно и не требуют особого ухода.

## Герань садовая

Не путайте с пеларгонией – это другое растение! Герань садовая – любимейшее растение английских ландшафтных дизайнеров. В Великобритании герань садовая украшает как королевские сады, так и небольшие коттеджные палисадники. Дизайнеры ценят герань за скромное обаяние, пышную листву, долгое цветение и неприхотливость. Герань может стать идеальным фоновым растением для миксбордера, сделать аккуратным край забора или дорожки, озеленить труднодоступные или малопривлекательные места.

- **ГЕРАНЬ КАНТАБРИЙСКАЯ.** Ценится за многочисленные розовые или белые красивые соцветия, хорошо разрастается.
- **ГЕРАНЬ КРОВАВО-КРАСНАЯ.** Цветет с весны до осени, нетребовательна к поливу и почве.
- **ГИМАЛАЙСКАЯ ГЕРАНЬ.** Редкой фиолетовой окраски, которая постепенно переходит в насыщенный синий. Листья меняют окраску на багряную к концу сезона.



## Тысячелистник

Тот самый, который растет на каждом лугу или вдоль дороги! Селекционеры вывели современные сорта этого неприхотливого растения, которые позволят вам создать яркие и воздушные композиции. Сортные тысячелистники могут быть бордовыми, терракотовыми, желтыми и голубыми. Растения достаточно высокие – до 80 см, нетребовательные к поливу, но предпочитают хорошо освещенные места. Посаженные группой, создадут воздушное облако, притягивающее взгляды.



## Кореопсис

Все виды кореопсиса пышно и обильно цветут: шар из золотистых цветков с желтой или коричневой серединкой выглядит очень декоративно. Цветки по форме напоминают ромашку. Тонкие цветки образуют пышную куртинку. Ценится за

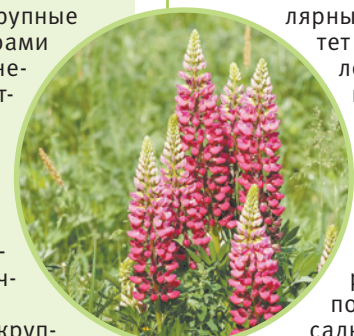
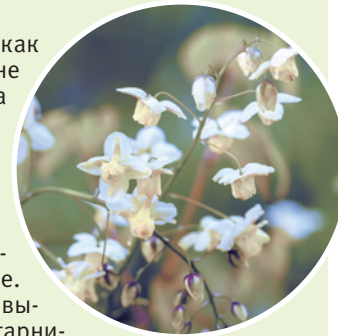
нетребовательность в уходе и большое количество видов и сортов.

- **КОРЕОПСИС РОЗОВЫЙ.** Для тех, кто не любит желтый цвет, но ценит обильное цветение.
- **КОРЕОПСИС МУТОВЧАТЫЙ.** Интересен своими ажурными листьями. Один из самых высокорослых среди собратьев: кустики 90 см в высоту и 60 см в ширину.
- **КОРЕОПСИС ЛАНЦЕТОВИДНЫЙ.** Отличается самым долгим цветением.
- **КОРЕОПСИС КРУПНОЦВЕТКОВЫЙ.** Соцветия этого вида кореопсиса напоминают рудбекию, но в отличие от рудбекии поражают огромным количеством цветков.

## Горянка

Горянки могут быть как вечнозелеными, так и не сохраняющими листву на зиму. Они рано зацветают и цветут до сентября. Ценятся за стойкость, декоративный вид и неприхотливость. Горянки – лесные растения, поэтому плохо растут на солнце. Выбирайте места в тени высоких деревьев или кустарников, с влажной почвой.

- **ГОРЯНКА КОРЕЙСКАЯ.** Вырастает до 15-20 см в высоту. Крупные светло-зеленые листья и крупные оригинальные цветки с маленькими шпорами распускаются в мае. Предпочитает тень, неприхотливая, морозостойкая, разрастается медленно.
- **ГОРЯНКА КРУПНОЦВЕТКОВАЯ.** Кустики высотой 20-30 см с сиреневыми цветками, очень нежными. Этот вид особенно требователен к влажности почвы.
- **ГОРЯНКА КОЛХИДСКАЯ.** Листья сохраняются на зиму, а цветки собраны в эстетичный фонтанчик.
- **ГОРЯНКА КРАСНАЯ.** Природный гибрид крупноцветковой и альпийской горянки. Образует рыхлые куртины высотой до 35-40 см. Цветет в мае.



## Люпин

Высокие и пышные свечи люпина разных тонов и оттенков на фоне изумрудных листьев смотрятся очень эффектно как в одиночных, так и в групповых композициях. Растение удобряет сад, переводя азот, растворенный в почве, в доступную для растений форму.

- **МНОГОЛИСТНЫЙ ЛЮПИН.** Самый популярный, растет до 10 лет на одном месте, холодоустойчивый, цветет на второй год после посадки, побеги вырастают больше 1 м, выбрасывая разноцветные, чаще ярко-фиолетовые соцветия высотой до 35 см. Выведенные разновидности отличаются окрасом кистей.
- **УЗКОЛИСТНЫЙ ЛЮПИН.** Высокий, фиолетово-синий, еще выше, чем многолистный тип. Этот вид хорошо адаптирован для северных широт.

## Котовник

Особенно популярен в регионах, где не получается выращивать лаванду. Это неприхотливый многолетник, который особенно обильно и ярко цветет на солнечных участках. Если обрезать котовник после первого цветения, зацветает повторно. В России встречается до 80 видов котовника. Высокорослые виды требуют подвязки куста, так как он рассыпается и теряет декоративность, а вот низкорослые виды декоративны в течение всего сезона.



– Купил дачу: домик и одна сотка земли.  
– Так там сажать и пахать негде будет!  
– Поэтому и купил. 😊

## КАК САДОВОД САДОВОДУ

Разбираться в видах муки необходимо не только кулинерам и любителям выпечки. Дачникам, огородникам и садоводам такие знания тоже пригодятся, только муку они используют не из злаков.

## Мука для грядок: какая для чего?

**КОСТНАЯ МУКА** – одно из лучших органических удобрений для огорода, у нее, в отличие от других видов муки, нет неприятного запаха. Азота почти не содержит, а вот фосфора, калия и кальция в костной муке больше, чем в золе. Универсальное удобрение для всех видов растений. Вносить лучше под перекопку.

**РЫБНАЯ МУКА.** Те же плюсы, что и у костной муки. Меньше

фосфора и калия, чем в костной, но больше азота. Из плюсов – пролонгированный характер удобрения, если вносить под перекопку. Из минусов – неприятный запах.

**МЯСНАЯ МУКА (ОНА ЖЕ КРОВЯНАЯ МУКА)** содержит азот и фосфор, а также от 65 до 85 % протеина. Используется как кормовая добавка для птиц. Специалисты не рекомендуют

использовать ее для огорода, так как на грядках появляется запах разложения, привлекающая насекомых или грызунов. Лучший вариант использования – внесение в компост, чтобы обеспечить быстрое разложение растительных остатков. Работать с мясной или кровяной мукой можно только в перчатках и респираторе!



Валерия ПАШЕЧКИНА

**Читай,  
худей  
и молодежь!**



Мы запускаем для вас  
**2 новых интересных  
и очень полезных  
журнала**



**В ПРОДАЖЕ С 21 ФЕВРАЛЯ**



**В ПРОДАЖЕ С 21 ФЕВРАЛЯ**

Ищите в торговых сетях  
**АШАН, ОКЕЙ, Пятерочка,  
Глобус, Лента, Перекресток,**  
а также в киосках прессы

Домашние тапочки ассоциируются у нас в первую очередь с уютом и комфортом. И конечно, это правильно, ведь дома мы привыкли отдыхать.

**В** ыбор домашней обуви сегодня огромен, и каждый может найти тапочки по душе. Кто-то предпочитает тапочки мягкие и пушистые, кто-то – кокетливые мюли на небольшом каблукке, а кто-то – и вовсе резиновые шлепанцы. Однако специалисты настаивают, что к выбору домашней обуви необходимо подходить ответственно. Ведь если тапочки подобраны неверно, есть риск нанести вред здоровью.

### Не болтаться, не спадать

Домашняя обувь подчиняется тем же правилам, что и любая другая. Тапочки на ноге должны хорошо сидеть, не болтаться, не спадать. Желательно, чтобы подошва была мягкая и гибкая, в идеале – с небольшим (оптимально 2 см) перепадом высот между носком и пяткой. Это может быть как танкетка (предпочтительно), так и небольшой устойчивый каблук (лучше широкий). Задник у тапочек должен хорошо держать форму и не сминаться. Как только задник начинает деформироваться, с тапочками нужно расстаться.

# Какие тапочки самые домашние



– Почему у тебя тапки по всей комнате разбросаны?  
– Они не разбросаны, они разошлись во мне-ниях!



**Берегите свое здоровье, выбирайте домашнюю обувь правильно – и ваши ножки будут вам бесконечно благодарны.**

### Кстати

#### Ортезы

Если вы долгое время проводите на ногах, идеальным вариантом для вас станут индивидуальные ортопедические стельки – ортезы, которые можно и нужно вкладывать в любую обувь, в том числе и в домашние тапочки. Изготовлением ортезов занимается специалист после консультации с врачом. Ортопедические стельки избавят вас от многих проблем, поддерживая стопу там, где необходимо, и никак не ограничивая движений.

### Возможные ошибки

Мюли, например, практически не фиксируются на стопе, и чтобы удержать их на ноге, приходится постоянно чуть сгибать пальцы. Это происходит практически незаметно, однако рано или поздно приводит к перенапряжению подошвенных связок и мышц. В результате появляются боли в стопе, возможен подошвенный фасциит и другие неприятные последствия. То же самое касается всех вариантов тапочек без задника: шлепок, сланцев и т.п. Кстати, о сланцах. Плотная резиновая подошва – тоже не лучший вариант для домашней обуви. Такая подошва ограничивает движение стопы, делает невозможным необ-

ходимый анатомический перекал с носка на пятку, что также чревато неприятными последствиями, вплоть до деформации стопы. И уж конечно, не стоит дома ходить в обуви на шпильке. Высокий каблук, как бы ни любили его модные дизайнеры, не подходит для постоянной носки, это стресс для ног, позвоночника и всего опорно-двигательного аппарата. Поэтому выбирать для дома тапочки на шпильке – это очень плохая идея.

### Ортопедические тапочки

Эти тапочки достойны отдельного упоминания. Дело в том, что настоящая ортопедическая обувь, в том числе и тапочки, делается строго по индивидуальным меркам и только в случае имеющейся патологии. Нередко под видом ортопедических продаются тапочки с эффектом массажа. Специалисты отмечают некоторый положительный эффект от носки такой обуви, однако постоянно ходить в ней не рекомендуют.

Светлана ИВАНОВА

←	"Затертость" выражения								Чем смазывают сковородку?	←	←	←								←
	Воздушная начинка торта	"Кожица" яйца	"Зажигалка" стародавних времен	Пара мельничных жерновов	Дальневосточная нерпа	"Ноль" в домино					"Хлопать в ... от радости"	←	←	←	←	←	←	←	←	←
←			Тот самый Элвис				Взмах вместо слова			См. фото				Добыча старателя			Сущность Шрека	"Сфера влияния" животного		
	Облако "в печали"	"Жи" или "ши" в "Живанши"			Стенка из футболистов	Доход в процентах с капитала					←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
←			Башмаки "на деревянном ходу"								←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
	"Фильтр" в арсенале пекаря	Товар на аукционе			Заголовок школьного сочинения	Почва полупустынь				Водоем типа Селигера	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
←			Его слугой был Гримо							←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
	Поверхность газона	Стих Петрарки о Лауре	Мигавка - его древнее название							←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
	Королева, знаменитая подвесками	В водоеме "паутина"	Висячие у Семирамиды	Горячая масса из вулкана						←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
←	Магазин лимузинов									←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
	"О, витьязь, то была ...!" (Пушкин)			Курорт, что назывался Гор-гиппией						←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
←	Роскошные хоромы властелина	Нехватка в граммах								←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
			Индец - житель Теночтитлана							←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
										←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
										←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
										←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
										←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←
										←	←	←	←	←	←	←	←	←	←	←

**ТЕЛЕК**

К	У	В	О	Ж	Э	Т	П	У	Ц	У	В	И	Ш
У	Л	О	М	Э	Н	С	Э	В	О	У	Э	Н	Н
А	У	К	У	Ц	У	Н	У	В	И	У	Н	Н	И
В	Я	В	Ч	А	Ш			О	Ж	Э	Я	Р	Т
А	И	К	В	Ш				С	О	Т	В	О	Т
И	О	Р	Э	О				П	Т	О	П	О	
И	А	Т	И	Ц				О	В	С	У	Ь	К
В	Л	О	Т	И	В	Р	Т	Л	О	У	С	И	И
Э	Ц	О	Г	К	Л	Г	О	И	У	С	Р	Ш	Э
Р	О	У	Т	С	Ж	К	А	В	Р	Т	Е	Э	Э
У	И	О	У	В	И	В	У	Ц	Л	Р	Л	К	И

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 24 ФЕВРАЛЯ ПО 2 МАРТА



**ОВЕН (21.03 – 20.04)**

Овнам нужно постараться держать в руках свою эмоциональность. Воспитывайте в себе дисциплину, старайтесь быть скромнее. Чем больше будете отзываться на призывы о помощи, тем больше вам воздастся. Избегайте ссор, даже если вас провоцируют.



**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**

Львов могут поглотить дела, которые внесут коррективы в плотный график. Вторая половина недели будет более успешной. Главное – не пытайтесь всем угодить и не давайте пустых обещаний, которые выполнять не будете. Этот же совет пригодится и в отношениях с близкими.



**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**

Стрельцам стоит опасаться происков недоброжелателей, которые могут нарушить все планы. Сделайте паузу, не следует проявлять чрезмерную активность в делах. Как бы ни была желанна поставленная вами цель, не стоит идти к ней в ущерб интересам других людей.



**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**

Водолеям не стоит перекидывать ответственность на чужие плечи. Решения придется принимать самостоятельно. Вы действительно можете добиться больших успехов, действуя в одиночку. Ни в коем случае не устраивайте разборки в рабочем коллективе.



**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**

Звезды предупреждают Тельцов о возможных трудностях на этой неделе. Есть вероятность столкнуться с вопросами, от решения которых будут зависеть ваши дальнейшие дела. Тщательно анализируйте свои поступки, чтобы потом не пожалеть о неправильных решениях.



**ДЕВА (23.08 – 23.09)**

У Дев время хороших перемен. Они могут коснуться любой сферы вашей жизни. Вы даже можете получить предложение о новой работе. А может, до вашего дома пустят новый маршрут. Будьте собранными и проявляйте свои лучшие качества. Не спешите с принятием решений.



**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**

Близнецы будут окружены искушениями. Проявите благоразумие, чтобы не поддаваться на обман. Избирательно относитесь к людям – не стоит сильно доверяться малознакомым, держите дистанцию. Помните, важнее сохранить свой душевный покой, чем понравиться всем.



**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**

Весам стоит проводить больше времени в общении и установлении связей, это принесет огромную пользу. Во второй половине недели, возможно, вы получите долгожданную новость. Постарайтесь завершить до выходных все отложенные дела, тогда и отдых будет приятен.



**РАК (22.06 – 22.07)**

Эта неделя подходит Ракам для решения сложных вопросов. Вы получите неожиданную поддержку от людей, которые изначально с сомнением относились к вашим начинаниям. Выходные могут порадовать приятным сюрпризом, который надолго зарядит вас позитивом.



**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**

Звезды рекомендуют Скорпионам держать себя в руках. Верьте в свои силы и будьте предельно внимательны. Помните, что фортуна благоволит смелым, но не безумным. Старайтесь заранее предотвращать опасные ситуации. Будьте осторожны в высказываниях.



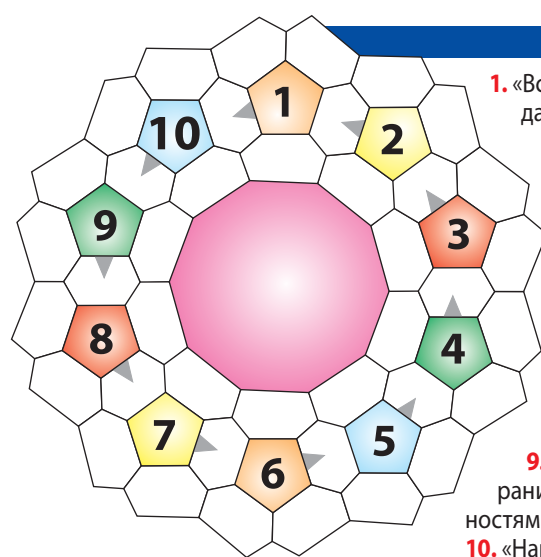
**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**

Козерогов ожидают новые знакомства, результатом которых, возможно, будет плодотворное сотрудничество. Проявите при общении все свои лучшие качества, будьте уверены в себе. А вот в личных отношениях постарайтесь обходить острые углы.



**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**

Рыбам нужно постараться привести в равновесие свои мысли и поучиться самоконтролю. С окружающими ведите себя поскромнее, не показывайте эмоции, это может негативно отразиться на отношении к вам. А вот позитивный настрой поможет вам добиться желаемого.



**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

- «Всё знают и всё понимают только дураки да шарлатаны» (Антон ...).
- Внешний вид человека.
- Образ, стиль поведения публичного деятеля или фирмы.
- Протяженность в метрах.
- Есть у страстей и электролампочки.
- Домработница в кинокомедии «Веселые ребята».
- Фамилия певицы Флоры в опере Джакомо Пуччини.
- Типографская печатная форма.
- Восточное кушанье в виде супа из бранины с овощами (обычно с рисом и пряностями).
- «Наведенная» колдуньей хвороба.

Ответы: 1. Чехов, 2. Облик, 3. Имидж, 4. Длина, 5. Накал, 6. Анютка, 7. Тоска, 8. Клише, 9. Шурпа, 10. Порча.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 24 ФЕВРАЛЯ ПО 2 МАРТА

**КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ**

**ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (903) 792-47-73**

**ПО ПОЧТЕ reklama@kardos.ru**

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

**КАК ОПЛАТИТЬ**

- Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
- В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки уточняйте у менеджера

**ВСЁ ОБО ВСЁМ**

Все объявления на правах рекламы

**РАБОТА**

**ПРИГЛАШАЕМ:**

**ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле**

**График: 4 дня в неделю**

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

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

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

**Мы предлагаем:**

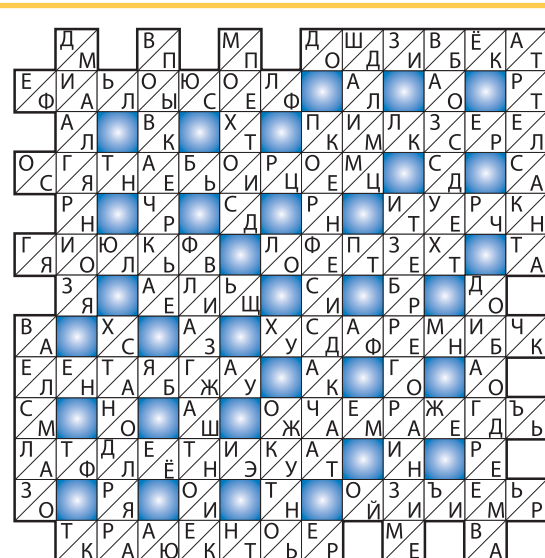
- Работу в крупной, стабильной и развивающейся компании!
- Подходящий вам график работы: 2/2, 3/3 и 7/7;
- Удобное местоположение киоска (мы постараемся подобрать вакансию ближе к дому);
- Своевременная оплата труда от 7 500 рублей за неделю;
- Возможность подработки;
- Вакансия подходит для КАНДИДАТОВ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

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

**КУПЛЮ**

8 (999) 715-35-60 КУПЛЮ вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины, книги (домашние библиотеки целиком), фарфор, янтарь, портсигары, литые фигуры, часы, ювелирные изделия. Тел.: 8 (999) 715-35-60.

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



**КРОССВОРД «ДУАЛЬ»**

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

**По горизонтали:** Ошибка. Философ. Пиксел. Огнеборец. Терн. Гольф. Лепет. Ель. Ударник. Летяга. Очередь. Атлетика. Осимь. Трактор.

**По вертикали:** Диагноз. Поверье. Поход. Шлиц. Бассет. Атлант. Передача. Терроризм. Флагшток. Диадема. Алмаз. Столяр. Окно.



ИМПЕРАТОРСКИЙ  
МОНЕТНЫЙ ДВОРЪ

## ОДНА ПОБЕДА, ОДНА НА ВСЕХ!

Покрытие  
чистым серебром  
999 пробы

Цветная  
печать



Чеканка  
«пруф-лайк»

**БЕСПЛАТНО**  
при оплате  
**349 руб.**  
за доставку

### Каждому россиянину медаль «80 лет Великой Победы!»

9 мая 1945 года произошло важное событие в истории нашей страны – победа в Великой Отечественной войне! В честь юбилея Великой Победы Императорский Монетный Двор выпустил памятную медаль «80 лет Великой Победы».

Победа – подвиг, который стал символом мужества, самоотверженности и патриотизма каждого советского человека. Это наше национальное достояние, общая память и гордость, которые мы обязаны сберечь для потомков. Долгожданные и незабываемые события победных дней навсегда вписаны в историю человечества и увековечены на медали «80 лет Великой Победы».

Особую ценность медали придают ее впечатляющие характеристики: покрытие чистым серебром 999 пробы; величайшая точность воспроизведения ордена благодаря использованию технологии цветной печати; высокое качество чеканки «пруф-лайк». Эта медаль по праву займет почетное место в вашей личной коллекции и станет бессмертным напоминанием о героизме наших предков, чьи подвиги навсегда останутся примером для будущих поколений.

**Сохраните гордость за Великую Победу и передайте ее своим детям, внукам и правнукам!**

**Закажите  
прямо сейчас!**

Звонок бесплатный:

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



<https://imdvor.ru/13068003/>

Код резервирования:

**13068003**

**Медаль «80 лет Великой Победы» бесплатно каждому россиянину: оплачивается только стоимость упаковки и доставки (349 руб.)**

0+

**Внимание:** ввиду ожидаемого высокого спроса на юбилейную медаль в честь 80-летия Великой Победы были введены строгие ограничения на резервирование – не более одного экземпляра в одни руки.

 <p><b>БЕСПЛАТНО ДЛЯ КАЖДОГО РОССИЯНИНА ПРИ ОПЛАТЕ 349 РУБ. ЗА УПАКОВКУ И ДОСТАВКУ</b></p>	Код резервирования:	<b>13068003</b>
	Аверс:	изображен орден «Победа»
	Реверс:	выгравирована фраза: «Никто не забыт, и ничто не забыто» и изображен орден Отечественной войны
	Спецификация медали:	покрытие чистым серебром 999 пробы, величайшая точность воспроизведения благодаря цветной печати, высокое качество чеканки «пруф-лайк»
	Цена:	0 руб. (при условии оплаты за упаковку и доставку 349 руб.)
	Тираж:	бесплатная медаль для каждого россиянина
	Бесплатная линия резервирования:	<b>8 (800) 234-32-19</b> (ежедневно с 8:00 до 21:00)

Продавец: ООО «Императорский монетный двор» (ОГРН 1127746433462; 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 19). Срок проведения акции: с 01.02.2025 по 31.12.2025. Подробности об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве, сроках, месте и порядке получения медали по телефону 8 (800) 600-69-01. Реклама.