

№04
(573)

ТВ-программа с 30 января по 5 февраля 2023 года

ТЕЛЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**КАЛЕНДАРЬ
КРАСОТЫ
И ЗДОРОВЬЯ
НА ФЕВРАЛЬ**

стр. 14

**ВЫБИРАЕМ
ПЕРЦЫ
ДЛЯ ГРУНТА
И ТЕПЛИЦЫ**

стр. 12

**АННА
ЯКУНИНА**

**МЫ В «СКЛИФОВСКОМ»
НЕ ИГРАЕМ, А ПРОЖИВАЕМ**

стр. 6

ОМЕГА-3:

**подарок
для вашего
сердца**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ
ЛЕКАРСТВЕННЫМ
СРЕДСТВОМ. БАД. Реклама

стр. 7

**ПОЛЕЗНЫЕ
ПРИВЫЧКИ
НА КАЖДЫЙ
ДЕНЬ**

стр. 13

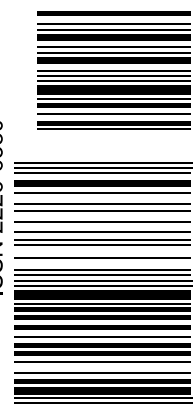
**ЧТО ЗА ОБЕД
БЕЗ ЗАПЕКАНКИ?**

стр. 10

12+

Фото телеканала «Россия»

ISSN 2226-6380



9 772226 1638770 23004



ИМПЕРАТОРСКИЙ
МОНЕТНЫЙ ДВОРЪ

официальный дистрибьютор памятных медалей России

К 80-летию победы в битве за Сталинград

17.07.1942-02.02.1943

Памятная медаль



0 рублей!
Оплачивается только стоимость
доставки – **299 руб.**

Сохраним память о нашей победе вместе!

**Получите бесплатную памятную медаль для каждого россиянина
(оплачивается только стоимость доставки – 299 руб.)**

**Юбилейный выпуск 2023 года: специально для читателей «Телек» –
бесплатная памятная медаль в честь годовщины победы в битве за Сталинград.**

В 2023 году мы с гордостью празднуем 80-ю годовщину победы в Сталинградской битве, ставшей одним из крупнейших сражений Великой Отечественной войны, сражением, с которого начался наш путь к Великой Победе. Гордимся и помним подвиг народа, который при численном и техническом превосходстве врага смог переломить ход истории ценой невероятных усилий.

80-я годовщина победы в Сталинградской битве – величайшее событие, заслуживающее чествования. Именно поэтому Императорский Монетный Двор предлагает каждому россиянину получить юбилейную медаль в честь победы в Сталинградской битве бесплатно: оплачивается только стоимость доставки – 299 руб.!

ВНИМАНИЕ!	Тираж строго ограничен. Медаль выпускается только раз в 80 лет!
Код специального предложения:	12720803
Аверс (лицевая сторона):	изображение медали «За оборону Сталинграда»
Реверс (оборотная сторона):	орден Отечественной войны. Расходящиеся лучи на заднем плане. По окружности надпись: «Ни шагу назад! Вперед на врага!», «80 лет» и Георгиевская лента с ветками лавра.
Распространитель:	Эксклюзивно в Императорском Монетном Дворе
Специальная цена:	0 руб. при оплате 299 руб. за доставку

Закажите прямо сейчас:

Бесплатная линия резервирования:

8 (800) 234-32-19

ежедневно с 8:00 до 21:00 (время московское)

или на сайте:

сталинград-80.рф



Герой шпионского детективного сериала «Пилигрим» будет бороться со злом

Пятый канал и кинокомпания «Трикс Медиа» начали съёмки шпионского детективного сериала с рабочим названием «Пилигрим». Главную роль – спец-агента с позывным Пилигрим – сыграет Денис Васильев. В фильме также играют Дмитрий Паламарчук, Илья Шакунов и другие артисты.

По сценарию главный герой Дмитрий Рубцов (Пилигрим) вынужден постоянно переезжать. Все дело в его прошлом. Он – сотрудник секретного подразделения, которое боролось за самые сложные дела. Неожиданно все члены секретного отряда оказываются раскрыты – «крот» помог заполучить личные дела всех сотрудников. Большинство коллег Рубцова погибает. Пилигриму удастся спастись самому и спрятать свою жену.

Теперь нужно понять: кто предатель и как жить дальше.



Фото пресс-службы
Пятого канала

Кто-то из коллег Рубцова покидает страну, кто-то меняет имя и документы, переезжает в провинцию, чтобы жить тихо и неприметно. Пилигрим же принимает необычное решение – быть всегда в пути. Только старая жизнь не отпускает главного героя. То бывший соратник обращается за помощью, то информатор сообщает о надвигающейся беде, то старые враги появляются на горизонте: наемники-диверсанты, профессиональные похитители людей, воры, специализирующиеся на шедеврах искусства, и даже иностранные агенты. Пилигриму ничего не остается, как заниматься тем, что он умеет лучше всего – бороться со злом, помогать людям и своей стране.

«Бывшие любимые» поборются за любовь

На канале Домашний завершили съёмки сериальной мелодрамы «Бывшие любимые» (производство «Феникс-Фильм»). В ролях: Марина Митрофанова, Владимир Гуськов, Александр Арсентьев, Янина Соколовская, Мария Дмитриева, Владислав Прядехин, Андрей Макаров и другие артисты. По сюжету, Света и Андрей считались идеальной парой в институте, но после второго курса расстались врагами. Спустя восемь лет бывшие возлюбленные сталкиваются вновь. Теперь Света – гражданская жена крупного бизнесмена, через месяц у них свадьба, а Андрей – бойфренд дочери бизнесмена от первого брака. Но семейная идиллия не складывается, внезапно молодые люди понимают, что испытывают друг к другу совсем не родственные чувства...

– Моему герою придется столкнуться с непростыми испытаниями: расследование, ложь, борьба за любовь... – рассказывает Владимир Гуськов. – Мне всегда было интересно сыграть такого персонажа.

Фото пресс-службы телеканала Домашний



«Страна талантов» снова покорит зрителей

Продолжается кастинг в новый сезон оригинального развлекательного шоу телеканала НТВ «Страна талантов». Одаренные люди со всех концов нашей родины, занимающиеся народным творчеством, могут показать свои невероятные умения всей стране. А победитель проекта получит главный приз – 1 миллион рублей. В новом сезоне примут участие авторы-исполнители, талантливые вокалисты, музыканты и танцоры, а также творческие коллективы. Ограничений по возрасту нет. Оценивать участников будет народная артистка России Надежда Бабкина, а также другие звезды шоу-бизнеса, чьи имена пока держатся в секрете. Вести шоу будет певец Алексей Воробьев.

Фото PR НТВ

«Три аккорда» снова в эфире

На Первом канале – новый сезон шоу «Три аккорда». Напомним: по правилам проекта звездные участники на суд жюри и зрителей представляют собственные интерпретации культовых шлягеров в жанре шансона и авторской песни.

Как нам удалось узнать, в новом сезоне примут участие Екатерина Гусева, Лена Катина, Настасья Самбурская, Вадим Казаченко, Александр Олешко, Валерий Яременко, Лариса Долина, Евгений Гор и Виктория Дайнеко.

По традиции сдавать экзамены в школе городской песни им придется под пристальными взглядами жюри. Уже который год в нем Александр Новиков, Сергей Трофимов, Александр Розенбаум и Любовь Успенская. Ведущим шоу снова станет Максим Аверин.

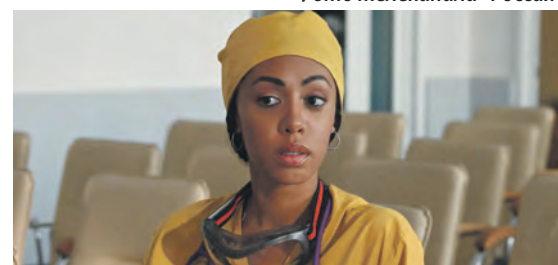
«Лихорадка» вышла на финиш

В Москве завершились съёмки многосерийного фильма «Лихорадка» для телеканала «Россия». Режиссером стал Александр Касаткин. По сюжету история происходит в одной из стран Африки, где вспыхивает опасная эпидемия. Кроме Москвы, съёмки проходили в Туле, Крыму и Кении.

– Сериал «Лихорадка», конечно, выдуманная история, но снята она на основе реальных событий – крупной эпидемии лихорадки Эбола в Либерии и ряде других стран Западной Африки 2014-15 годов, – поясняет режиссер Александр Касаткин. – Часть эпизодов мы снимали в Кении, где были первой российской съемочной группой, работавшей в таком масштабе, с кенийскими актерами.

Роли в сериале исполнили Любомир Константинов, Евгений Воловник, Тереза Диуро, Илья Малаков, Евгений Сидихин, Артур Ваха, Вадим Андреев и другие артисты.

Фото телеканала «Россия»



Егор Корешков вернулся в город детства

В Екатеринбурге режиссер Евгений Григорьев завершил съёмки криминальной комедии «Сломая голову», главные роли в которой исполнили Егор Корешков и Владимир Битоков.

Главный герой Андрей (его играет Егор Корешков) – учитель литературы – становится случайным свидетелем ограбления. И теперь ему вместе с Сергеем, который представился начальником службы безопасности (в этой роли снимался Владимир Битоков), предстоит во всем разобраться.

– Съёмки проходили в городе моего детства – Екатеринбурге, – говорит Егор Корешков. – Я в 90-х несколько лет прожил там на улице Блюхера, поэтому давно влюблен в этот город. Это необъяснимое ощущение: вновь находиться в городе, где ты учился. Я даже представить себе не мог, что спустя 30 лет здесь будут снимать полный метр со мной в главной роли. Что в самом городе, что на съемочной площадке я ощущал себя как дома – настолько комфортен был процесс!

В картине также сыграли Надежда Михалкова, Павел Деревянко, Алексей Федорченко и другие артисты.

AP travel РЕЧНЫЕ КРУИЗЫ
Офис в 3 минутах от «Семеновская»
+7 (495) 166-84-91, AP-TRAVEL.RU

Премьера круизов по Белоруссии 2023 на теплоходе «Белая Русь» по Днепровско-Бугскому каналу, рекам Муравей, Пина и Припять

МАРШРУТ 1: Брест (Брестская крепость) – Кобрин (музей А.В. Суворова) – Ляховичи (зеленая стоянка) – Дубое (Мотольский музей народного творчества, Музей Ф. Дастоевского, баня на берегу) – Пинск (2 дня: музей Белорусского Полесья, посещение белорусских производств) – Стахово (зеленая стоянка) – Туров (Туровское городище и посещение Молоцкого комбината) – Дорошевичи (Сафари-Парк и музей природы) – Новоселки (музей Деда Талаша) – Наровля (этнографический музей и Дом ремесел) – Мозырь (краеведческий музейный комплекс Замковая Гора)

ДАТЫ: 29 апреля – 6 мая, 13 – 20 мая, 27 мая – 3 июня, 16 – 23 сентября 2023 (8 дней)
Также возможен обратный МАРШРУТ из Мозыря в Брест в даты: 6 – 13 мая, 20 – 27 мая, 3 – 10 июня, 23 – 30 сентября 2023 (8 дней)
ЦЕНЫ: от 44 690 руб./чел. (эконом), от 64 890 руб./чел. (комфорт)

МАРШРУТ 2: Брест (2 дня: Брестская крепость, Национальный парк Беловежская Пуща) – Ляховичи (баня на берегу) – Дубое (Мотольский музей народного творчества, музей Ф. Дастоевского, посещение белорусских производств) – Пинск (культурная столица Полесья) – Стахово (поездка в Туров через Давид-Городок) – Качановичи (поездка на пазуху) – Пинск (музей Белорусского Полесья) – Кобрин (музей А.В. Суворова) – Брест (музей железной дороги)

ДАТЫ: 10 – 17 июня, 17 – 24 июня, 24 июня – 1 июля, 1 – 8 июля, 8 – 15 июля, 15 – 22 июля, 22 – 29 июля, 29 июля – 5 августа, 5 – 12 августа, 12 – 19 августа, 19 – 26 августа, 26 августа – 2 сентября, 2 – 9 сентября, 9 – 16 сентября 2023 (8 дней)
ЦЕНЫ: от 47 490 руб./чел. (эконом), от 68 990 руб./чел. (комфорт)

ВКЛЮЧЕНО В СТОИМОСТЬ: 4-разовое питание, экскурсии, развлекательная программа.

КАК ДОБРАТЬСЯ ДО/от БРЕСТА: ночным поездом (время в пути из/до Москвы примерно 12 часов)

КАК ДОБРАТЬСЯ ДО/от МОЗЫРЯ: поездом до/от станции Калинковичи

В продаже есть и другие круизные маршруты от 3 до 25 дней: до Перми, Соловецких островов, Уфы, Ростова-на-Дону, по Оке, Оби и Иртышу, о. Байкал, а также по Черному морю из Сочи в города Турции. Звоните!

ОПЫТНЫЕ ДИЗАЙНЕРЫ

ВОПЛОТЯТ ЛЮБУЮ ВАШУ ИДЕЮ!

- ★ ПОЛИГРАФИЯ
- ★ СУВЕНИРКА
- ★ НАРУЖНАЯ РЕКЛАМА

ОЧЕНЬ ДОСТУПНО И ВЫГОДНО!

БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ И ПЕРЕПЛАТ!

8 (903) 008-80-03

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Слышать, понимать, жить!

Швейцарские слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи и шумоподавлением.

bernafon

Цифровые и аналоговые, внутриушные, внутриканальные, заушные. Профессиональная консультация.

м. Войковская (рядом с метро) 4-й Новоподмосковный пер., 4
Тел.: 8 (499) 150-88-88, 8 (916) 879-74-31 www.neoton-sluh.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

СЕКРЕТ УСПЕХА

Прогул или не прогул?

Сотрудник не вышел на работу. Что делать начальнику – писать приказ о взыскании или спустить ситуацию на тормозах? Для начала разобраться в причинах. Сотрудник может сподвигнуть к отсутствию на рабочем месте уважительные или неуважительные причины. И все они прописаны в Трудовом кодексе РФ.



ПО НЕЗАВИСЯЩИМ ПРИЧИНАМ

Уважительные причины от работника не зависят, поэтому отсутствие не считается прогулом. Важно, чтобы при этом работник мог предъявить оправдательный документ. Им может быть листок нетрудоспособности, медицинская справка, справка из ЖЭУ, повестка из суда или справка из ГИБДД. Примеры уважительных причин: заболевание сотрудника (или его родственника), устранение аварийной ситуации дома, похороны близкого родственника, ДТП, нахождение в суде в качестве свидетеля, присяжного или на оперативно-следственных мероприятиях, а также при наступлении форс-мажорных ситуаций (пожар, наводнение).

ПО ЗАВИСЯЩИМ ПРИЧИНАМ

Прогулом не считается отсутствие сотрудника, если тот заранее предупредил руководителя об этом и получил согласие, в идеале письменное. Если временное отсутствие работника не тормозит весь трудовой процесс, можно и договориться. В идеале это должно быть как-то зафиксировано.

ВСЁ-ТАКИ ПРОГУЛ

Если же сотрудник не может предоставить официальный документ, объясняющий его отсутствие, и не договорился о своем отсутствии заранее, в этом случае причина неявки на работу не будет считаться уважительной, а руководитель будет иметь право наказать его за нарушение трудовой дисциплины.

Сразу после свадьбы каждая счастливая новоиспечённая жена думает, глядя на благоверного: «Теперь он только мой!»

Но спустя некоторое время эту мысль сменяет другая: «А точно он только мой? Не присматривает ли кого-нибудь на стороне?» Есть только один вариант задержать счастье на долгие годы и прогнать глупые мысли – стать для мужа незаменимой! А для этого надо выполнить несколько условий.

Переставайте пилить

1 Редкий мужчина захочет жить с женщиной, которая всегда недовольна и вечно его «пилит». Приходится задаваться вечным вопросом: «Куда делась моя красавица-невеста и откуда взялась эта мегера?» Поэтому женщине важно учиться быть гибкой, мыслить позитивно, а мелкие неприятности спускать на тормозах, не делая из них трагедию.

Лучше слушайте

Каждому человеку приятно, когда его слушают. А для мужчины ваше внимание важно как воздух. То, что вы способны слушать и слышать любимого, обязательно принесет свои плоды в виде его уважения и теплоты. Понимающую женщину найти непросто, такими не разбрасываются.

Как стать для мужа незаменимой



Помните о своей женственности

5 Положа руку на сердце, придется признать: мало какая женщина, выйдя замуж, старается сохранять свою женственность.

Рутинная, ежедневная беготня, домашние хлопоты сжирают все свободное время.

Но пару раз в неделю не грех перепоручить свои заботы домочадцам и посвятить время уходу за собой, обновлению гардероба, разным приятным женским штучкам.

Цените свою независимость

Главное не переборщить. Мужчины больше ценят независимых женщин, но не ставящих свою независимость в безусловный приоритет. Женщина, у которой есть свои интересы, свой круг общения, увлекательный досуг, всегда интересна мужчине. Она как будто добыча, которая то и дело ускользает и которую нужно заново добиваться. В отличие от жены, которая с головой погрузилась в заботы мужа и быта. Она доступна, всегда под рукой и потому теряет ореол таинственности.

...и уважайте независимость мужа

4 Не стремитесь заполнить собой всю жизнь любимого. Встречаясь с друзьями или занимаясь своим хобби, он получает новый заряд энергии для ваших отношений. Так что не стоит увязываться за ним хвостиком, куда бы он ни шел. Занимаясь своими делами, он успеет соскучиться и поймет, как ему приятно возвращаться к вам и только к вам!

...восхищайтесь мужественностью супруга

6 Каким бы уверенным ни выглядел мужчина, в глубине души он иногда сомневается в себе. Не уставайте хвалить своего благоверного, поддерживайте все его начинания. Мужчина никогда не оставит женщину, в глазах которой он герой, «рыцарь на белом коне» и просто лучший из мужчин.

Если у мужчины внутри есть твёрдый стержень, сломать его очень сложно. Поэтому женщине остаётся только одно – пилить...

На заметку

Что нравится разным знакам зодиака

- Идеальная женщина для мужчины-**Овна** – активная, жизнерадостная, практически неунывающая оптимистка.
- **Тельцы** хотят видеть рядом с собой изысканную и грациозную особу, которая не будет настаивать на лидерстве в их паре.
- Мужчины-**Близнецы** обожают разгадывать загадки, поэтому им по душе женщины таинственные, интригующие, умеющие быть разными.
- Никто не оценит домохозяйку, способную создавать вокруг себя уют, так, как мужчина-**Рак**.
- Блеск и яркость – в фаворе у **Льва**. Его любимая женщина должна выделяться из толпы и сиять.
- Красота в сочетании с умом и верностью – таков выбор мужчины-**Девы**.
- Мужчине-**Весам** важно чувствовать себя во всем правым. Женщина, готовая с ним соглашаться, покорила его навсегда.
- Для **Скорпиона** на первом месте верность и преданность избранницы. Но обязательно под маской таинственности.
- Общительная и образованная женщина привлекает **Стрельца** интересными разговорами, только не стоит первой делать шаг навстречу.
- **Козерог** ждет от своей избранницы признания его достоинств, а в ответ он готов ради нее горы свернуть.
- **Водолею** важно знать, что с женщиной можно поговорить обо всем на свете и доверить ей любую тайну.
- Нежная внимательная женщина, изобретательная в общении и способная преподнести приятный сюрприз, – такова мечта **Рыб**.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

О цифрах и числах

Люди так давно пользуются счётом и цифрами, что с трудом представляется то время, когда они были изобретены человеком. Наша викторина – о мире цифр и чисел.

1 В настоящее время используется несколько систем счёта. Самая популярная основана на числе 10 и связана с тем, что у нас на руках десять пальцев. Система называется десятичной. На основе двоичной системы работают калькуляторы и компьютеры, используя всего две цифры: 1 и 0. А ещё мы ежедневно используем шумерскую систему. За основу расчётов взято наименьшее число, которое без остатка делится на 2, 3, 4, 5 и 6. Где используется система исчисления шумеров, живших 5 тысячелетий назад?

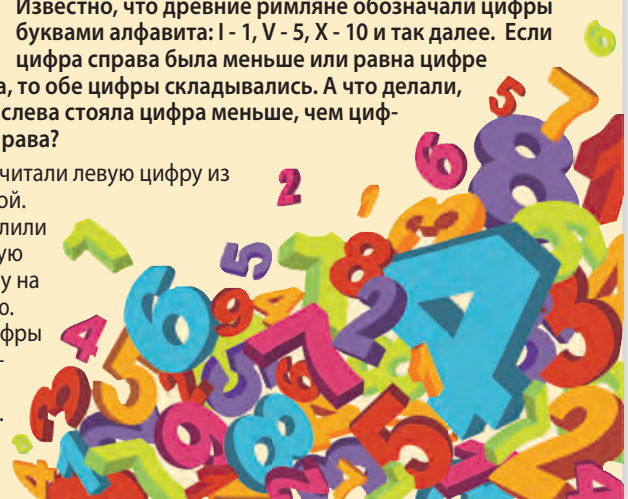
- а) Для счёта времени.
б) Для счёта высоты.
в) Для счёта глубины.

2 Сначала люди вели счёт по зарубкам. Перуанские инки считали урожай и животных, завязывая узелки на ремешках или шнурках. Существовала сложная система завязанных узлами нитей, окрашенных в различные цвета, значение которых было известно только чиновникам. Как называлась счётная система у инков?

- а) Абак.
б) Счеты.
в) Кипу.

3 Известно, что древние римляне обозначали цифры буквами алфавита: I - 1, V - 5, X - 10 и так далее. Если цифра справа была меньше или равна цифре слева, то обе цифры складывались. А что делали, если слева стояла цифра меньше, чем цифра справа?

- а) Вычитали левую цифру из правой.
б) Делили правую цифру на левую.
в) Цифры перемножали.



ОТВЕТЫ

- 1-а. Для счёта времени. Минута – 60 секунд, час – 60 минут. 2-в. Кипу.
3-а. Вычитали левую цифру из правой.

«МИР ПОГРУЗИТСЯ ВО ТЬМУ»

О ЧЁМ ПРЕДУПРЕЖДАЛА БОЛГАРСКАЯ ЯСНОВИДЯЩАЯ? И КАК ЭТО СВЯЗАНО С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ГЛАЗ?

Она предсказала смерть Сталина и перестройку. Гибель подлодки «Курск» и атомную катастрофу в Чернобыле. Девочка из бедной крестьянской семьи. Имя которой знает весь мир — Ванга!

В 12 лет она начала стремительно терять зрение. Размытые очертания предметов, двоение контуров, туман и пелена перед глазами... А в 14 ослепла совсем. По одной из версий, это могло произойти из-за болезни глаз — глаукомы. Лечить которую тогда просто не умели. Ведь народные средства здесь, увы, не помогут.

В отличие от современной медицины. Которая сегодня может вылечить глаукому, катаракту и другие заболевания глаз даже в домашних условиях.

НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ. УЧЁНЫЕ СПЕШАТ НА ПОМОЩЬ

Что видят слепые люди? Удивительно, но никто из них не живёт в кромешной тьме. Их зрачки могут реагировать на яркий свет. Оказывается, в глазах даже слепых людей есть специальные светочувствительные клетки. Так называются палочки и колбочки.

Колбочки дарят нам цветное и центральное зрение. А палочки обеспечивают чёрно-белое, периферическое и сумеречное восприятие. Учёные провели эксперимент. И выяснили, что под действием красного света увеличивается активность палочек.

Участники эксперимента (40 лет и старше) ощутили заметное улучшение зрения. В частности, улучшилась способность распознавать цвета. К примеру, синий. А ведь именно к синей части спектра с возрастом восприимчивость падает больше всего!

Таким образом, исследование показало, что волны красного света могут значительно улучшить зрение, особенно у людей в возрасте. Они «подзаряжают» энергетическую систему сетчатки глаза. И помогают людям лучше видеть. А главное, такую терапию можно проводить даже дома.

Это феноменальное открытие помогло создать потрясающий цветоимпульсный аппарат для домашнего применения. Уникальный по своим лечебным свойствам. Который сможет помочь миллионам людей с плохим зрением увидеть мир своими глазами — Вижн (SELFDOCS Vizion)!

ВИДЕТЬ ВМЕСТЕ С ВИЖН

Вижн — это уникальная медицинская техника для лечения и профилактики заболеваний глаз.

Его создатели пошли дальше эксперимента. И усилили форму. Добавив к красному ещё зелёный и синий цвета. Это просто потрясло мир офтальмологии. И перевернуло привычное представление о лечении глазных заболеваний. Поистине, такого ещё не делал никто!

Только представьте: заболевания глаз, которые раньше требовали операционного вмешательства, теперь стало можно лечить дома! Как Вам такое?

Можно смело сказать, что с изобретением аппарата Вижн в медицине началась новая эпоха.

В которой люди с проблемами зрения наконец-то получили шанс увидеть! Без операций.

И лечиться дома! Есть ещё одна хорошая новость. Аппарат Вижн производится в России. Поэтому доступен по цене. Ведь нет надобности переплачивать за перевозку и таможенные сборы. Согласитесь, это очень здорово!

Кроме того, Вижн является медицинским изделием. Он прошёл все клинические испытания и одобрен Росздравнадзором. Контроль на государственном уровне — это основная гарантия качества и безопасности. Это важно, ведь мошенников сейчас очень много.

Думаем, Вам будет интересно узнать, как действует Вижн. И кому может помочь. Слушайте...

ПРИШЛО ВРЕМЯ ВЗГЛЯНУТЬ НА МИР ПО-НОВОМУ!

В основе работы аппарата Вижн лежит фотонная терапия. Она воздействует на орган зрения цветом и ритмом... Сегодня это самый безопасный метод лечения. Который может помочь, казалось бы, даже в самых безнадежных ситуациях. Как это работает?

У каждого цвета своя электромагнитная длина волны. Это давно известное физическое явление.

Вижн воздействует на Ваши глаза особым грамотно подобранным сочетанием цветов разной длины. А их частота схожа с частотой наших собственных клеток. Поэтому при воздействии на них «родным» цветом можно исправить многие нарушения в работе глаз. Что же происходит во время процедуры? Мышцы глаза сокращаются, улучшается питание и микроциркуляция в тканях.

Активизируются процессы метаболизма. При регулярном использовании укрепляются мышцы глазного яблока. Это почти как тренировки для спортсменов. Только тренируете Вы глазные мышцы. Уже через несколько процедур очертания предметов становятся более чёткими, а цвета сочными и яркими. Пропадает краснота и ощущение песка в глазах.

С Вижн Вы в буквальном смысле можете остановить старение глаз. И видеть снова как в молодости, когда про очки даже и не слышали.

В каких ситуациях Вижн может помочь?

КОМУ ВИЖН МОЖЕТ ПОМОЧЬ? ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

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

ЗАБУДЬТЕ ПРО КАПЛИ И УКОЛЫ В ГЛАЗА!

Забудьте всё, что Вы пробовали до этого в лечении глаз. Ведь часто то, что прописывают врачи, в лучшем случае только снимает симптомы и даёт кратковременный эффект. Или же предлагают кардинальное хирургическое лечение, на которое не каждый решится. Особенно если есть хронические заболевания. Но скажите честно, положила руку на сердце, у кого их нет после 50? То-то же!

Поэтому создатели аппарата Вижн пошли совсем другим путем. Во-первых, никаких сложных манипуляций. Для того, чтобы начать лечение, достаточно просто надеть специальные очки и нажать кнопку. Минимум действий. Уж с этим справится любой. Процедура длится не более 12 минут!

Во-вторых, улучшает питание тканей и кровоток. Это позволяет быстрее справиться с истощением глазных тканей и дистрофией.

А ведь именно это является первопричиной большинства глазных заболеваний!

А как Вы правильно понимаете, вовремя устранить причину — это уже 90% успеха в лечении любой болезни!

А для людей, страдающих диабетом, аппарат Вижн вообще не замечен. Ведь глаза у них — слабое место! Аппарат поможет справиться с частыми проблемами — глаукомой и катарактой. И остановить потерю зрения.

Вижн также нормализует глазное давление и стимулирует питание волокон нерва, которые ещё не атрофированы. То есть предотвращает дальнейшее ухудшение и, что важно, сохраняет здоровые участки. В результате улучшается отток жидкости, диск зрительного нерва не пережимается из-за давления, и происходит невероятное — функция нерва начинает восстанавливаться!

Вы можете себе представить такое?!

Зрение после этого становится в разы лучше! Это же просто фантастика! При этом многим, чтобы увидеть первые улучшения, требуется всего один курс процедур! А эффект держится длительное время!

ПРО ЗРЕНИЕ И НЕ ТОЛЬКО

Вы удивитесь, но цветоимпульсная терапия помогает улучшить не только зрение. Убедитесь сами.

Цветовые импульсы аппарата через глаза действуют на мозг. И получают обратный сигнал — действовать!

В результате активизируются участки мозга, которые «ленились» работать на полную мощь. И работа смежных со зрением систем улучшается.

Так, уже через пару применений Вы заметите, как головные боли стали значительно меньше, реже скачет давление. Чувство усталости и напряжения сменится приятной лёгкостью во всём теле. Даже сон придёт в норму!

К тому же улучшится работа внутренних органов, заболевания которых вызваны психоэмоциональными нарушениями. Получается, что вместе с Вижн Вы убиваете двух зайцев одновременно. Восстанавливаете зрение и приводите в баланс расшатанную систему всего организма. А какая экономия при этом на лекарствах! Для многих это будет очень ощутимо.

ПРОРОЧЕСТВО НАЧАЛО СБЫВАТЬСЯ?

По данным ВОЗ, в мире около 2,2 млрд человек имеют нарушения зрения. Это больше, чем население Новосибирска.

Или, например Казани. Целые города незрячих! Вы представляете?! Теперь Вы понимаете масштаб катастрофы? Ясновидящая перед смертью оставила пророчество: «Мир погрузится во тьму». Так не об этом ли говорила Ванга?

Но Вы можете это остановить. Плохое зрение сейчас не приговор. К счастью, в большинстве случаев этот процесс обратим.

Сегодня учёные, медики, инженеры — целая армия специалистов — сделали всё, чтобы Вы смогли увидеть этот мир своими глазами. Берите, пользуйтесь. Это всё сделано для Вас!

Чтобы Вы не шарили рукой утром в поисках очков. Могли без труда вдеть нитку в иголку, увидеть ценник в магазине.

Просто позвоните по номеру 8-800-505-57-42 и очень скоро Ваша жизнь заиграет новыми красками. А мир вокруг обретёт четкие контуры.

**ПОЛУЧИТЕ СКИДКУ*
5000 р.
по промокоду
ЗРЕНИЕ**

**ЗАКАЗЫВАЙТЕ
АППАРАТ «ВИЖН»
по телефону горячей линии:
8 (800) 505-57-42**

Консультация специалиста **БЕСПЛАТНО!**

Сделано в России | Более 10 лет на рынке

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. 433507, г. Дмитровград, а/я 476. В письме укажите номер телефона. www.prodex.ru. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. *Акция действует с 25.01.2023 г. по 25.02.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014 Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Юбилейный, десятый сезон всенародно любимого сериала «Склифосовский» стартует на телеканале «Россия» 30 января. И происходит это не столько по желанию руководства, сколько благодаря многочисленным просьбам зрителей.

Анна ЯКУНИНА:

/// МЫ В «СКЛИФОСОВСКОМ» НЕ ИГРАЕМ, А ПРОЖИВАЕМ»

Потому что очень хочется узнать, что дальше будет с принципиальным Олегом Брагиным и исключительно профессиональной Мариной Нарочинской, как чувствует себя Ирина Алексеева Павлова и, наконец, как сложится личная жизнь Ниночки Дубровской. Все это зрители скоро увидят, а пока мы решили поговорить с актрисой Анной Якуниной, чтобы спросить о ее впечатлениях от нового сезона «Склифа».

С первого дня и на десять лет

– Вы помните свой самый первый съёмочный день в проекте «Склифосовский»? О чём думали, на что надеялись, из-за чего переживали?

– Конечно, помню! И помню, что это было достаточно нервно. Я вообще не люблю первые съёмочные дни на любом проекте, потому что в этот момент еще не знаешь, как «пристроиться» к персонажу, как его «ожить». И потом, уже некоторое время спустя, думаешь: «Вот бы вернуться в этот день и абсолютно все изменить». А переживала я единственное за то, как эта роль будет развиваться: мне, как артистке ненасытной, очень не хватало «моей» Нины на тот момент.

– Но вот уже 10-й сезон, и ваша Нина – один из значимых в сериале и один из самых любимых у зрителей персонаж.

– Да, в итоге это вылилось в десятилетнюю историю... Но в этом, наверное, и радость актерской работы, и везение, что роль становится знаковой, узнаваемой. Для артиста это всегда своя личная победа.

Желания поставить точку не было

– За все эти годы можете припомнить эпизоды, которые особенно сильно запали вам в душу и по-актёрски, и по-человечески?

– Вы знаете, были такие эпизоды во всех сезонах, и сейчас – в десятом – они тоже есть. Это моменты, в которые мы много сами от себя добавляли, моменты, кото-

рые, как мне кажется, на сегодняшний день очень точно «падают» и в нас, и в людей. Я, когда сама вижу их со стороны, всегда радуюсь, как они у нас получились. Но перечислить их сложно, это все больше на эмоциональном уровне.

– Что столько времени держит вас в проекте? Не было ли желания поставить точку?

– Нет, желания поставить точку у меня никогда не бы-

ло. Если персонаж живет, если есть сценарно развивающаяся история, если все счастливы от того, что все до сих пор продолжается, то почему бы и нет?! Я знаю, были разговоры, что пора заканчивать, что хватит уже сезонов.

Но чем дальше, все ровнорно наоборот: если до

сих пор интересно, то, значит, все возможно. А номер сезона – всего лишь цифры. Главное, чтобы мы сами себя не изжили.

– И в этом, наверное, главная сложность?

– Да, и главная опасность. И возникает вопрос: как не растерять себя, и фантазию сценарную, и терпение режиссера? Это как в театре, когда долго играешь в одном спектакле. Но если в театре ты играешь его много-много лет и ничего не меняется, то здесь, безусловно, есть возможность в каждом сезоне делать что-то новое. Просто нужно это учитывать и думать об этом.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ



КСТАТИ

«Кто с кем дышит»

– В чём, на ваш взгляд, секрет успеха сериала? Почему он стал народным?

– Каждый год спрашивают: «В чём секрет?» Да бог его знает, в чём секрет! Наверное, в том, что мы не играем этих персонажей, мы их проживаем. И это очень приближено к тому, как происходит в реальной жизни: как мы выходим из дома, как приходим на работу, как встречаемся с коллегами и друзьями, как разговариваем, как слушаем, как сопереживаем. Каждая съёмочная сцена – это не «кто за кем говорит», а «кто с кем дышит». И я желаю всем нам не потерять эту искренность, естественность и живое существование в кадре, всю эту творческую составляющую, которая и сделала сериал «Склифосовский» действительно народным.



Марина Нарочинская (Мария Куликова) снова вместе с Брагиным, но их счастье пока под угрозой.



Сергей Куликов (Константин Юшкевич) готов справиться с самыми тяжёлыми травмами.



Геннадий Кривицкий (Андрей Ильин) возвращается в Москву, а Ирине Павловой (Елена Яковлева) предстоит сложная операция.



Любимую Ниночку Олег Брагин (Максим Аверин) готов носить на руках!

**Мы бесплатно вручаем курс на 1 месяц омега-3 из Норвегии первым 100.000 позвонивших!
Вы оплачиваете только 399 руб. за доставку!***

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

Уже почти 2 миллиона счастливых клиентов в Европе узнали о полезных свойствах и преимуществах омега-3, и с тех пор употребляют ее ежедневно. Теперь пришло время и для России попробовать наш продукт – OmegaMARE Forte+** с витамином D. Мы уверены в его качестве, поэтому готовы предложить вам целый курс, чтобы и вы убедились в его исключительной пользе!

10 веских причин, почему стоит начать прием **OmegaMARE Forte+**
Всего две капсулы в день для заботы о Вас и всей Вашей семье!



1 Память и внимание

Омега-3 – основная жирная кислота нашего мозга. Недостаток омега-3 может быть причиной нейродегенеративных изменений.

2 Сердце

Действие кислот ДГК и ЭПК направлено на обеспечение нормального кровяного давления.

3 Здоровые кости

Витамин D в составе OmegaMARE Forte+ способствует укреплению костной ткани, помогает усвоению кальция.

4 Кожа и волосы

За счет антиоксидантных свойств омега-3 поддерживает тонус кожи и эластичность волос.



5 Поддержка наших клеток

Регулирование процесса деления клеток благодаря витамину D в составе OmegaMARE Forte+.

6 Пищеварительная система

Омега-3 и витамин D совместно участвуют в правильной работе органов пищеварения.

10 Печень

Благодаря поддержанию нормального уровня триглицеридов омега-3 помогает бороться с последствиями несбалансированной диеты.

9 Иммуитет

Укрепление иммунной системы особенно важно в период простудных и вирусных заболеваний.

8 Зрение у всех членов семьи

Омега-3 необходима всем представителям Вашей семьи для сохранения остроты зрения.

7 Мышцы и сила

Витамин D поддерживает регенеративные процессы, делает мышечные клетки более устойчивыми.

Высокие стандарты норвежского производства

- ✓ OmegaMARE Forte+ производится на одном из ведущих фармацевтических предприятий Европы – Pharmatech.***
- ✓ Качество выпускаемой продукции гарантировано строгим соблюдением требований Европейского Союза.
- ✓ Pharmatech имеет сертификаты HACCP и FDA, которые включают в себя стандарт GMP.



БАД. На правах рекламы.

ЗАКАЖИТЕ СЕЙЧАС!

Просто позвоните по бесплатному телефону:

8 800 600-25-91

(с 8:00 до 20:00 по мск),

назовите код: **12721203,**

и курс на 1 месяц OmegaMARE Forte+ ваш!

0 рублей!
Оплачивается только
доставка – 399 руб.*

Обычная цена
~~1 149 рублей!~~

Помните, что количество ограничено!

* Оплата доставки в любой регион России происходит наложенным платежом при получении товара в отделении почты. ** OmegaMARE Forte+. *** Фарматэк.

Продавец: ООО «Народная казна» - официальный поставщик продукции Nordic Natural Pharma на территории Российской Федерации. Адрес: 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6. ОГРН 1167746612230. Страна производства: Норвегия. Состав: концентрированный рыбий жир, концентрат жира атлантической трески, желатин говяжий (оболочка капсулы), эмульгатор глицерин E422 (оболочка капсулы), вода дистиллированная (оболочка капсулы), витамин D3 (холекальциферол). СГР № RU.77.99.88.003.E.001100.03.19 от 27.03.2019. В соответствии с подп. 1 п. 4 ст. 9 и ст.15 ФЗ РФ «О персональных данных» № 152-ФЗ, я предоставляю свои персональные данные, указанные мною при заказе, и даю согласие на их обработку в маркетинговых целях, связанных с дистанционной торговлей, включая хранение, использование, распространение, уточнение, трансграничную передачу ООО «Народная казна» и его партнерам. Данное согласие действительно в течение 5 лет. По истечении указанного срока согласие считается продленным на каждые последующие 5 лет при отсутствии моего заявления о его отзыве: 8 (800) 600-31-09, info@omegamare.com. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве, сроках, месте и порядке получения по телефону: 8 (800) 600-25-91. Срок проведения акции: с 25.01.2023 по 25.04.2023.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

В актёрском багаже нашего сегодняшнего собеседника не хватает, пожалуй, только сказочных персонажей.

Павел ВОРОЖЦОВ:

Комедия — это трагедия для её героев»

Потому что в остальном он сыграл, кажется, всех — от красноармейца до беспринципного чиновника, от трудника в монастыре до участкового уполномоченного. В новом сериале ТНТ «Просто Михалыч» Павлу досталась роль главы семьи Беляковых, которая проходит испытание внезапным приездом самобытного родственника из глубинки. Мы поговорили с актером об этой и других премьерах, а также о воспитании детей и даже о сути актерской профессии.

Испытание Михалычем

— Павел, у вас такой диапазон ролей, что диву даёшься. Откуда берётся материал для них? Багаж наблюдений должен быть огромный!

— Спасибо за вопрос! Если речь идет о широком диапазоне актера, это говорит о наличии у него таланта (смеется). А если серьезно, наблюдение за людьми и окружающим миром свойственно актерской природе, это происходит само собой. И то, что мы делаем, это результат работы сознания и подсознания, внимания и воображения актера и режиссера. Это основные составляющие нашей профессии.

— Расскажите о своей роли в новом проекте ТНТ «Просто Михалыч». Это комедия, а значит, у персонажа есть какая-то юмористическая нотка. В чём она заключается?

— Комедия — это трагедия, в которой герои находят выход из навалившейся на них ситуации. Чем трагичнее эти обстоятельства, тем веселее

С Ольгой Медынич на съёмках сериала «Просто Михалыч».



ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

— Всем людям, и в особенности читателям «ТЕЛЕКА», я желаю вдохновения независимо от их рода деятельности. Слушайте голос сердца и ничего не бойтесь.

Это двоюродный брат моего персонажа, который врывается в стабильную жизнь семьи Беляковых, и все это приводит к неожиданным последствиям. Но в результате делает семью Семейей.

— Какие впечатления остались от съёмок — смешные моменты, интересные знакомства, неожиданный опыт?

— Я вас уверяю: съемки — это всегда неожиданный опыт, всегда интересные знакомства и всегда смешные моменты. В этом и есть прелесть нашей профессии.

Лично для меня особенность этого проекта в том, что главного персонажа — Михалыча — играет Владимир Епифанцев, с которым я познакомился 20 лет назад в Таллине, откуда я родом. Он ставил спектакль,

а я был в студии при театре. И в этом смысле истории совпадают. Когда я смотрел на Владимира, возникали параллельные ассоциации из нашей юности. В каком-то смысле это совпадало с нашим взаимодействием в кадре.

Актер и зритель

— Вы работали с такими мэтрами режиссуры, как Алексей Учитель, Сергей Урсуляк, Юрий Бутусов. Что для вас важно в работе с режиссёром и на что, по-вашему мнению, обращают внимание режиссёры, утверждая вас?

— Было бы интересно такое персональное исследование — у всех режиссеров, с которыми я работал, «выпытать» правду: почему они утвердили на роль актера Ворожцова? Если бы я был режиссером, я бы мечтал, чтобы в моей команде оказался такой артист — разноплановый, содержательный, очень дисциплинированный и невероятно скромный! Но если говорить серьезно, мне важно понять замысел режиссера и приложить все усилия для воплощения его идей. Кстати, я даже если не согласен с его решением, сначала сделаю то, что он просит, а потом предложу свой вариант. Я как-то так воспитан.

— Можно немного о ролях в театре — недавно вышедших и готовящихся к премьере?

— Последняя премьера с моим участием на театральной сцене — спектакль Петра Шерешевского по пьесе Константина Стешика «Друг мой». Если есть люди, которые хотят получить концентрированное театральное впечатление в течение часа, добро пожаловать в МХТ, на малую сцену. Основной мой партнер — Виктор Хориняк, у нас сложился удачный актерский дуэт. Вместе с нами играют не только актеры, но и художники, которые на глазах у зрителей создают необычное пространство. В общем, любопытная ироничная вещь, не лишенная глубины и поиска ответов на вопросы бытия.

О постановках, которые готовятся, говорить не люблю. Но надеюсь, что в конце марта у нас состоится интересная премьера.

— Наверняка и в качестве зрителя часто смотрите спектакли и кино. Поделитесь последними впечатлениями?

— Как говорится, сапожник без сапог. Я смотрю только спектакли, в которых играю. Рекомендую сходить на «Месяц в деревне» на основной сцене МХТ. А если говорить про кино, из последнего, что я с интересом посмотрел, это сериал Валерия Тодоровского «Надвое». А из зарубежного контента — сериал «Предложение», о съемках «Крестного отца». Очень любопытно для любителей кино.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

ДЕТАЛИ

«Интересно друг с другом»

— Публичные люди часто говорят, что очень ценят возможность побыть со своей семьей. Есть какое-то развлечение, вид досуга, который ваша семья особенно любит?

— Я в этом смысле не исключение. Поскольку моя работа связана с необходимостью быть в разных местах (на съемках, на сцене театра, на репетиции), я жадно хватаюсь за каждую возможность никуда не идти, не спешить и ничего не делать. Лечь на диван перед телевизором — вот любимое времяпрепровождение с семьей. Но, конечно, мы успеваем обсудить впечатления о жизни. Нам интересно друг с другом!

НА ЗАМЕТКУ

— Судя по интервью, вся ваша семья состоит исключительно из творческих личностей: жена Алёна Анохина — режиссёр, дочь Варвара занимается художественным творчеством, сын Фёдор — музыкой. Не сложно такому квартету существовать под одной крышей?

— По-разному бывает, как у всех. Но если выбирать, скорее нет. Мне кажется, творческий человек — не только тот, кто занимается музыкой, теа-

О родительском долге

тром, поэзией или кино. Творчество в любой профессии может присутствовать. Больше того, в творческой профессии оно может отсутствовать, а в «нетворческой» все может быть пропитано вдохновением и духом созидания.

— Как находите баланс между строгостью в воспитании детей и необходимостью вырастить самостоятельных личностей?

— Очень интересно наблюдать, как люди растут. Вспоминаешь себя в их годы и осекаешься, возжелав сделать суровое замечание. Приходит понимание, что дети должны найти сами себе занятие по душе, без сторонних указаний. Задача родителей — помочь, если есть такая просьба. Когда ребенок находит что-то подходящее, не противоречащее Уголовному кодексу, можно считать, что родительский долг выполнен.

Чем опасен для вас шум в голове или ушах?

Организм человека – это сложный и хорошо отлаженный природой механизм, который при любом сбое, пусть даже незначительном, сразу же посылает нам сигнал

Именно поэтому постоянный шум в голове относится к таким важным «звоночкам», свидетельствующим о развитии какого-либо недомогания. Это бомба замедленного действия в вашем организме. Шум может иметь различную интенсивность, постоянный или приступообразный характер. Очень часто неприятные ощущения сопровождаются головокружением, тошнотой, снижением работоспособности и другими последствиями для вашего организма.

Главная опасность таких шумов заключается в том, что они являются симптомами развития широкого спектра опасных заболеваний – от сосудистых нарушений до злокачественных опухолей мозга. Именно поэтому при возникновении у вас шума в голове или ушах так важна ранняя диагностика и вовремя начатое лечение.

Что будет, если не обратиться к специалисту?



В большинстве случаев шум в голове или ушах свидетельствует о наличии у вас серьезных патологий, представляющих реальную угрозу.

Согласно проведенным медицинским исследованиям, скорость развития этих патологий и осложнений в последние годы стремительно растет.

Если вы не примете срочные меры или будете использовать неэффективное лечение, то в вашем организме неизбежно запустятся мощные патологические процессы, которые приведут к прогрессированию основного заболевания и необратимым последствиям для вашего организма. Кроме того, постоянный шум в голове вызывает множественные неврологические расстройства и существенно снижает качество жизни.

Как правильно питать организм и восстановить вашу иммунную систему?



Главная причина шума в голове и ушах

Абсолютно все процессы в нашем организме управляются головным мозгом. Его клетки получают информацию от всех органов и систем, анализируют эту информацию, вырабатывают нужную реакцию и по

нервным клеткам передают соответствующие приказы различным органам тела. Иными словами, человек остается здоровым, пока мозг четко и корректно управляет этими процессами.

Шум в голове (как и любые другие симптомы) возникает от совокупности различных факторов. Эти факторы приводят к сбою в работе определенных отделов головного мозга и нарушениям

нейронных связей. Другими словами, мозг перестает отдавать «правильные» приказы для четкой работы вашей системы кровообращения, что приводит к появлению шумов, а потом и к более серьезным последствиям, которые отмечались выше.



www.vita-li.com

*Сроки проведения акции с 01.01 по 28.02.2023 г. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону 8 (495) 221-92-01.



При покупке сосудистого комплекса – один из кремов на выбор в ПОДАРОК

Как вам поможет прием сосудистого комплекса?

Улучшится обмен веществ в клетках за счет нормализации капиллярного кровотока. Усилятся процессы вывода шлаков и токсинов из клеток и органов. Укрепнет иммунитет.

Вы почувствуете новый прилив сил и активности. Вернется ощущение свежести, бодрости, поднимется настроение.

За счет улучшения чистоты внутренних органов ваш организм начнет активно сопротивляться разрушительному течению времени – другими словами, повысится ваш уровень молодости.

А ТЕПЕРЬ САМОЕ ВАЖНОЕ:

✓ **Сосудистый комплекс – наиболее мощное оружие современной практики при шуме в голове.**

✓ **Сосудистый комплекс – можно эффективно использовать совместно с любыми лекарственными продуктами, без каких-либо побочных эффектов.**

✓ **Сосудистый комплекс – УПОТРЕБЛЯЮТ тысячи людей в НАШЕЙ СТРАНЕ.**

✓ **Производится в России.**

✓ **Многоуровневый контроль качества.**

Кроме этого, сосудистый комплекс восстановит вашу иммунную систему. Он поможет при очищении организма от шлаков и токсинов. Это повысит ваш уровень молодости и предотвратит развитие многих возрастных патологий. Вы будете оставаться крепким и активным до глубокой старости, а не вести вялотекущую образ жизни, ожидая помощи от своих детей, врачей, родных и близких.



При оформлении курса – 50% скидка*

Как победить шум в голове и ушах быстро и эффективно?

Ответ очевиден: необходимо регулирование процессов внутреннего обмена веществ – первопричины расстройств системы кровообращения. Очень важно затормозить склеивание тромбоцитов, проще сказать – разжижить кровь. А еще – ускорить образование тканей при повреждении. Необходим продукт, который восстановит работу мозговых центров, отвечающих за регуляцию кровеносной системы.

Сосудистый комплекс рекомендован людям с целью питания и укрепления сердечной мышцы, а также лечения сердечно-сосудистых заболеваний. У кого уже есть проблемы с сердцем, сосудистый комплекс необходим при комплексном лечении стенокардии, аритмии, сердечной недостаточности, во время реабилитации после инфаркта миокарда. Регулярный прием магния снижает риск инфаркта в 2 раза, прием калия снижает риск инсульта на 40%.

Почему так важен сосудистый комплекс?

Селен в соитании с Калием и Магнием питает и укрепляет сердечную мышцу, нормализует обменные процессы в миокарде, улучшает работу сердца, предотвращает преждевременное старение и изнашивание миокарда, препятствует развитию атеросклероза, гипертонии, аритмии, ИБС и метаболических изменений в миокарде.

Как это работает?

Альгинат натрия, входящий в состав сосудистого комплекса, воздействует на управляющие центры головного мозга.

Мозг начинает вырабатывать десятки нейрогормонов и формировать «корректирующие» нервные импульсы.

Нейрогормоны во много раз эффективнее самых мощных лекарств, помогают в лечении. Нервные импульсы устраняют патологические процессы на клеточном уровне и корректируют работу других органов и систем организма.

Всем крепкого здоровья, и берегите себя, здоровье у нас одно.

Звоните и заказывайте сосудистый комплекс для себя и своих близких 8 (495) 221-92-01

Бесплатные звонки, консультация специалистов, а также бесплатная адресная доставка.

Запеканки есть практически во всех кухнях мира. Дело в том, что, как правило, изначально запеканки делались из оставшихся продуктов, которые просто собирались в одну посуду и запекались, залитые яйцом или каким-нибудь простейшим соусом.

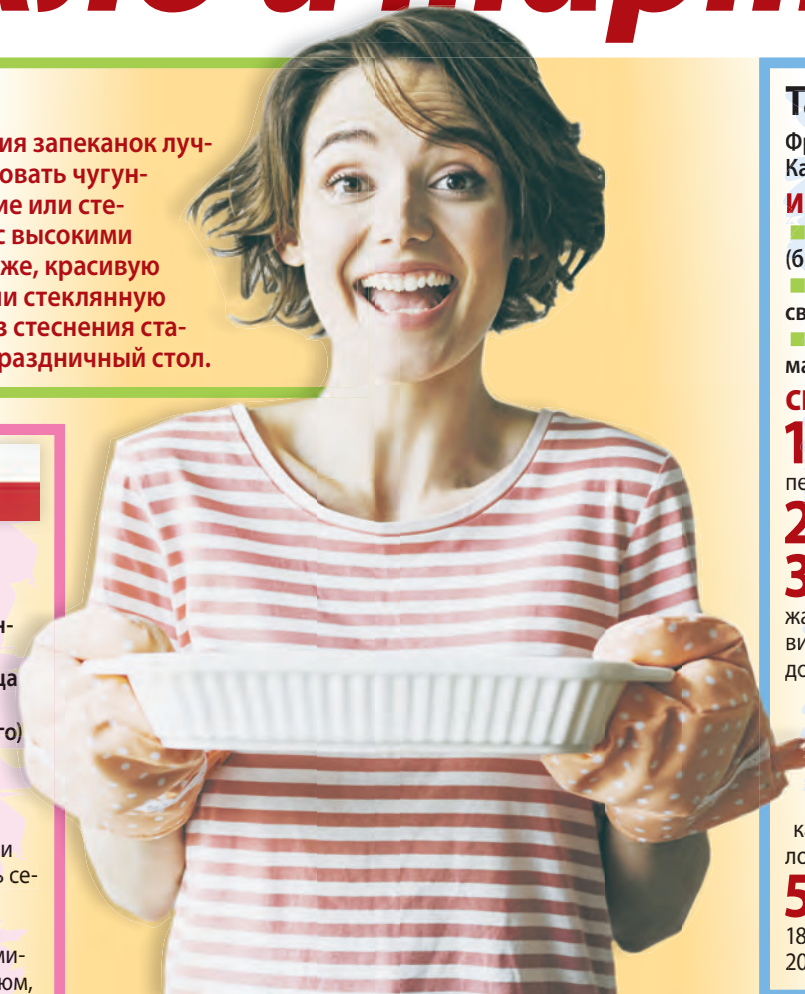
Однако со временем запеканки стали абсолютно самостоятельным блюдом, а многие из них вошли в золотой фонд кулинарии. Предлагаем вам несколько рецептов. Попробуйте приготовить их, и наверняка вам понравится.

ЗАПЕКАЕМ НА ОБЕД

Чокло и тартифлет

Кстати

Для приготовления запеканок лучше всего использовать чугунные, керамические или стеклянные формы с высокими стенками. К тому же, красивую керамическую или стеклянную форму можно без стеснения поставить даже на праздничный стол.



Тартифлет

Французская кухня. На 2 персоны. Калорийность (на 100 г): 165 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г картофеля
- 200 г мягкого сыра с корочкой (бри, камамбер)
- 150 г подкопченного бекона
- 2 луковицы
- 3-4 зубчика чеснока
- 3-4 веточки свежего тимьяна (или 0,5 ч. л. сушеного)
- 40 мл сухого белого вина
- 1 ч. л. сливочного масла
- молотый черный перец
- соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Картофель нарезать кружочками (1,5 см), бекон нарезать кубиками, сыр – тонкими пластинами, лук – перьями или полукольцами, чеснок мелко порубить.
- 2 Картофель сварить в подсоленной воде до полуготовности (7-10 минут), воду слить.
- 3 Вытопить жир из бекона на сухой сковороде, добавить лук, жарить до прозрачности, добавить чеснок, жарить еще 30 секунд, посолить, поперчить, влить вино, добавить листики тимьяна, довести до кипения, снять с огня.
- 4 Форму для запекания смазать маслом, выложить половину картофеля, затем – лук, бекон и оставшийся картофель; сверху выложить сыр.
- 5 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 20 минут.



Пастель де чокло

Чилийская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 126 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г мяса (говядины или свинины)
- 250 г филе птицы (курицы или индейки)
- 100 г изюма
- 2 банки консервированной кукурузы
- 100 г маслин б/к
- 0,5 стакана молока
- 1 перчик чили
- 1 луковица
- 1-2 зубчика чеснока
- 1 сладкий перец
- 1 ст. л. сахара
- 2 ст. л. растительного (кукурузного) масла
- 20 г сливочного масла
- кумин
- соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Филе птицы нарезать, мясо нарезать мелко, лук – крупными кольцами, сладкий перец – небольшими кубиками, перчик чили – тонкими колечками (извлечь семена), маслины – колечками, чеснок мелко нарубить.
- 2 Мясо обжарить на растительном масле 5-7 минут, добавить куски филе, жарить, помешивая, еще 5 минут, добавить лук, сладкий и острый перцы, кумин, изюм, маслины, чеснок, влить столько горячей воды, чтобы она покрывала содержимое наполовину, тушить 15 минут.
- 3 Зерна кукурузы переложить в блендер (жидкость слить), добавить молоко и 1 ст. л. масла, измельчить.
- 4 В смазанную маслом форму для запекания выложить половину кукурузной массы, затем – мясную массу, сверху – оставшуюся кукурузную массу; посыпать сахаром.
- 5 Запекать в духовке при 160 градусах 20 минут, затем увеличить температуру до 220 градусов и запекать еще 15 минут.



Запеканка из картофеля с квашеной капустой

Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 78 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 300 г картофеля
- 200 г квашеной капусты
- 2 яйца
- 1 луковица
- 1 ст. л. сливочного масла
- 1 ст. л. растительного масла
- молотый черный перец
- соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Лук нарезать тонкими четвертькольцами, картофель нарезать кружочками толщиной 5-7 мм, залить кипятком на пару минут. Лук обжарить на смеси масел до прозрачности.

- 2 Капусту хорошо отжать, добавить к луку (если капуста нашинкована длинной соломкой, лучше нарезать ее помельче), перемешать, жарить еще 7-10 минут.

- 3 В одной миске соединить картофель и капусту, вбить яйца, посолить, поперчить, хорошо перемешать.

- 4 Выложить полученную массу в форму для запекания, разровнять.

- 5 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 20 минут.



Брандада из морской рыбы

Испанская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 122 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 700 г филе белой морской рыбы (треска, пикша и т.п.)
- 400 г картофеля
- 3 зубчика чеснока
- 70 мл молока
- 2 ст. л. жирных сливок или сметаны
- 200 мл растительного (лучше оливкового) масла
- 1 ч. л. лимонного сока
- щепотка мускатного ореха
- 1-2 веточки свежего тимьяна (или щепотка сушеного)
- 1 лавровый лист
- молотый черный перец
- соль



СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Картофель очистить, 2 зубчика чеснока очень мелко нарубить.
- 2 Картофель сварить в подсоленной воде до готовности; воду слить, картофель пюрировать.
- 3 Рыбу залить холодной водой, довести до кипения на небольшом огне, добавить тимьян и лавровый лист, варить 7-10 минут, снять с огня, извлечь и разобрать на небольшие куски рыбы, бульон слить.
- 4 Отдельно в разных ковшиках нагреть (но не доводить до кипения) растительное масло (оставить 1 ст. л. для смазывания формы) и смешанное со сливками молоко.
- 5 Рыбу вернуть в кастрюлю, в которой она варилась, поставить на малый огонь и, посто-

янно энергично помешивая, ввести небольшими порциями попеременно горячее масло и молочную смесь; при получении однородной массы снять с огня.

– Дорогая, к нам сегодня гости зайдут, приготовь чего-нибудь на ужин! – Не вопрос. А как приготовить: чтобы ещё больше не прихотили?



- 6 Добавить в кастрюлю картофельное пюре, перемешать; добавить лимонный сок, чеснок, мускатный орех, посолить, поперчить, еще раз тщательно перемешать.

- 7 Оставшийся зубчик чеснока разрезать пополам, тщательно смазать форму для запекания; оставшееся растительное масло вылить в форму, равномерно распределив по всему объему; выложить картофельную массу, разровнять.

- 8 Запекать в максимально разогретой духовке (250 градусов) под грилем до румяной корочки (10-15 минут).

Светлана ИВАНОВА

Здоровье нашего кишечника в большой мере определяется бактериями, которые принимают участие в переваривании пищи, производстве витаминов и так далее.

Недостаток же или небольшое разнообразие этих бактерий могут привести к набору лишнего веса. Давайте разберемся, как помочь микрофлоре кишечника стать нашим союзником в борьбе за фигуру.

Как это работает

Чувство голода и насыщения контролируется определенными гормонами (лептин, грелин и др.), а их количество в свою очередь регулируется кишечными бактериями.

Некоторые бактерии кишечника могут провоцировать воспаление и снижать чувствительность к инсулину, стимулируя набор лишнего килограммов. Другие бактерии, наоборот, имеют противовоспалительное свойство, повышают чувствительность к инсулину и помогают снижать вес.

Кишечные бактерии помогут в похудении



Улучшаем микрофлору
Учитывая вышесказанное, нужно включить в свой рацион продукты, которые «порадуют» бактерии, помогающие снизить вес.

Клетчатка

Взрослому человеку нужно употреблять не менее 30 г клетчатки в сутки. Ею богаты гречка, овсянка, бобовые, зелень, орехи, овощи, фрукты, ягоды.



Ферментированные продукты

Содержат лактобактерии. Это кисломолочные и квашеные продукты.



Антиоксиданты

Они защищают наш организм от окислительных процессов. Большое количество антиоксидантов содержится в ягодах, зелени, какао и темном шоколаде, зеленом чае.



Омега-3

Жирные кислоты помогают увеличить число полезных бактерий и уменьшить воспалительные процессы. Такими кислотами богата жирная морская рыба и морепродукты, растительные масла, грецкий орех.



Минус сахар

В результате научных исследований ученые пришли к выводу, что употребление сахара негативно сказывается на кишечной микрофлоре. Это касается и искусственных подсластителей. Поэтому старайтесь сладость получать через фрукты (в том числе и сухофрукты), ягоды и т.п.



Из всех домашних гаджетов самый популярный – холодильник! Именно он лидер по просмотрам и по посещаемости тоже.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

Против возраста и стресса



Рекомендациями с нашими читателями делится врач-гастроэнтеролог, диетолог **Кристина Дозорова**. – Как с возрастом меняется работа кишечника и как в связи с этим следует корректировать питание?

– С возрастом в стенке кишки происходят атрофические изменения, приводящие к нарушению микрофлоры, а также замедлению моторики кишечника. Как следствие – возникают запоры. Другими факторами, которые могут приводить к запорам, служат малоподвижный образ жизни, снижение качества питания, недостаток клетчатки в рационе, прием препаратов, замедляющих работу кишечника, и сопутствующие заболевания (сахарный диабет, гипотиреоз, паркинсонизм, депрессия).

– Влияет ли на работу кишечника стресс? И если да, то что можно сделать, чтобы свести негативные последствия к минимуму?

– При стрессе меняется состав микробиоты, снижается всасываемость питательных веществ, скорость протекания ферментативных реакций. Это ведет к сокращению мышц ЖКТ, воспалению и повышению чувствительности. Поэтому у людей с синдромом раздраженного кишечника при тревожности и стрессе могут возникать боли и нарушение стула. В работе со стрессом применяются нейромодуляторы, антидепрессанты, также психотерапия. Положительным эффектом обладают занятия йогой, прогулки на природе, медитации, сбалансированное и разнообразное питание, соблюдение режима сна и отдыха.

Татьяна МИХАЛЁВА

НА ЗАМЕТКУ

Зимняя олимпиада для ваших суставов

Представьте себе, что ваши суставы – это сборная спортсменов. Тогда зима для них – это олимпиада. Почему? Да потому что именно в холодное время года суставы испытывают максимальную нагрузку. А это значит, что мы, как заботливые и мудрые тренеры, должны обеспечить своей «команде» суставов максимально комфортные условия. Какие?

ТЁПЛАЯ ЭКИПИРОВКА

Суставы не любят холод, а если они уже подвержены какому-то заболеванию, даже в начальной стадии, низкие температуры для них просто опасны. Следовательно, перед выходом на улицу суставы важно защитить качественной экипировкой: теплыми вещами и термобельем. И, разумеется, о тоненьких колготках женщинам лучше забыть до весны.

СВОЕВРЕМЕННЫЕ ТРЕНИРОВКИ

Активно двигаться зимой не очень-то хочется, а когда на улице гололед, любая прогулка становится слишком рискованной. Но это все равно не повод отказываться от физической нагрузки. Для начала стоит проветрить комнату, а затем приступить к обязательной ежедневной гимнастике, уделяя внимание каждой группе суставов. Это необходимо, чтобы обеспечить им достаточный приток крови. Как известно, в самих суставах кровеносных сосудов нет, поэтому их самочувствие напрямую зависит от кровоснабжения ближайших тканей. Физические упражнения – единственный способ усилить приток крови к мышцам и связкам, окружающим суставы.

ВАЖНО! Упражнения для ежедневной гимнастики и технику их выполнения необходимо обсудить с лечащим врачом.



КАЧЕСТВЕННОЕ ПИТАНИЕ

Зимой необходимо обогатить рацион овощами, фруктами и кисломолочными продуктами. При этом не обязательно покупать дорогие заморские, лучше всего подойдут выращенные в нашей полосе. Молочку также стоит предпочесть местную, с небольшим сроком годности. Если же и этого недостаточно, врач наверняка порекомендует дополнить питание витаминными комплексами и пищевыми добавками с полезными для суставов элементами.

Татьяна МИХАЛЁВА

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



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Здоровье суставов и позвоночника ГЕЛЕНК НАРУНГ

- Источник коллагена.
- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
- Активизирует выработку внутрисуставной жидкости
- Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия)

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ ВАШЕГО ГОРОДА.

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

БАД. Производитель ПРОВИСТА, г. Ганновер, Германия. www.provista-ag.ru

НЕ ВЯЖЕТСЯ С ЛЕКАРСТВОМ

Современные селекционеры позаботились о том, чтобы вырастить и снять в биологической спелости нарядные и вкусные плоды сладкого перца могли не только южане, но и жители северных районов нашей страны.

Мы подготовили для вас подборку самых мясистых сортов и гибридов, ведь именно толстостенные сочные перцы так радуют и восхищают огородников.

Для открытого грунта

«Игрок»

«Игрок» – низкорослый среднеранний перец (созревает на 100-105-й день) отечественной селекции, районированный во многих регионах России. Сорт неприхотливый, подходит для выращивания в любых условиях. Урожайность достигает 7-8 кг. Ценится за кубовидные, толстостенные, до 10 мм, слегка ребристые плоды с насыщенно-красной тонкой кожицей, весом до 130 г и неплохим иммунитетом к заболеваниям. Быстро отдает весь урожай, что для южных регионов скорее всего минус, а вот для северных районов – большой плюс.

«Джемини F1»

Суперранний урожайный гибрид голландской селекции. Кусты мощные, компактные, высотой до 60 см. Отличается неприхотливостью, устойчивостью к стрессовым и неблагоприятным погодным условиям, а также к основным заболеваниям. Плоды очень крупные (до 400 г), при созревании темно-желтые с зелеными мазками. Толщина стенки – 6-8 мм. Мякоть ароматная, сладкая, сочная. Плоды хорошо хранятся и транспортируются.

«Красный гигант»

«Красный гигант» назван так неслучайно: перцы этого сорта достигают 20 см в длину, весят около 500 г, а толщина стенки у них – 8-10 мм! На одном кусте может вырасти до 10 таких великанов (урожайность – 8-9-кг с 1 кв. м). Так как сорт среднепоздний (135-140-й день от всходов), он не подходит для выращивания в регионах с коротким летом.

Перцы: чем сочнее, тем лучше



Зимой в магазинах цена на сладкий перец совсем не сладкая!

Для теплицы

«Клаудио F1»

Этот гибрид голландского производства ценится за продуктивность (5 кг с 1 кв. м), а также крупные толстостенные и мясистые плоды. Толщина стенок плодов рекордная – до 14 мм! Вес перчин составляет 200-250 г, при этом все плоды выровненные, примерно одинакового размера. В биологической спелости перец красный, плотный, упругий, хорошо переносит транспортировку и хранится до четырех недель. Достаточно неприхотлив к условиям выращивания.

«Рэд Барон F1»

Это тоже голландец, с кубическими крупными плодами красивого красного цвета, без зеленых прожилок (до 200 г), с толстыми стенками (до 8 мм). Характеризуется отличной товарностью и транспортабельностью. Урожайность – до 6-10 кг с 1 кв. м. Гибрид отличается стабильной урожайностью на протяжении всего вегетационного периода.

«Жёлтый бык F1»

«Желтый бык F1» – высокоурожайный среднеранний отечественный гибрид, предназначенный для выращивания в теплицах любого типа. Растение сильнорослое, высотой до 1,5 м. Плодоношение длительное. Перцы крупные, некоторые до 400 г, поэтому нуждаются в подвязке. Плоды созревают через 125 дней после появления всходов, ярко-желтые, длиной до 20 см, с толщиной стенок до 8 мм. Мякоть мясистая, сочная, сладковатая.

«Какаду F1»

«Какаду F1» – среднеспелый гибрид, рекомендованный для выращивания в пленочных и застекленных теплицах. Куст раскидистый, высокорослый, может достигать 1,5 м. Требуется опоры и подвязки. Плоды красные, массой до 500 г, длиной 25-30 см, толщина стенок – до 8 мм. Мякоть очень вкусная, ароматная, сладкая.

«Царица F1»

Гибрид «Царица F1» – ранний (105-110 дней от всходов), урожайный (7-8 кг с 1 кв. м) и, самое важное для этой подборки, ультратолстостенный: толщина стенки плода может достигать 12 мм! Перец «Царица F1» можно выращивать как в теплице, так и в открытом грунте. Кусты устойчивы к заболеваниям и стабильно дают хороший урожай.

Валерия ПАШЕЧКИНА

«Звезда Востока красная»

Масса плодов сорта «Звезда Востока красная» может достигать 260 г, а толщина стенки – 8-10 мм. Благодаря устойчивости к перепадам температуры и высокому иммунитету к вертициллезу этот ранний сорт можно вырастить в любом климате и получить хороший урожай – до 6,1-7 кг с 1 кв. м. Еще одно преимущество сорта – плоды хорошо переносят транспортировку и долго хранятся.

«Толстячок»

Перец сорта «Толстячок» не отличается впечатляющими размерами (в среднем 100-130 г), зато он настоящий богатырь: толщина стенки этого перца может достигать 10 мм. Среднеранний (115-118 дней от всходов), урожайность средняя (4-5 кг с 1 кв. м). Плоды очень сочные и мясистые. К иным достоинствам перца этого сорта можно отнести высокие товарные качества и хорошую транспортабельность плодов.

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА ФЕВРАЛЬ

1 февраля	Сею сорта огурцов, не требующих опыления, для выращивания в теплицах.
2 февраля	Готовим емкости и высееваем на рассаду однолетники для клумб и бордюров.
3 февраля	Сею семена всех видов капусты, баклажанов, кабачков.
4 февраля	Готовим почвосмеси для выращивания рассады овощей.
5 февраля	Проверяем погреб на наличие грызунов и оцениваем сохранность урожая.
6 февраля	Проводим снегозадержание, подкармливаем птиц на участке.
7 февраля	Докупаем необходимые семена, проверяем емкости для их рассады.
8 февраля	При необходимости счищаем снег с крыш.
9 февраля	Подкармливаем и проводим омолаживающую обрезку комнатных растений.

10 февраля	Боремся с вредителями и болезнями рассады.
11 февраля	В садах проводим снегозадержание, подкармливаем растения в комнатах.
12 февраля	Боремся с вредителями, поливаем, рыхлим.
13 февраля	Поливаем и подкармливаем комнатные растения.
14 февраля	Работаем с почвой: рыхлим, вносим органические подкормки.
15 февраля	Ухаживаем за зимним садом и высаженной ранее рассадой.
16 февраля	Сею на рассаду лук-порей, корневой сельдерей и петрушку.
17 февраля	Чистим в саду дорожки, накидываем снег на укрытия растений.
18 февраля	Готовим почвосмеси и емкости для рассады.
19 февраля	Корректируем планы посадок на предстоящий дачный сезон.
20 февраля	Неблагоприятный день, с растениями не работаем.

21 февраля	Поливаем и подкармливаем растения в комнатах и зимних садах.
22 февраля	Сею семена картофеля и топинамбура.
23 февраля	Сею на рассаду семена баклажана, высокорослых томатов, перца сладкого.
24 февраля	Начинаем основную пересадку комнатных растений.
25 февраля	Если погода позволяет, сажаем на участке крупномеры с закрытыми корнями.
26 февраля	Пикируем сделанные в январе и феврале посадки.
27 февраля	Высаживаем на подращивание бегонию клубневую, гальтонию, ацидантеру.
28 февраля	Сею на рассаду кобею, тунбергию, горошек душистый, ипомею, землянику.

Фазы Луны. С 1 по 4 февраля – растущая Луна, 5 февраля – полнолуние, с 6 по 19 февраля – убывающая Луна, 20 февраля – новолуние, с 21 по 28 февраля – растущая Луна.

В этом номере мы решили напомнить вам, дорогие наши читатели, о некоторых важных полезных привычках. Конечно, они формируются не в одночасье. Чтобы полезное стало привычкой, нужно приложить немного усилий.

Полезные привычки на каждый день

И очень важно не стремиться заиметь сразу все полезные привычки, лучше идти к этой цели мелкими шажками, по чуть-чуть – так вам будет намного проще и легче справиться с задачей.

Не терпите жажду

1 Вода – основа нашей жизни, пейте столько воды, сколько требует ваш организм. Не терпите жажду:

- начните день со стакана теплой воды с лимоном,
- поставьте на рабочий стол бутылку с чистой водой.



– Скажи честно, ты во сне храпишь?
– Понятия не имею, вроде нет. От собственного храпа, по крайней мере, ещё ни разу не просыпался.
– Ну, так у жены спроси.
– А жена и подавно не знает. У неё после замужества возникла странная привычка: как спать ложится – беруши вставляет.



Физическая активность

3 Двигайтесь больше:

- начинайте день с гимнастики, пилатеса, занятия йогой, танца – 10-15 минут хватит для заряда бодрости на весь день;
- если работа сидячая, вставайте и ходите хотя бы по 5 минут каждый час;
- выделите полчаса в день на прогулку – дойдите пешком на работу, прогуляйтесь до магазина или во время обеденного перерыва, пройдите в конце трудового дня по ближайшему скверу;
- откажитесь от лифта (если вы живете в высотке, часть этажей пройдите по лестнице), подниматься и спускаться по лестнице очень полезно, ведь это самая настоящая кардиотренировка.

Следите за питанием

- 4**
- ешьте больше овощей;
 - замените один гарнир в день овощным салатом, а один десерт – фруктом;
 - старайтесь придерживаться режима питания: ешьте три-четыре раза в день, лучше всего в одно и то же время; хаотичные перекусы бутербродами и шоколадками – не лучший выбор для нормального функционирования ЖКТ. И не увлекайтесь сладостями.



Ловите солнечный свет

5 Солнечные лучи, особенно в холодное время года, чрезвычайно полезны для нашего организма. Ведь именно они стимулируют образование необходимого нам витамина D. Поэтому ловите солнце при первой возможности. На ярком солнце не забывайте о солнцезащитных очках.

Больше позитива

6 Ищите положительные моменты во всем происходящем вокруг, больше смейтесь, проводите время в обществе оптимистов. Позитивный настрой – лучшее лекарство и самая полезная привычка.

Тренируйте мозг

7 Пища духовная не менее важна, чем пища телесная. Наш мозг точно так же нуждается в тренировке, как и наше тело. Поэтому разгадывайте кроссворды, учите стихи или несколько слов на иностранном языке ежедневно, играйте в шахматы, читайте книги – не менее получаса в день.

Делайте музыкальные паузы

8 Музыка, как и звуки природы, очень хорошо успокаивает и помогает расслабиться. Поэтому в конце напряженного дня включите спокойную приятную музыку и просто послушайте ее, сидя в уютном кресле и стараясь забыть обо всех проблемах. Тем, кто любит природу, помогут расслабиться звуки дождя и шепот волн, шелест листьев, пение птиц.



Полезные привычки помогут укрепить здоровье. Выработайте не больше двух привычек одновременно, и только после их успешного усвоения переходите к следующим. Действуйте, как получается, продвигаясь постепенно, шаг за шагом. Не спешите, это может только навредить. Всегда помните: путешествие в тысячу километров начинается с первого шага.

Светлана ИВАНОВА

Полноценный сон

2 Во сне наш организм очищается и восстанавливается, поэтому полноценный сон – одна из важнейших составляющих крепкого здоровья. Соблюдение режима сна – это одна из самых полезных привычек:

- в идеале ложиться спать и просыпаться очень желательно каждый день в одно и то же время;
- продолжительность сна зависит от индивидуальных особенностей, но, как правило, это 7-9 часов в сутки;
- за 1 час до отхода ко сну отложите в сторону смартфон, планшет и другие гаджеты – наш мозг воспринимает свет их экранов как дневной и считает, что время для сна еще не пришло;
- на ночь обязательно проветривайте спальню.

Жених на верёвочке

У жителей островов Тробриан, Папуа – Новая Гвинея, очень необычная брачная церемония. Во-первых, пару себе выбирает девушка, а не юноша. Она просто берет кусок веревки и вручает его матери человека, за которого собралась замуж. Это официальное сватовство. Во-вторых, обряд бракосочетания до курьезного прост: молодым просто нужно поесть из одной тарелки на глазах у соплеменников. Но самое интересное, что мнения жениха во время процедуры сватовства и свадьбы никто не спрашивает!



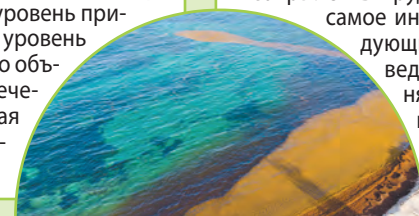
Опасные обнимашки

Встретив в прериях муравьеда, можно увидеть забавную картину: животное встаёт на задние лапы и расставляет передние. Можно подумать, что это выражение гостеприимства и приглашение упасть в раскрытые объятия. Но на самом деле это боевая стойка муравьеда, которая предупреждает, что зверь готов напасть. Один взмах его лапы с внушительными когтями может нанести серьезную травму. Так что не стоит бросаться в объятия муравьеда – это плохо закончится.



Штиль навсегда

Саргассово море в Атлантическом океане удивляет людей уже не одно столетие. Оно долго считалось проклятым местом, потому что на нем практически всегда штиль. В эпоху парусных судов это создавало морякам массу проблем. Ученые выяснили, что это связано с постоянно повышенным атмосферным давлением. Еще одна особенность Саргассова моря в том, что его уровень примерно на 2 метра выше, чем уровень окружающего его океана. Это объясняется наличием теплых течений по границе моря. Теплая вода не смешивается с холодной и «расширяется» вверх.



Хлеб за зрелища

В США в 30-е годы прошлого века было весьма беспокойное время. Было туго и с деньгами, и с едой, но зрелищ все-таки хотелось. Поэтому владелец одного из театров в штате Вирджиния придумал взимать плату за представление в продуктовом эквиваленте. Хочешь попасть на премьеру? Неси продукты на сумму 40 центов. Благодаря этому театр не закрылся в трудные времена. Но самое интересное, что следующие владельцы заведения не стали менять традицию и продолжили брать плату за вход продуктами.

Светлана СИДОРЧУК

ПОНЕДЕЛЬНИК

ВТОРНИК

СРЕДА

ЧЕТВЕРГ

ПЯТНИЦА

СУББОТА

ВОСКРЕСЕНЬЕ

6 февраля

Убывающая Луна во Льве (день зажигательных танцев)
Кардиотренировки, тайский оздоровительный массаж, баня и танцы до упаду – сегодня должно хватить энергии на все. Перед сном контрастный душ и чай с мятой и лавандой.

7 февраля

Убывающая Луна в Деве
И вовсе это не гримасы перед зеркалом, а очень даже фитнес для лица – штука полезная и актуальная в эти лунные сутки. А еще белковая пища (если нет противопоказаний), упражнения на растяжку и для хорошего сна – вечерняя прогулка.

8 февраля

Убывающая Луна в Деве (день уютных тапочек и книг)
Время духовных изыска-ний, дыхательных практик и прогулок. Коже и волосам стоит дать отдых. Натуральные ткани в одежде, легкая еда и вечерняя ванна с аромасламами – то, что нужно!

9 февраля

Убывающая Луна в Весах
Время для экспериментов с макияжем и создания новых образов. А решение изменить форму бровей и сделать ламинирование ресничек окажется верным и своевременным. Хороша зарядка для тазобедренных суставов.

10 февраля

Убывающая Луна в Весах
Аппаратный маникюр и экстравагантный дизайн покрытия сделают ваши ручки по-королевски изысканными. Не забывайте только увлажнять кожу кремом и не терпите жажду – пейте чистую воду. Это источник жизни и бодрости.

11 февраля

Убывающая Луна в Весах (день дружеского общения)
Ничто не делает женщину такой счастливой, как удачно подобранный к пальто шарфик. Словом, время для шопинга! А попутно можно заскочить на LPG массаж и посетить стоматолога – зубки надо беречь!

12 февраля

Убывающая Луна в Скорпионе
Самое время поухаживать за ножками: сделать педикюр, депиляцию, может быть, соблазниться на жидкие колготки. Тело будет благодарно за кофейное скрабирование. А для здоровья спины – бассейн.

13 февраля

Убывающая Луна в Скорпионе
Не забывайте утро начинать с зарядки. Пришло время побаловать губки гидрогелевой увлажняющей маской, а с отечностью век побороться с помощью патчей. И больше ягод в рационе – это вкусно и полезно.

14 февраля

Убывающая Луна в Стрельце
Каблучки, приталенные силуэты и соблазнительный штрих в макияже – «эффект зацелованных губ» добавят в образ дня притягательности. Сосуды скажут спасибо за пешую прогулку и клюквенный морс.

15 февраля

Убывающая Луна в Стрельце
Для сильного духом чаровниц Луна рекомендует сеанс лечебного тайского массажа. Если же в своей выносливости вы не уверены, то расслабьтесь в кабинете косметолога – день хорош для трехфазных масок.

16 февраля

Убывающая Луна в Козероге (день созерцательных прогулок)
В эти лунные сутки прекрасно совершать заплывы в термальных источниках, вверять себя волшебным рукам мастера, владеющего техникой расслабляющего массажа.

17 февраля

Убывающая Луна в Козероге
Луна настаивает на введении в меню морепродуктов, если на них нет аллергии. Хорошо сегодня и процедуры талассотерапии, пусть и в условиях SPA-салона, а не на море.

18 февраля

Убывающая Луна в Водолее
Зима потихоньку сдает позиции и сходит с Олимпа, самое время отправиться на весенний шопинг. Обзавестись легким пальто, подобрать под него сумочку и перчатки. И посидеть в кафе с подругами, почему бы и нет?

19 февраля

Убывающая Луна в Водолее
Сегодня обещают быть успешными любые косметические процедуры. День подходит для выбора нового аромата духов. И как в любой день, помните о своем здоровье: старайтесь не переесть и соблюдать режим сна.

20 февраля

Луна в Рыбах, новолуние
Самое время нарастить реснички и сделать пудровый татуаж бровей. А можно даже и растушеванные стрелки набить. Главное, доверить все эти манипуляции проверенному мастеру. И аккуратнее со сквозняками, берегите себя.

21 февраля

Растущая Луна в Рыбах (день необычных комплиментов)
В эти лунные сутки стоит уделить внимание глазкам: посетить окулиста, сделать гимнастику для зоркости зрения и подчеркнуть зеркало вашей души карандашом кайал.

22 февраля

Растущая Луна в Овне
А не пора ли попробовать что-нибудь этакое? Массаж улитками, например, или стоунтерапию? Если вы поклонница традиционных процедур, то хороши сегодня пилинги всех мастей и миофасциальная гимнастика для мышц.

23 февраля

Растущая Луна в Овне
Начать день с простукивания тела щеткой, зарядки и контрастного душа – лучшая идея! И бегом в парикмахерскую! Там сегодня раздадут короткие стрижки и соблазнительные кудри. Не забывайте пить воду, не терпите жажду.

24 февраля

Растущая Луна в Тельце (день мягкой пижамы и кино)
Умиротворит и поможет телу пребывать в гармонии в эти сутки хатха-йога. Можно подключить к ней цигун и ароматерапию. А вечером отдых под спокойную музыку подготовит ко сну.

25 февраля

Растущая Луна в Тельце
А не закатить ли дружескую тематическую вечеринку?! Самое время выгулять новое платьице и «примерить» смоки-айс, создав образ роковой красотки. Только никаких тугих поясов и тесных корсетов – легким важна свобода!

26 февраля

Растущая Луна в Тельце (день искреннего смеха)
Пора-пора попариться как следует в баньке – дурные мысли веничком повыгнать. Да чайку травяного испить, да беседами душевными сердечко усладить. Ах да, не забудьте с собой скрабы и кремы взять.

27 февраля

Растущая Луна в Близнецах
Мезотерапия и биоревитализация – выговаривать сложно, но процедуры для кожи личика уж больно хороши. Пришло их время. Рекомендуется сегодня рижим прелестницам обновить цвет и поухаживать за волосами.

28 февраля

Растущая Луна в Близнецах
Провожать зиму стоит ярко: красной помадой, широкой улыбкой, модной береткой и цокающими по асфальту каблучками. В салоне красоты сегодня заказываем чистку лица, аппаратный массаж и делаем весенний педикюр.



февраль

Календарь красоты и здоровья

Сегодня сложно представить человека, у которого не было бы пальто. Но современные пальто – удобные и тёплые – лишь отдалённо напоминают одежду, в которой ходили наши бабушки и прабабушки в холодное время года.

А между тем, история пальто не так уж и велика, то есть изменения произошли по историческим меркам достаточно недавно.

Кто пальтоке сделал популярным

Слово «пальто» происходит от испанского *palletoque* (пальтоке), образованного из двух слов: *pallium* (просторный плащ) и *toque* (головной убор). Просторную накидку (плащ) без рукавов с капюшоном носили испанские крестьяне в начале XVI века – это одежда, из которой и «выросло» пальто. Со временем пальтоке перекочевало в Голландию, находившуюся в те времена под испанским влиянием, где очень скоро обзавелось рукавами и стало предметом одежды аристократических особ.

В XVIII веке пальтоке попало во Францию, где тогдашняя законодательница мод маркиза де Помпадур перекроила его под себя и сделала чрезвычайно популярным предметом повседневного гардероба. Пальто начали украшать живыми и искусственными цветами, атласными и шелковыми лентами, бисером, перьями.

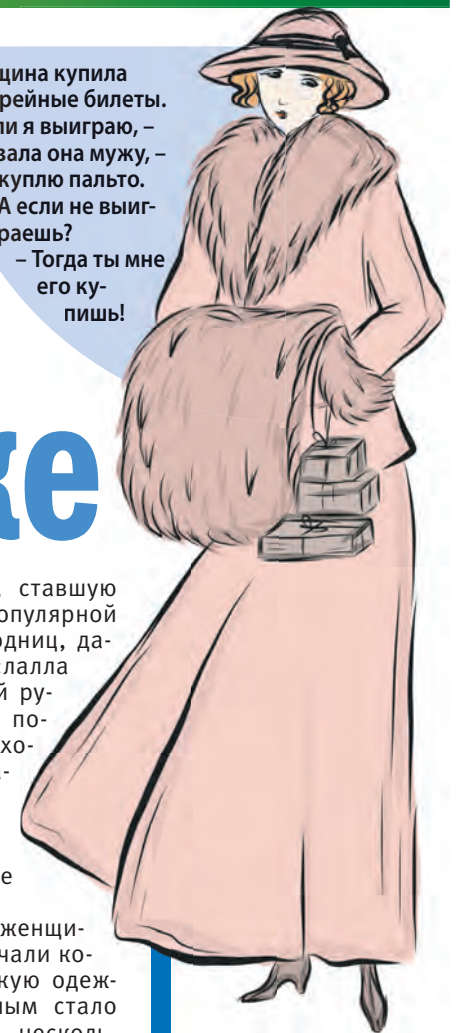
– Песчинка попала в глаз жене, и она должна была пойти к врачу. Этот визит стоил мне сорок долларов!
– Мне бы твои проблемы. На глаз моей жене попалось меховое пальто, и это стоило мне пять тысяч долларов!



Какими были верхние зимние пальто в XIX веке



Женщина купила лотерейные билеты.
– Если я выиграю, – сказала она мужу, – то куплю пальто.
– А если не выиграешь?
– Тогда ты мне его купишь!



Подробности На морозы – душегрея

В провинции и сельской местности предпочитали душегрею – верхнюю женскую одежду с узкими длинными рукавами и складками, заложенными у пояса сзади. Спереди душегрея застегивалась на многочисленные пуговицы, для сохранения тепла подбивалась заячьим мехом или имела подкладку из ваты. Женщины со средствами шили такую одежду из дорогих тканей, украшали вышивкой (нередко золотыми нитями), бисером и т.п. Душегреи крестьянок от такой роскоши были очень далеки.



Как пальто появилось в России

В России прообразом пальто считают армяк – длинную, до пят, накидку, которую носили поверх полушубка или кафтана. Кафтан, кстати, тоже можно назвать одним из прародителей современного пальто. Собственно пальто стало относительно популярно в России только в XIX веке. В столичную моду пальто ввела императрица Александра Фёдоровна, супруга Николая I. Ее любимую

Кстати От шубок к дуэттам

Дамские шубки в XIX веке носили исключительно мехом внутрь. Снаружи мех обшивали плотным шелком, изнутри – атласом. Чаще всего мех оставался только в виде опушки. Силуэт дамской шубки на протяжении долгого времени был трапециевидным, очень сильно расширяющимся книзу – из-за необходимости покрыть юбку на кринолине, которая к середине века достигла невероятной ширины. С появлением в 70-х годах турнюров длинные шубки уступили место коротким курточкам с меховой опушкой и стеганым пальто – дуэттам. Дуэтты были очень теплыми, так как изнутри подбивались ватой и отделывались мехом: чернубуркой, бобром и т.п.

модель пальто, ставшую чрезвычайно популярной у столичных модниц, даже назвали «лалла рук» – с легкой руки Жуковского, посвятившего стихотворение под таким названием будущей императрице, тогда еще принцессе Шарлотте.

К концу века женщины все чаще начали копировать мужскую одежду, и популярным стало пальто прямого, несколько лубочного кроя.

Модная ротонда

С 30-х годов и до конца XIX века едва не самой популярной верхней женской одеждой в городе была ротонда – тоже своего рода пальто. Ротонда – это длинная накидка-пелерина без рукавов и застежки, иногда с прорезями для рук, элемент повседневного гардероба. В такой одежде женщина могла ходить по улицам в холодное время года. Ротонда была удобна тем, что полностью покрывала широкие юбки, которые были в моде без малого весь век. Название этот предмет гардероба получил от павильона-ротонды, тоже, кстати, чрезвычайно модного в садовой архитектуре XIX столетия.

Во второй половине XIX века столичные светские дамы, владеющие собственным выездом и не имеющие нужды ходить по улицам, предпочитали манто – полудлинную свободную накидку из меха. Нередко манто изготавливались из дорогих тканей – бархата, атласа и т.п. – и отделывались мехами – соболями или горностаем.

К середине века ротонда обосновалась и в нарядном гардеробе: отороченные белым мехом ротонды надевали поверх балетного платья, чтобы не испачкать и не помять его по дороге на торжество.
Светлана ИВАНОВА

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий Настоящий следопыт

Настоящему следопыту будет легко определить по картам с разницей в 300 лет, что изменилось на острове за это время. Если вы сможете найти все отличия, поздравляем! Вы настоящий следопыт!

Ответы: на маленьком острове слева – горы и лес, у южной оконечности озера на большом острове – река в низу карты, север на указателе «север» (в оригинале карта перевернута); в центре озера, дорога к главному замку у этого леса ют справа в низу, хвойный лес за замком у города слева, деревья овалом справа, березы – и лес, у южной оконечности озера на большом острове – горы.

ПЕРВЫЙ



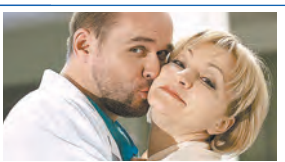
05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
 09.55 «Жить здорово!» (16+)
 10.45 Информационный канал. (16+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Информационный канал. (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 15.15 Информационный канал. (16+)
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
 16.50 Информационный канал. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 Информационный канал. (16+)
 21.00 «Время»
 21.45 **«ПРОБУЖДЕНИЕ».** (16+)
 Майор полиции Павел Фролов попадает в автомобильную аварию, разделившую его жизнь на две параллельные реальности - в одной из них в катастрофе выжил его сын Кирилл, в другой - супруга Светлана.
 22.40 **00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ».** (18+)
 01.00 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)
 03.00 **Новости**
 03.05 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
 05.35 **«ИСПАНЕЦ».** (16+)
 09.00 «Известия». (16+)
 09.30 **«РАСКАЛЕННЫЙ ПЕРИМЕТР».** (16+)
 Россия, 2014 г. Детектив.
 13.00 «Известия». (16+)
 13.30 **«ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
 17.30 «Известия». (16+)
 18.00 **«ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
 19.55 **«СЛЕД».** (16+)
 22.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)
 23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
 00.30 **«СЛЕД».** (16+)
 03.15 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

РОССИЯ 1



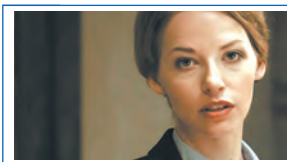
21.20 «СКЛИФОВСКИЙ. ЮБИЛЕЙНЫЙ СЕЗОН». (16+)

- 05.00 Утро России
 09.00 Вести. Местное время
 09.30 Утро России
 09.55 О самом главном.
 11.00 Вести
 11.30 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.30 Вести.
 Местное время
 14.55 «Кто против?» (12+)
 16.00 Вести
 16.30 **«Малахов».** (16+)
 В программе Андрея Малахова зритель ждет встречи, которые тронут сердце, и герои, которые откроют душу. Чем живёт большая страна, каких свершений добиваются наши люди, какие испытания приходится им преодолевать, какие духовные открытия происходят в их жизни - обо всём этом откровенно расскажут гости программы «МАЛАХОВ».
 17.30 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.05 Вести. Местное время
 21.20 **«СКЛИФОВСКИЙ. ЮБИЛЕЙНЫЙ СЕЗОН».** (16+)
 Павлову после ДТП привозят в «Склиф» в критическом состоянии. Нина звонит Брагину, но не может дозвониться.
 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 02.05 **«КАМЕНСКАЯ»**
 03.45 **«ЛИЧНОЕ ДЕЛО».** (12+)

ЗВЕЗДА

- 05.20 **«НЕ ЗАБЫВАЙ».** (16+)
 07.00 «Сегодня утром». (12+)
 09.00 13.00 18.00 20.30
 Новости дня. (16+)
 09.15 **«ПОДКИДЫШ».** (6+)
 10.50 «Освобождение». (16+)
 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
 13.20 «Москва - фронту». (16+)
 13.45 **15.05 03.35 «ОФИЦЕРЫ».** (16+)
 15.00 Военные новости. (16+)
 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
 18.55 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (16+)
 19.40 «Загадки века». (12+)
 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
 23.20 **«ХОЗЯИН ТАЙГИ».** (12+)
 01.05 **«ГДЕ 042?»** (12+)

ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
 08.15 «Большое кино». (12+)
 08.50 **«ЧУЖИЕ ГРЕХИ».** (12+)
 10.55 «Городское собрание». (12+)
 11.30 События
 11.50 **03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2».** (16+)
 Жена недавно приехавшего в Затонск фотографа Тимофеева сгорает живо в его мастерской.
 13.40 «Мой герой». (12+)
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.05 «Петровка, 38». (16+)
 15.15 **«СВОИ».** (16+)
 16.55 «Актёрские драмы. Клеймо Гайдая». (16+)
 17.50 События
 18.05 «Петровка, 38». (16+)
 18.20 **«АЛМАЗНЫЙ ЭНДШПИЛЬ».** (12+)
 22.00 События
 22.40 Специальный репортаж. (16+)
 23.10 «Знак качества». (16+)
 00.00 События. 25-й час
 00.30 «Петровка, 38». (16+)
 00.45 «Обжалованию не подлежит. Гад». (12+)
 01.25 «Сергей Захаров. Звёздная болезнь». (16+)
 02.05 «Если бы Сталин поехал в Америку». (12+)
 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
 04.40 «Лунное счастье Анатолия Ромашина». (12+)
 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР

- 06.00 **«ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ».** (16+)
 07.30 11.00 «Календарь». (12+)
 08.00 13.10 19.20 ОТражение
 10.00 11.30 13.00 15.00 19.00
 Новости
 10.10 **18.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА».** (16+)
 11.45 **«ДОРОГА К МОРЮ».** (12+)
 15.10 **23.05 «КОМИССАРША».** (12+)
 16.05 00.00 «Сахаров просит слова». (12+)
 17.00 «Клуб главных редакторов». (12+)
 17.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
 21.00 **«КАРУСЕЛЬ».** (12+)
 22.25 «Очень личное». (12+)
 00.45 «То, что задело». (12+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

- 04.50 **«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ».** (12+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 **«ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ».** (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 **«ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ».** (16+)
 Василиса Климушкина пошла с матерью в лес за грибами и исчезла. Односельчане находят труп девушки у реки. Она была задушена, изнасилована и брошена в воду.
 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 **«ЧУЖАЯ СТАЯ. НЕВИДИМЫЙ ВРАГ».** (16+)
 Майор Валерий Шатров выписывается из больницы после ранения. В это время происходит покушение на вора в законе Грека, который остается жив и даже убивает киллера. Перед тем, как «отключиться», Грек успевает сказать, что покушался «чужие».
 22.10 **«КРАСНЫЙ ЯР».** (16+)
 23.35 «Сегодня»
 00.00 **«КРАСНЫЙ ЯР».** (16+)
 00.40 **«ЧУМА».** (16+)
 03.00 **«КРЫСОЛОВ».** (16+)
 04.20 **«АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».** (16+)
 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
 06.55 08.55 09.55 10.55 11.10 12.25 12.55 13.55 14.10 15.25 17.55 19.55 21.55
 «Атмосфера». (0+)
 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
 12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
 13.40 16.50 20.50 «The City». (12+)
 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
 15.35 «Торги Москвы». (12+)
 18.30 Познавательный фильм. (12+)
 19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
 21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
 06.55 08.55 09.55 10.55 11.10 12.25 12.55 13.55 14.10 15.25 17.55 19.55 21.55
 «Атмосфера». (0+)
 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
 12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
 13.40 16.50 20.50 «The City». (12+)
 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
 15.35 «Торги Москвы». (12+)
 18.30 Познавательный фильм. (12+)
 19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
 21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К

РОССИЯ К

Культура



12.45 «ЗА СПИЧКАМИ»

- 06.30 07.00 07.30 08.15 10.00
 15.00 19.30 00.00
 Новости культуры
 06.35 «Пешком...»
 07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
 07.35 «Шигирский идол»
 08.20 «Три тайны адвоката Плевако»
 08.45 **16.25 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»**
 10.15 «Наблюдатель»
 11.10 00.20 ХХ век
 12.10 02.00 «Роман в камне»
 12.45 **«ЗА СПИЧКАМИ»**
 14.20 «Леонид Гайдай. И смех, и слезы...»
 15.05 Новости. Подробно. АРТ
 15.20 «Агора»
 17.40 «Первые в мире»
 17.55 01.25 Легендарные имена большого театра
 18.35 «Древние сокровища Мьянмы»
 19.45 Главная роль
 20.05 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро
 20.30 «Острова»
 21.15 «Сати. Нескучная классика...»
 22.00 **«ЖИЗНЬ ВЕРДИ»**
 23.30 Рэгайтм, или Разорванное время
 01.15 Цвет времени
 02.30 Театральная летопись. К 90-летию со дня рождения Игоря Кваша
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «МузейОн». (12+)
 05.30 «Новости МО»
 07.30 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360»
 07.35 «Интервью 360». (12+)
 08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)
 08.25 «Личное дело». (12+)
 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа»
 11.00 «ЧП 360». (16+)
 12.30 «Тет-а-тет с Марусей»
 13.00 14.40 16.50 «Внимание! Еда!» (12+)
 13.50 18.10 02.40 «Зима в Подмосковье». (12+)
 14.10 23.55 «Атмосферная история». (12+)
 15.10 15.35 16.10 22.20 22.45 «Открытие Китая». (12+)
 16.20 «Поездка со вкусом»
 17.10 «Простая медицина»
 17.40 «Формула успеха». (12+)
 20.10 «Невероятная наука»

СТС



08.40 «ОДНОКЛАССНИКИ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Все псы попадают в рай». (0+)
 08.40 **«ОДНОКЛАССНИКИ».** (16+)
 10.40 **«ОДНОКЛАССНИКИ-2».** (16+)
 12.35 **«ЖЕНА ОЛИГАРХА».** (16+)
 20.00 **«ПЯТАЯ ВОЛНА».** (16+)
 США - Великобритания, 2016 г. Фантастический боевик. В ролях: Хлоя Грейс Морец, Ник Робинсон.
 Над штатом Огайо передвигается огромный инопланетный корабль. Через 10 дней бездействия инопланетяне вдруг наносят удар по жителям Земли, отключаются все электронные приборы...
 22.20 **«ИГРА ЭНДЕРА».** (12+)
 США, 2013 г. Фантастический боевик. В ролях: Эйс Баттерфилд, Харрисон Форд, Бен Кингсли. 2135 год. Человечество, пережившее два вторжения инопланетной расы «жукеров», готовится к очередному нашествию. Для поиска пилотов и военачальников, способных принести Земле победу, создается военная школа, в которую отправляют самых талантливых детей.
 00.35 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
 01.35 «6 кадров». (16+)
 04.55 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)
 06.00 08.25 10.25 11.55 16.40 19.50 22.45 00.30 02.05 03.25 03.50 04.10 04.35 05.00 Мой район. (12+)
 07.40 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
 08.35 «Юмор на все времена». (12+)
 09.35 **16.55 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА».** (12+)
 10.35 «Это было смешно. «Огласите весь список, пожалуйста». (12+)
 11.05 02.35 «Тайны кино». (12+)
 12.05 **20.00 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ».** (6+)
 14.55 **22.55 «ЗА СПИЧКАМИ».** (12+)
 17.45 Звёзды советского экрана. (12+)
 18.15 **00.40 «ТАЙНЫ АВРОРЫ ТИГАРДЕН».** (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
00.30 «ПРОМЕТЕЙ». (16+)	09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)	23.00 «КАСПЕР». (6+)	08.00 Утилизатор. (12+)	10.25 Профессиональный бокс. (16+)	14.20 СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА. (16+)	
05.00 18.00 02.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+)	06.00 Улётное видео. (16+)	06.00 Смешанные единоборства. (16+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)	
06.00 «С бодрим утром!»	09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)	06.15 «Мультфильмы». (0+)	06.20 Идеальный ужин. (16+)	07.00, 10.00, 12.55, 14.20, 15.50, 17.20, 22.25, 03.20 Новости	08.20 Давай разведёмся! (16+)	
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	13.00 «САШАТАНЯ». (16+)	08.00 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)	08.00 Утилизатор. (12+)	07.05, 19.00, 21.45, 00.30 Все на Матч!	09.20 Тест на отцовство. (16+)	
09.00 «Военная тайна». (16+)	17.30 «ПАТРИОТ». (16+)	09.15 Утренние гадания. (16+)	10.00 Улётное видео. (16+)	10.05, 13.00 Специальный репортаж. (12+)	11.30 «Понять. Простить». (16+)	
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)	20.00 «САШАТАНЯ». (16+)	09.30 «Слепая». (16+)	12.00 КВН ярче. (16+)	10.25 Профессиональный бокс. Дмитрий Бивол. Путь к титулу. (16+)	12.45 «Порча». (16+)	
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	21.00 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ». (12+)	11.15 Знаки судьбы. (16+)	14.00 Охотники. (16+)	11.30 «Есть тема!»	13.15 «Знахарка». (16+)	
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)	12.20 Мистические истории. (16+)	16.00 Решала. (16+)	13.20 География спорта. (12+)	13.45 «Верну любимого». (16+)	
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	23.00 «ПАПЕ СНОВА 17». (16+)	13.30 Гадалка. (16+)	Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые все-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно. Но какой трудной ни была бы проблема - ее надо решать! Поэтому на российском телевидении появился «Решала».	13.50 «Футбол на все времена». (12+)	14.20 «СИЛЬНАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)	
15.00 «Засекреченные списки». (16+)	01.00 «Такое кино!» (16+)	16.45 «Старец». (16+)	19.00 Охотники. (16+)	14.25 Спорт.дайджест. (0+)	19.00 «ПРИСЯЖНАЯ». (16+)	
17.00 03.25 «Тайны Чапман». (16+)	01.30 «Импровизация». (16+)	17.55 «Слепая». (16+)	21.00 Решала. (16+)	15.55, 04.40 «Громко» - «Чеховские медведи» СЕНА-Газпром Лига. Пр.тр.	Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Юлия Галкина, Сергей Мухин, Дмитрий Лавров, Анатолий Голуб.	
20.00 «ДЕНЬ, КОГДА ЗЕМЛЯ ОСТАНОВИЛАСЬ». (16+)	03.55 «Comedy Баттл». (16+)	20.30 «МАЖОР». (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	17.25 Гандбол. «СКА Минск»	23.15 «Порча». (16+)	
22.00 «Водить по-русски». (16+)	05.25 «Открытый микрофон». (16+)	Юрист Игорь Соколовский - сын богатого и влиятельного отца. После бурной вечеринки, окончившейся стычкой с полицейскими, Игорь наказан: отец лишает его содержания и отправляет служить в полицию.	02.45 Улётное видео. (16+)	19.25 Баскетбол 1x1. Лига Ставок. В1ВОХ. Пр.тр.	23.45 «Знахарка». (16+)	
23.30 «Документальный спецпроект». (16+)		23.00 «КАСПЕР». (6+)		22.30 Конный спорт. «Dubai World Cup Carnival». (0+)	00.15 «Верну любимого». (16+)	
00.30 «ПРОМЕТЕЙ». (16+)		01.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)		01.20 Баскетбол. (0+)	00.45 «НАПАРНИЦЫ». (16+)	
		03.15 «Городские легенды». (16+)		03.25 Прыжки в воду. (0+)	03.55 «ДОРОГА, ВЕДУЩАЯ К СЧАСТЬЮ». (16+)	
					05.25 «6 кадров». (16+)	
					05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)	

Старость в радость!

Заклучите договор пожизненной ренты и получите до **5 000 000** рублей единовременно!
И до **50 000** тысяч рублей – ежемесячно!

+ оплата коммунальных платежей и помощь по хозяйству



Звоните! Тел.: 8 (495) 727-28-28

Договор ренты заключается с ООО «Старость в радость», без посредников!



РЕКЛАМА

СУПЕРЗАЩИТА МОЗГА И СОСУДОВ

Комплекс GEMOTENOL*



Малоподвижный образ жизни, неправильное питание и постоянный стресс многократно повышают риск развития различных проблем с сосудами головного мозга. Что делать в этой ситуации? Есть прекрасный комплекс Гемотенол. Он оказывает благотворное воздействие на сосуды головного мозга, сердечно-сосудистую систему, желудочно-кишечный тракт, сосуды глазного дна, когнитивные функции, сон и память, приводит в порядок обмен веществ.

Гемотенол помогает организму правильно регулировать тонус артерий, защищает сосуды и разгружает сердечную мышцу.

Этот специально разработанный комплекс состоит из двух элементов – растительной капсулы с действующими веществами и особой бустерной средой, в которой эта капсула хранится.

Бустерная среда является активатором, то есть механизмом, который запускает действие главных элементов капсулы под воздействием соков поджелудочной железы в двенадцатиперстной кишке.

Применять комплекс следует в течение двух месяцев. Благотворный эффект вы сможете ощутить уже через несколько дней, а через два месяца вы сами поразитесь, насколько изменилось ваше физическое состояние.

ОБРАТИТЬСЯ ЗА КОНСУЛЬТАЦИЕЙ (звонки по России бесплатно)

8 (800) 600-57-56
8 (495) 136-59-66

РЕКЛАМА

Коллега – коллеге по работе.
– Ненавижу, когда сяди за стенкой ругаются, а их собака лает.
– Понимаю...
– А я ничего не понимаю, ничего же не слышно!



Девушка жалуется подруге:
– Ты представляешь, каждый раз, когда я встречаюсь со своим другом, он дарит мне завядшие цветы!
– А ты попробуй вовремя прийти на свидание.



Тяжело ухаживать за близким?

АРЕНДА МЕДИЦИНСКИХ КРОВАТЕЙ облегчит уход и реабилитацию

ПОДАРОК КАЖДОМУ ВЛАГОСТОЙКИЙ НАМАТРАСНИК при оплате первого месяца аренды



для получения, скажите оператору **ТЕЛЕК**

QMEDING.RU

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ИП Гришин Андрей Михайлович, ОГРНИП 321508100003201, 141313, г. Сергиев Посад, ул. 1-я Рыбная, д. 88, пом. 457



РЕКЛАМА

ЗАКАЗЫВАЙТЕ ПО ТЕЛЕФОНУ:
8 (499) 495-15-12

БЕСПЛАТНАЯ

ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

ПОМОЩЬ В РАСТОРЖЕНИИ:

- ☞ Договоров ренты
- ☞ Договоров с юристами

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ:

- ☞ Из МФО, КПК, Банков
- ☞ Решение жилищных и земельных споров

8 (800) 555-20-16

Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.40 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (16+)
- 08.20 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
- 10.00 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ». (12+)
- 11.30 «СПОРТЛОТО-82». (12+)
- 13.10 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬБЕВ». (12+)
- 16.05 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
- 17.50 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 19.35 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 21.00 «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ ПРОФЕССИЮ». (12+)
- 22.40 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
- 00.30 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)

TV1000 TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 06.25 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
- 07.35 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 08.45 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (6+)
- 09.15 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)
- 11.50 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
- 13.30 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- 15.15 «МАЛАВИТА». (16+)
- 17.15, 18.05 «МЕРЛИН». (12+)
- 19.00 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ИЗМЕНИЛ ВСЁ». (16+)
- 21.25 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
- 23.50 «ГОНКА». (16+)
- 01.45 «ВИНОВАТЫ ЗВЕЗДЫ». (12+)
- 03.40 «В МЕТРЕ ДРУГ ОТ ДРУГА». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

- 00.10 «ДИОТРОВА РАДИОСТАНЦИЯ». (18+)
- 01.35 «ГАМБИТ». (16+)
- 03.00 «ЗАПРЕТНАЯ КУХНЯ». (12+)
- 04.25 «НЕОБЫКНОВЕННАЯ ИСТОРИЯ НА РОЖДЕСТВО». (12+)
- 06.05 «БЫЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+)
- 07.30 «АМЕРИКАНЕЦ». (16+)
- 09.10 «БЮЕТ». (16+)
- 11.00 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
- 12.55 «КРИМИНАЛЬНАЯ ФИШКА ОТ ГЕНРИ». (16+)
- 14.40 «ВЫЖИТЬ В ИГРЕ». (16+)
- 16.10 «ГОЛОГРАММА ДЛЯ КОРОЛЯ». (16+)
- 17.45 «МАРКО ПОЛО». (16+)
- 20.35 «ЛУЛУ И БРИГС». (12+)
- 22.10 «А ВОТ И ОНА». (12+)
- 23.40 «СТРАСТИ ДОН ХУАНА». (18+)

КИНОКОМЕДИЯ РОДНОЕ КИНО

- 01.20 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД». (16+)
- 03.00 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 04.45 «НОРТ». (12+)
- 06.20 «КРАСОТКИ». (16+)
- 08.10 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (12+)
- 10.00 «ПЛАН Б». (16+)
- 11.55 «Я, СНОВА Я И ИРЭН». (16+)
- 14.05 «РЕАЛЬНЫЕ КАБАНЫ». (12+)
- 15.55 «КРАСОТКИ В БЕГАХ». (16+)
- 17.35 «ДЖУМАНДЖИ». (6+)
- 19.30 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ФИЛЬМ-2». (16+)
- 21.05 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ФИЛЬМ-3-ДЭ». (18+)
- 23.00 «ТАКСИ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН CINEMA

- 08.25 «ТРЕТЬЯ ЖИЗНЬ ДАРВИ КИРИЛЛОВНЫ». (12+)
- 11.50 «ПЛЕМЯШКА». (12+)
- 15.00 «СКОЛЬКО СТОИТ СЧАСТЬЕ». (12+)
- 2016 г. В ролях: Наталья Терехова, Роман Ладнев, Александр Константинов
- 18.00 «ИЛЛЮЗИЯ СЧАСТЬЯ». (12+)
- 2013 г. В ролях: Марина Денисова, Олег Алмазов, Анатолий Лобочкий
- 21.30 «ОТ СУДЬБЫ НЕ ЗАРЕКАЙСЯ». (12+)
- 2017 г. В ролях: Анна Михайловская, Анатолий Руденко, Наталья Каченко, Инна Армошук, Владислав Резник
- 00.55 «СМАЙЛИК». (16+)
- 02.20 «ТРЕТЬЯ ЖИЗНЬ ДАРВИ КИРИЛЛОВНЫ». (12+)
- 05.25 «ПЛЕМЯШКА». (12+)

red .RED

- 06.30 «ТЕРМИНАЛ». (16+)
- 08.40 «БЕЗ ТОМОЗОВ». (16+)
- 10.15 «ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ». (18+)
- 12.25 «МЛАДЕНЕЦ НА \$30 000 000». (12+)
- 14.45 «ИНОСТРАНЕЦ». (18+)
- 16.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 18.20 «ПЛАСТИК». (16+)
- 20.00 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)
- Германия, США, 2001 г. В ролях: Дженнифер Лопес, Мэттью МакКонахи, Бриджит Уилсон, Джастин Чэмберс, Джули Грир
- 21.50 «ШАГ ВПЕРЕД». (16+)
- 23.35 «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (18+)
- 01.35 «ПЛАСТИК». (16+)
- 03.10 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 04.40 «ВОЗДУШНЫЙ МАРШАЛ». (16+)

суббота! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
- 16.00, 16.50, 17.40, 18.40, 19.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
- 20.20, 21.20, 22.10, 23.00 «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
- 23.50 Суббота News 2023. (16+)
- 00.00 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
- 01.00 КРАШ. (18+)
- 01.40 «МОЯ ВЕНЕРА». (16+)
- 02.50 «ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 04.10 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
- 04.35 «Буба». «Готовим с Бубой», «Буба-2». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «РАЗВОД И ДЕВИЧЬЯ ФАМИЛИЯ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, Украина, 2008 г. В ролях: Андрей Чернышов, Владимир Жеребцов, Александр Пашутин, Владимир Стержаков, Игорь Савочкин

МИР

- 05.00 «СЛЕД ЛИСИЦЫ НА КАМНЯХ». (12+)
- 06.35 «РЫЦАРЬ НАШЕГО ВРЕМЕНИ». (12+)
- 10.00 Новости
- 10.15 Белорусский стандарт. (12+)
- 10.25 Слабое звено. (12+)
- 11.20 Шоу «Назад в будущее». (16+)
- 13.00 Новости
- 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 14.05, 16.15, 00.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 15.10, 01.40 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 16.00 Новости
- 16.50 Мировое соглашение. (16+)
- 18.30 Новости
- 18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
- 20.50 Слабое звено. (12+)
- 21.45 «КУЛИНАР-2». (16+)
- 00.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
- 02.20 «СВАДЕБКА». (0+)
- 03.25 «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ». (12+)

ПобеДА

- 04.30 «Путь к Победе». (16+)
- 05.30 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
- 06.40 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
- 09.00 «ПОКУШЕНИЕ». (16+)
- 14.50 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (12+)
- Леонид и Борис - молодые лётчики, только что прибывшие в лётную школу, где их распределяют в авиационный полк, а затем отправляют на фронт. Первое задание, которое поручают новобранцам, они с треском проваливают. Виновников отправляют в дивизию, чтобы подвести под трибунал и расстрелять. Но за Леонидом и Борисом вступает сам командир штурмового отряда: молодые люди возвращаются в строй в качестве штурмовиков-истребителей, чтобы бороться за победу. (16+)
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
- 02.20 «АГИТБРИГАДА «БЕИ ВРАГА!». (16+)

Ю

- 05.25, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 08.50 Барышня - Крестьянка. (16+)
- 11.00 «КЛОП». (16+)
- 12.55 Моя свекровь - монстр. (16+)
- Реалити-шоу, в котором 5 команд, состоящих из свекровей и их невесток, поборются за звание «Лучшая хозяйка» и приз в 100 тысяч рублей. В каждом выпуске одна из невесток под строгим контролем своей свекрови приготовит по три блюда, при этом уложится в пять тысяч рублей и три часа готовки.
- 16.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
- 20.00 «КЛОП». (16+)
- Сериал. Бразилия, 2001 г.
- 22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
- 00.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
- 01.55 Измены (субтитры). (18+)
- 03.40 Моя свекровь - монстр. (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Мир

ПобеДА

Пятница

Ю

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
- 01.00, 05.20 Российские военные в начале XX века. (12+)
- 01.30 Сражения с Наполеоном. (12+)
- 01.55, 04.40 Историкограф. (12+)
- 02.40 1937. Год страха. (12+)
- 03.05 Тайное становится явным. (12+)
- 03.20, 06.15 Стратеги. (12+)
- 04.10, 07.10 Книжные аллеи. (12+)
- 05.45 Сражения с Наполеоном. (12+)
- 07.40 Архивы истории. (12+)
- 08.00, 08.45, 09.35, 10.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
- 11.05 В поисках Византии. (12+)
- 11.50 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 12.10 «АРН - РЫЦАРЬ-ТАМплиер». (16+)
- 14.20 «ПРИКАЗ «УНИЧТОЖИТЬ». (16+)
- 16.00 Кольцо «А». (12+)
- 16.10 Историкограф. (12+)
- 16.55 История одной фотографии. (6+)
- 17.10 Мемориалы России. (12+)
- 17.40 Семь дней истории. (12+)
- 17.55 Музейный феникс. (12+)
- 18.20 Обыкновенная история. (6+)
- 18.30 Крымский лекарь. (12+)
- 19.20 Освободители. (12+)
- 20.00 Первая мировая. (12+)
- 20.55 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
- 21.05 Жена Рубенса и черное золото. (12+)
- 22.00, 23.00 Великие живописцы. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.15 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+)
- 07.10 Вторая мировая с дрона - сканирование свидетельств: День «Д». (16+)
- 08.00 Поля сражений: 1940: буря над Альпами. (12+)
- 09.10, 10.05 Древние конструкторы. (12+)
- 11.05, 12.00 Загадки Египта. (12+)
- 12.50, 13.50 Место преступления: древность. (16+)
- 14.50 Тайны Версаль Мариин-Антуанетты. (12+)
- 15.50 Версаль: испытания Короля-солнца. (12+)
- 16.45, 17.45 Древние конструкторы. (12+)
- 18.45 Загадки Египта: Злодейство и порок. (12+)
- 19.35 Загадки Египта: Древние символы современной эпохи. (12+)
- 20.30 Тайны Бермудского треугольника: Упавшие с неба. (12+)
- 21.20 Тайны Бермудского треугольника: Затерянные в море. (12+)
- 22.15 Великая война: Барбаросса. (12+)
- 23.15 Великая война: Киев 1941. (12+)
- 00.10 Тайны Версаль Мариин-Антуанетты. (12+)
- 01.10 Версаль: испытания Короля-солнца. (12+)
- 02.05, 02.55 Древние конструкторы. (12+)
- 03.45, 04.40 Место преступления: древность. (16+)
- 05.35 Невероятные изобретения. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.55, 18.20, 23.45 О самом главном. Новобразования в лечении. (12+)
- 06.50 На приеме у психолога. (12+)
- 07.20 Психология. Подростки. (12+)
- 07.50, 12.05, 14.50, 17.35, 01.05 Правила жизни 100-летнего человека. (12+)
- 08.40 О самом главном. Всё о сердце. (12+)
- 09.35 Тайны мозга. Фильм 2. (12+)
- 10.20 Медицинский квест. Очищение организма. (12+)
- 11.10, 04.15 На приеме у косметолога. Тело, как конструктор. (12+)
- 11.40, 04.40 Метод исследования. Аллергия. (12+)
- 13.55, 14.20 10 решений доктора Карташевой. (12+)
- 15.40 О самом главном. Правда и мифы об авокадо. (12+)
- 16.35 На приеме у психолога Колмановского. Как договориться с подростком? (12+)
- 17.05 Это лечится. Астма. (12+)
- 19.15, 01.50, 05.05 Теледоктор. (12+)
- 20.15, 02.45 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+)
- 21.00 О самом главном. Как вовремя обнаружить онкологию? (12+)
- 21.55 Аллергия. Реквием по жизни? (12+)
- 22.55, 03.30 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 2. (12+)
- 00.40 Скажите, доктор! Как сохранить здоровый слух. (12+)

Усадьба

- 06.00 Декоративный огород. (12+)
- 06.30 Муж на час. (12+)
- 06.55 Чужеземцы. (12+)
- 07.10 Мегабанщики. (12+)
- 07.40 Сад с нуля. (12+)
- 08.15 Пустите строителей в дом. (12+)
- 09.00 Дачные радости. (12+)
- 09.30 В погоне за прибылью. (16+)
- 10.20 Искатели приключений. (12+)
- 10.55 Дачные хитрости. (12+)
- 11.05 Сам себе дизайнер. (12+)
- 11.25, 17.30, 23.30 Стройплощадка. (12+)
- 11.55, 18.00, 00.05 Дачные радости с Мариной Рыкачиной. (12+)
- 12.30 Огород с Блокиным-Менталиным. (12+)
- 12.55 Баня - женского рода. (12+)
- 13.15 Дачных дел мастер. (12+)
- 13.45 Мастер-садовод. (12+)
- 13.55 Кухня народов СССР. (12+)
- 14.15 Красивая выпечка с Джульет. (16+)
- 15.05, 21.05 Дачные радости с Виталием Декабровым. (12+)
- 15.35, 21.35 Идеальный сад. (12+)
- 16.05, 22.05 Народные умельцы. (12+)
- 16.35, 22.40 Дачные года. (12+)
- 18.30, 00.35 ЗаСаДа. (12+)
- 19.00, 01.00 Мультиварка. (12+)
- 19.15, 01.15 Как поживаете? (12+)
- 19.45, 20.00, 01.40, 01.55 Огород круглый год. (12+)
- 20.15, 02.10 Органическое земледелие. (0+)
- 20.45, 02.55 Календарь дачника. (12+)
- 02.40 Кашеварим. (12+)

УСАДЬБА

- 07.55, 16.00 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
- 08.25 Донка против фидера. (16+)
- 09.00 Рыбалка в Нижнем Прикамье. (12+)
- 09.30 Егерский кордон. (16+)
- 10.00 Карпфишеры. (16+)
- 10.30 Андрей Старков и его команда. (16+)
- 11.00 Рыболовные экспедиции в Норвегию. (16+)
- 11.30, 23.35 Мир рыболова. (12+)
- 12.00, 00.00 Мир охотника. (12+)
- 12.30 Битва профессионалов. (16+)
- 13.00 Охота в Приволжье. (16+)
- 13.30 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
- 14.00 Рыбалка в России. (16+)
- 14.30 Крылатые охотники. (16+)
- 14.40 Красивая Россия. (12+)
- 15.00 Охота и рыбалка в... (12+)
- 15.30, 19.30 Спиннинг сегодня. (16+)
- 16.30 Поехали на рыбалку! (12+)
- 17.00 Ружейная охота. Первые шаги. (16+)
- 17.30 Практическая школа нахлыста. (12+)
- 18.00 Коротко о главном. (12+)
- 18.30 Зов предков. (16+)
- 19.00 Хватка хищника. (16+)
- 20.00 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)
- 20.30 Нахлыст в Башкортостане. (16+)
- 21.00 Охота с луком. (16+)
- 21.35 Нож-помощник. (16+)
- 21.45 Привет, Малека! (6+)
- 22.05 Сам себе охотник. (16+)
- 22.35 Рыболовные путешествия. (16+)
- 23.05 Рыбалка на Черемшане. (6+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

- 00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
- 00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)
- 01.00 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
- 01.30, 14.30 Кроссфит 2.0. (12+)
- 02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
- 03.00 Street Fight. (12+)
- 03.30, 18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)
- 04.00, 07.00, 10.00 ЙогаУтро. (6+)
- 04.30, 07.30, 10.30 «Утренний заряд» с Димой Брагиным. (12+)
- 04.45, 07.45, 10.45 Здоровые завтраки. (12+)
- 05.00 Йога. Женские практики. (12+)
- 05.30, 08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
- 05.45, 11.45, 17.45 Фитнес с резинками. (12+)
- 06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
- 06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
- 08.00, 11.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)
- Комплекс асан, дыхательных и медитативных техник, которые освободят тело от эмоциональных зажимов, снизят уровень тревожности и успокоят ум.
- 08.45, 17.30, 22.00 Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
- 14.00 Здоровые обеды. (12+)
- 16.00 Табата-лайт. (12+)
- 16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
- 17.00, 20.00 Здоровые ужины. (12+)
- 18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	СПОРТ
06.00 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Женщины. (0+)	15.35, 22.10 Специальный репортаж. (12+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости	16.00 Неделя КХЛ. (12+)
07.55 Жизнь после спорта. Игорь Григоренко. (12+)	16.55 Прыжки в воду. Кубок России. Мужчины. Трамплин 3 м. Прямая трансляция из Пензы
08.20 Неизведанная хоккейная Россия. (12+)	18.10 Прыжки в воду. Кубок России. Женщины. Синхронные прыжки. Вышка. Прямая трансляция из Пензы
08.50 Второй шанс Виктории Комовой. (12+)	18.55 Прыжки в воду. Кубок России. Смешанные команды. Синхронные прыжки. Трамплин 3 м. Прямая трансляция из Пензы
09.15, 17.55 Место силы. «Юбилейный». Специальный репортаж. (12+)	19.35 Спортивный дайджест. (0+)
09.30, 01.40 Спортивная неделя. Итоги. (12+)	20.55 Громко. (12+)
10.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА – МБА (Москва). (0+)	22.30 Есть тема! (16+)
11.55 Мир бильярда. (12+)	23.50 Баскетбол. Единая лига ВТБ. УНИКС (Казань) – «Пари НН» (Нижний Новгород). (0+)
12.20 Спорт, который есть. Спортивное ориентирование. (12+)	02.10 Мяч на стол. Специальный репортаж. (12+)
12.35 Место силы. «Лужники». (12+)	02.25 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. «СКА Минск» (Белоруссия) – «Чеховские медведи» (Россия). (0+)
13.05 Лёгкая атлетика. «Битва полов». Трансляция из Москвы. (0+)	03.45 Баскетбол 1x1. Лига Ставок – В1ВОХ. (0+)
15.15 Десятка! Легенд мирового хоккея. (12+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗЫКА
05.00 Муз'итив. (16+)	15.35 Лига свежих клипов. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)	16.00 Top 15 Like FM. (16+)
07.30 Тееп чарт. (16+)	17.00 Ждите ответа. (16+)
08.00 10 самых! (16+)	18.00 PRO-новости. (16+)
08.30 PRO-новости. Лучшее. (16+)	Мы знаем о звёздах всё!
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)	18.20 Плейлист. Зима. (16+)
10.00 Виниры на полку: звёзды на мели. (16+)	19.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)	20.00 Хит-сториз. (16+)
12.00 Звёзды о звёздах. (16+)	20.30 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
13.00 Моя волна. (16+)	22.40 PRO-новости. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)	23.00 Плейлист. Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)	00.00 Муз'итив. (16+)
	01.30 Наше. (16+)
	03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	О!	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)	05.00 «Мир за минутку». (0+)	05.00 Ранние птицы. «Долина Мумитроллей». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	05.05 «Истории Баданаму». (0+)	06.55 «Чик-зарядка». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	06.00 «Тима и Тома». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	07.00 «Жужжалка». (0+)	07.30 «Чик-зарядка». (0+)
09.00 «Волшебная кухня. Драники». (0+)	07.05 «Фиксики». (0+)	07.35 «Петроникс». (0+)
09.30, 18.30 «Простоквашино». (0+)	09.00 «Лялик едет в Окидо». (0+)	08.00 «Три кота». (0+)
09.40 «Тайны Медовой долины». (0+)	10.00 «ТриО!» (0+)	12.55 «Супер10». (6+)
10.00, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)	10.20 «Три кота». (0+)	13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)	10.20 «Три кота». (0+)	13.45 «Инфинити Надю». (6+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	12.20, 00.10 «Зебра в клеточку». (0+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
11.35, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	14.00 «Ангел Бэби». (0+)	14.10 «Фиксики». (0+)
14.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)	15.50 «Спроси у ТриО!» (0+)	16.35 «Простоквашино». (0+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)	15.55 «Мой музей». (0+)	18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)	16.00 «Динозавры». (0+)	Милые малыши с большим воображением исследуют удивительный мир.
17.00 «Мама для мамонтенка», «Утенок, который не умел играть в футбол», «Хоботёнок». (0+)	16.05, 00.05 «Зелёный проект». (0+)	18.35 «Царевны». (0+)
17.20 «Фиксики». (0+)	16.10 «Смешарики». (0+)	Познакомьтесь с пятью симпатичными царевнами: Варя-краса; царевна-лягушка Василиса; царевна Несмеяна Даша; Алёнка Прекрасная и Соня, спящая царевна.
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)	18.30 «Три кота». (0+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
18.00 «Кошечки-собачки». (0+)	21.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)	20.45 «Кошечки-собачки». (0+)
19.00 «Лео и Тиг». (0+)	22.50 «Мир за минутку». (0+)	22.00 «Бен 10». (12+)
20.55 «Машины сказки». (0+)	22.55 «Истории Баданаму». (0+)	Однажды десятилетний мальчик Бен Теннисон находит инопланетное устройство Омнитрикс, которое способно превращать его в разных супергероев-пришельцев.
21.30 «Ник-изобретатель». (0+)	23.50 «Спроси у ТриО!» (0+)	22.25 «Ох и Ах». (0+)
	23.55 «Мой музей». (0+)	22.30 «Ох и Ах идут в поход». (0+)
	00.00 «Динозавры». (0+)	22.40 «Кораблик». (0+)
	01.50 «Студия Каляки-Маялки». (0+)	22.50 «Лесные путешественники». (0+)
	02.10 «Оранжевая корова». (0+)	23.15 «Дора-Дора-помидора». (0+)
	04.30 «Смарта и чудо-сумка». (0+)	23.25 «Таинственные золотые города». (6+)
		В 16 веке юный Эстебан отправился на поиски легендарных Золотых городов в недавно открытой Америке. В сопровождении Зии и Тао он раскрывает секреты исчезнувших цивилизаций, преследуемый жаждущими сокровищ испанцами.
		00.35 «История изобретений». (0+)
		02.00 «Трам-пам-пам». (0+)
		02.25 «Малышарики». (0+)
		03.40 «Школьный автобус Гордон». (0+)
		04.30 «Еда на ура. Рецепты». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ
05.00 День Патриарха. (0+)	18.35 «СЫН ПОЛКА». 1 серия. (0+)
05.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)	20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
06.50 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)	22.00 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Одигитрия» Смоленская. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)	22.35 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
10.30 Завет. (6+)	23.05 Прямая линия жизни. (16+)
11.35 Святые России. (6+)	00.05 День Патриарха. (0+)
12.40 Простые чудеса. (12+)	00.20 Апокалипсис. Глава 19. (18+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)	01.20 Завет. (6+)
15.00 Пилигрим. (6+)	02.15 Расскажи мне о Боге. (6+)
15.35 Беседы с Антонием Суворовским. (0+)	02.40 Пилигрим. (6+)
16.10 Русофобия. (16+)	03.10 Встреча. (12+)
16.45 «НА ВОЙНЕ КАК НА ВОЙНЕ». (12+)	04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

30 января
Седмица 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Прп. Антония Великого.



Прп. Антония Дымского. Прп. Антония Черноозерского. Сщмч. Виктора пресвитера. Сщмч. Павла пресвитера.

Поста нет.

«Если усвоишь какие-либо добродетели, не хвастай, не говори, то и то я сделал и исполнил. Такое хвастовство признак величайшего неразумия». Прп. Антоний Великий

СТРАНА СОВЕТОВ

Форма для запекания – покупка не на один месяц и даже не на один год. Хочется, чтобы она прослужила как можно дольше и помогла создавать аппетитные блюда. Поэтому нужно сориентироваться в предлагаемом разнообразии и выбрать то, что точно подойдёт именно вам. А начать лучше с вопроса: что я хочу получить, используя эту форму?

Металлические – для красивой корочки

Благодаря способности металла быстро разогреваться и разогревать содержимое формы, для продуктов, которые нужно хорошенько пропечь и получить румяную корочку, металлическая форма будет лучшим приобретением. Пирог, пицца, блюда с сырной корочкой, закуски – вот блюда, ради которых стоит задуматься о покупке металлической формы, если таковая отсутствует на вашей кухне. Нержавеющая сталь, чугун, медь – металлы, из которых наиболее часто изготавливают посуду для запекания.

Матовая или глянцевая?

НА ЗАМЕТКУ

Перемешивать продукты в стальной форме без специального антипригарного покрытия можно не только деревянными и силиконовыми, но и металлическими лопатками. Стальная посуда бывает двух видов: с матовой и глянцевой поверхностями. Матовая считается более устойчивой к механическим повреждениям, а глянцевая – более гигиеничной.

Правда, металлические формы имеют и несколько минусов. Среди них можно отметить «плохую переносимость» кислых фруктов и ягод. При нагревании они оставляют на форме пятна, а сами приобретают металлический вкус. Исключение составляют нержавеющая и формы с антипригарным покрытием.

Одноразовые алюминиевые – для экономии времени

С одной стороны, одноразовые формы удобны тем, что не требуют мытья: использовал, выбросил и забыл. Кроме того, алюминий плохо проводит тепло, поэтому в такой форме блюдо получится равномерно прогретым и пропеченным. Доставать готовую пищу также будет н е т р у д н о: достаточно просто разрезать форму. А благодаря огромному разнообразию размеров, можно с легкостью найти идеальный для себя вариант.

С другой стороны, покупка такого «расходника» – весьма недешевое удовольствие. Кислые продукты так же не показаны для алюминиевых форм, как и для металлических. Да и доставать такую форму из духовки не очень удобно из-за отсутствия ручек.

Стеклянные и керамические – для эстетики

Стеклянные и керамические формы – лучшее решение для равномерного нагрева. А еще за процессом приготовления в стеклянных формах очень интересно наблюдать. Столько красивых пузырьков можно увидеть внутри! А керамика эстетична сама по себе, такую форму не стыдно и на праздничный стол поставить.

При этом стеклянные и керамические формы не следует подвергать резким температурным перепадам, иначе они просто лопнут. Да и обращаться с ними нужно аккуратнее, чем с формами из других материалов, ведь они довольно хрупкие.

Силиконовые – для комфорта

Силиконовые формы – почти универсальные помощники! Чтобы с легкостью вынуть пирог из силиконовой формы, ее даже не нужно смазывать маслом перед началом использования. Кроме того, силикон прост в очищении, устойчив к щелочам и кислотам – это очень удобный, а также весьма непривередливый материал. Однако в целях безопасности не стоит нагревать его выше 250 градусов. Кроме того, силикон плохо проводит тепло, поэтому о румяных краях у выпечки придется забыть.

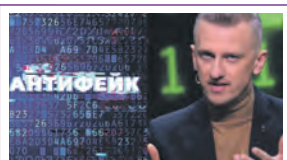
Выбирая силиконовую форму, обращайте внимание на ее толщину (чем она больше, тем лучше), плотность и стоимость. Качественная форма не может стоить дешево, а дешевый аналог вряд ли порадует вас своими свойствами.

Светлана СИДОРЧУК

Всё дело в форме



1 ПЕРВЫЙ



09.20 Премьера. «АнтиФейк». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «АнтиФейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ПРОБУЖДЕНИЕ».** (16+)
В городе происходит череда загадочных смертей таксистов. Павел и его напарник Иван Пушкин предполагают, что имеют дело с серийным убийцей.
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ».** (18+)
- 01.00 ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.35 «МСТИТЕЛЬ».** (12+)
Россия, 2013 г. Боевик.
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
- 19.25 «СЛЕД».** (16+)
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФOSОВСКИЙ. ЮБИЛЕЙНЫЙ СЕЗОН». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести. Местное время
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «СКЛИФOSОВСКИЙ. ЮБИЛЕЙНЫЙ СЕЗОН».** (16+)
Павлова настаивает, чтобы Волошин медленно провёл ей повторную операцию. Брагин уверен, что нужно подождать. Марина делает тест и узнаёт, что беременна. В семье Ирины Фёдоровны случается трагедия.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «КАМЕНСКАЯ»**
Ваня и Дима копают лаз, пытаются выбраться из ямы. Неожиданно Ване становится плохо. Коротков забирает у матери Черкасова фотографии его студенческих лет. На одной из них Настя замечает бывшую девушку подозреваемого - Янину.
- 03.45 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО».** (12+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.10 13.45 15.05 03.35 «ОФИЦЕРЫ».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
- 09.15 01.10 «ДЕНЬ КОМАНДИРА ДИВИЗИИ».** (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 «Москва - фронту». (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.55 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (16+)
- 19.40 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.55 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
- 23.20 «ПРОПАЖА СВИДЕТЕЛЯ».** (12+)

ТВУ ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.00 «Доктор И...» (16+)
- 08.35 «ЧУЖИЕ ГРЕХИ».** (12+)
- 10.40 «Алексей Жарков. Эффект бабочки». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2».** (16+)
Бывший прокурор Вернер убит в своем доме в запертой изнутри комнате.
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «Петровка, 38». (16+)
- 15.15 «СВОИ».** (16+)
«Актёрские драмы. Роль через боль». (12+)
- 16.55 События
- 17.50 «Петровка, 38». (16+)
- 18.10 **18.20 «ЦВЕТ ЛИПЫ».** (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Закон и порядок». (16+)
- 23.10 «Олег Яковлев. Чужой». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Хрущев против Берии. Игра на вылет». (12+)
- 01.25 «Кремлёвская кухня». (16+)
- 02.05 «Точку ставит пуля». (12+)
- 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 04.40 «Алексей Жарков. Эффект бабочки». (12+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «Очень личное». (12+)
- 06.40 10.10 17.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА».** (16+)
- 07.30 11.00 «Календарь». (12+)
- 08.00 12.00 13.10 18.00 19.20 ОТражение
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 11.30 «Книжные аллеи». (12+)
- 15.10 23.05 «КОМИССАРША».** (12+)
- 16.05 00.00 «Тагетон, или Смерть Великого немого». (12+)
- 16.45 «Жил-был Козявин». (12+)
- 21.00 «ЗОНТИК ДЛЯ НОВОБРАЧНЫХ».** (12+)
- 22.25 «За дело!» (12+)
- 00.45 «Брут». (12+)
- 01.00 ОТражение. Главное. (12+)

НТВ НТВ



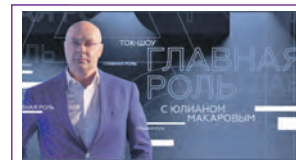
04.50 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)

- 04.50 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ».** (12+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ».** (16+)
Тамара с Зубовым видят, как двое братков Пузыря грубо выкидывают с рынка цыганок Земфиру и ее дочь Лолу. Зубов за них вступается. На праздновании дня рождения Штольца Фаддей дарит юбиляру породистого жеребца.
- 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 «ЧУЖАЯ СТАЯ. НЕВИДИМЫЙ ВРАГ».** (16+)
Выясняется, что киллер находится в розыске, это - девушка. Вернувшийся в родной город Костя безуспешно пытается найти «работу» у Грека.
- 22.10 «КРАСНЫЙ ЯР».** (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «КРАСНЫЙ ЯР».** (16+)
- 00.40 «ЧУМА».** (16+)
- 03.00 «КРЫСОЛОВ».** (16+)
- 04.20 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
- 06.55 08.55 09.55 10.55 11.10 12.25 12.55 13.55 14.10 15.25 15.55 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)
- 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
- 13.40 16.50 20.50 «The City». (12+)
- 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
- 21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
- 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



19.45 Главная роль

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 00.00 Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Монологи великого Дуня»
- 07.35 18.35 «Древние сокровища Мьянмы»
- 08.35 17.40 «Первые в мире»
- 08.50 16.30 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.20 XX век
- 12.15 22.00 «ЖИЗНЬ ВЕРДИ»**
У Карло Верди родился мальчик, которого назвали Джузеппе. Карло очень гордился музыкальностью сына...
- 13.45 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 14.30 02.30 Театральная летопись. К 90-летию со дня рождения Игоря Кваша
- 15.05 Новости. Подробно. Книжки
- 15.20 «Эрмитаж»
- 15.50 «Сати. Нескучная классика...»
- 17.55 01.25 Легендарные имена Большого театра
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро
- 20.30 Искусственный отбор
- 21.15 «Белая студия»
- 23.30 Рэгтайм, или Разорванное время
- 02.00 «Роман в камне»
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 04.10 «МузейОн». (12+)
- 05.30 «Новости МО»
- 07.30 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360»
- 07.35 «Интервью 360». (12+)
- 08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)
- 08.25 «Атмосферная история». (12+)
- 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа»
- 11.00 «ЧП 360». (16+)
- 12.30 «Тет-а-тет с Марусей»
- 13.00 14.40 16.50 «Внимание! Еда!» (12+)
- 13.50 18.10 «Зима в Подмосковье». (12+)
- 14.10 «Атмосферная история»
- 15.10 15.35 16.10 22.20 22.50 «Открытие Китая». (12+)
- 16.20 «Поездка со вкусом»
- 17.10 «Простая медицина»
- 17.40 «Формула успеха». (12+)
- 20.10 «Невероятная наука»

СТС СТС



11.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 07.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА».** (16+)
- 08.40 Уральские пельмени. (16+)
- 08.45 «ПЯТАЯ ВОЛНА».** (16+)
США - Великобритания, 2016 г. Фантастический боевик. В ролях: Хлоя Грейс Морец, Ник Робинсон. Над штатом Огайо передвигается огромный инопланетный корабль. Через 10 дней бездействия инопланетяне вдруг наносят удар...
- 11.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
- 18.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА».** (16+)
- 20.00 ПРЕМЬЕРА! «КОД 355».** (16+)
- 22.30 «АНГЕЛЫ ЧАРЛИ».** (16+)
США - Германия, 2019 г. Комедийный боевик. В ролях: Кристен Стюарт, Наоми Скотт. Частное детективное агентство Таунсенд, возглавляемое таинственным Чарли, открывает свои офисы по всему миру. Девушкам-агентам Сабине, Джейн и Элене предстоит выкрасить разработку новой технологии у бандитов...
- 00.55 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ».** (16+)
- 02.25 «6 кадров». (16+)
- 04.55 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.20 08.20 10.30 12.00 16.10 19.50 22.15 00.00 02.00 02.10 Мой район. (12+)
- 07.30 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
- 08.30 «Это было смешно». (12+)
- 09.05 16.25 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?»** (12+)
- 10.40 «Тайны нашей эстрады». (12+)
- 11.10 «Тайны кино». (12+)
- 12.10 20.00 «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЁТ».** (12+)
- 14.35 22.25 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ».** (12+)
- 17.50 Звёзды советского экрана. (12+)
- 18.20 00.40 «ТАЙНЫ АВРОРЫ ТИГАРДЕН».** (16+)

● Сериалы ● 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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Телепрограмма и фотоаппараты предоставлены 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

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «ЧУЖОЙ: ЗАВЕТ». (16+)	 22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)	 23.00 «КИКБОКСЁР». (16+)	 06.00 Улётное видео. (16+)	 07.05 Все на Матч!	 14.35 «ДЕНЬ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА». (16+)	
05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир с 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 02.55 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ЧУЖОЙ: ЗАВЕТ». (16+) 22.20 «Водить по-русски». (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» 00.30 «ТЁМНАЯ БАШНЯ». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 08.30 «Модные игры». (16+) 09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+) 13.00 «САШАТАНЯ». (16+) 18.00 «ПАТРИОТ». (16+) 20.00 «САШАТАНЯ». (16+) Саша и Таня бронируют на выходные отель и хотят попросить посидеть с Лешей Лилию и Мишу. Но зная, что те так просто не согласятся, решают задобрить друзей. 21.00 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ». (12+) На завтрак Михалыч выбешивает Володю с Оксаной... 22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 23.00 «ПУТЕШЕСТВИЕ К ЦЕНТРУ ЗЕМЛИ». (12+) 00.50 «Импровизация». (16+) 03.20 «Comedy Баттл». (16+) 04.50 «Открытый микрофон». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 08.00 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+) 09.15 Утренние гадания. (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Мистические истории. (16+) 13.30 Гадалка. (16+) 16.45 «Старец». (16+) 17.55 «Слепая». (16+) Настя Петракова знала, что она девушка умная, но не красивая. 20.30 «МАЖОР». (16+) Игорь помогает Королеву вернуть пистолет. Однако выясняется, что из этого оружия накануне был убит человек. Игорь пытается исправить ситуацию, изучая жизнь жертвы. 23.00 «КИКБОКСЁР». (16+) 01.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+) 03.00 «СНЫ». (16+)	06.00 Улётное видео. (16+) 06.20 Идеальный ужин. (16+) 08.00 Утилизатор. (12+) Самая неожиданная автомобильная викторина. Отвечай на вопросы правильно, иначе машину на твоих глазах раздавит бульдозер. 10.00 Улётное видео. (16+) 12.00 КВН ярче. (16+) 14.00 Охотники. (16+) Ведущие проекта «Охотники» выходят на борьбу с мошенниками. Их задача не просто вернуть деньги и проучить аферистов. Их цель - остановить или предотвратить мошенничество. Они идут по следу преступников через подозрительные объявления, рекламу и форумы с пострадавшими. 16.00 Решала. (16+) 19.00 Охотники. (16+) 21.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.45 Улётное видео. (16+)	06.00, 11.30 «Есть тема!» (16+) 07.00, 10.00, 12.55, 14.20, 17.40, 22.25, 03.20 Новости 07.05, 14.25, 17.45, 18.50, 21.45, 00.15 Все на Матч! 10.05, 13.00, 01.00 Специальный репортаж. (12+) 10.25 Профессиональный бокс. (16+) 13.20 Что по спорту? (12+) 13.50 «Футбол на все времена». (12+) 15.55 «Ты в бане!» (12+) 16.25 География спорта. (12+) 16.55, 18.10 Прыжки в воду. Кубок России. Пр.тр. 19.15 Хоккей. «Нефтехимик» - «Автомобилист». Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр. 22.30 «Короли. Из гетто к победе и золоту». (12+) 23.45 Матч! Парад. (16+) 01.20 Лёгкая атлетика. (0+) 03.25 Прыжки в воду. (0+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.25 Давай разведёмся! (16+) 09.30 Тест на отцовство. (16+) 11.40 «Понять. Простить». (16+) 12.55 «Порча». (16+) 13.25 «Знахарка». (16+) 14.00 «Верну любимого». (16+) 14.35 «ДЕНЬ СВЯТОГО ВАЛЕНТИНА». (16+) 19.00 «ТОЛЬКО ПО ЛЮБВИ». (16+) Россия, 2022 г. Мелодрама. В ролях: Елена Лотова, Родион Галюченко. 23.15 «Порча». (16+) 23.45 «Знахарка». (16+) 00.20 «Верну любимого». (16+) 00.50 «НАПАРНИЦЫ». (16+) 04.00 Давай разведёмся! (16+) 04.50 «6 кадров». (16+) 05.10 По делам несовершеннолетних. (16+)	



ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 | Номер свидетельства государственной регистрации 024.266

Важно знать: что делать в экстренной ситуации

Порядок действий в случае смерти человека:

1. Вызовите сотрудника специализированной службы по вопросам похоронного дела после подтверждения факта смерти экстренными службами. **Круглосуточный телефон ГСС «Ритуал-Сервис»: 8 (495) 300-3-300.**
2. Запишите табельный номер сотрудника ГСС.
3. Приготовьте паспорт и медицинский полис покойного.

Важно!

Убедитесь, что к вам приехал вызванный вами сотрудник ритуальной службы: проверьте его паспортные данные и номер служебного удостоверения. Так вы будете уверены, что перед вами не мошенник, получивший информацию от неизвестных источников.

Всю организацию траурного мероприятия мы берем на себя:

1. Круглосуточная бесплатная консультация по телефону **8 (495) 300-3-300.**
2. Получение бесплатного участка для захоронения*.
3. Подтверждение прав на имеющийся участок на кладбище в соответствии с новыми правилами (электронный паспорт 2022 г.)*.
4. Обеспечение бесплатной перевозки покойного в морг и взаимодействие с моргом по всем вопросам.
5. Оформление полного пакета документов, необходимого для организации прощания по гражданским и религиозным обрядам.
6. Содействие в получении положенных государством льгот и компенсаций в полном объеме.

*При получении нотариально заверенных полномочий

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 300-3-300 или на сайте службы RITUAL.RU

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.00 Мультфильмы. (0+)
06.40 «Сказка о рыбе и рыбке». Мультфильм. (0+)
07.10 «СМЕЛЫЕ ЛЮДИ». (16+)
09.00 «АЛЕШКИНА ЛЮБОВЬ». (12+)
10.35 «ИЗ ЖИЗНИ ОТДЫХАЮЩИХ». (12+)
12.05 «ДЕЛО «ПЕСТРЫХ». (12+)
14.00 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)
15.50 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН». (12+)
18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-2». (16+)
20.00 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)
21.25 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
22.50 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
01.15 «АДЪЮТАНТ ЕГО ПРЕВОСХОДИТЕЛЬСТВА». (12+)
TV1000
05.30 «Роботы-поезда», «Говорящий Том и друзья», «Приключения Бубы», «Готтовим с Бубой», «Буба». Мультсериалы. (6+)
08.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ИЗМЕНИЛ ВСЕ». (16+)
11.00 «МАЛЫШКА НА МИЛЛИОН». (16+)
13.25 «В МЕТРЕ ДРУГ ОТ ДРУГА». (16+)
15.25 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)
17.15, 18.05 «МЕРЛИН». (12+)
19.00 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!». (16+)
21.05 «ПРИНЦЕССА МОНАКО». (16+)
23.00 «ИАНА: ИСТОРИЯ ЛЮБВИ!». (12+)
01.00 «ОДНАЖДЫ В РИМЕ». (16+)
02.20 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)
03.55 «СЛОВА». (12+)
ТВ1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.15 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
07.25 «Три кота». Мультсериал. (6+)
08.15 «МАЛЕНЬКИЙ ВОИН». (6+)
09.50 «ВОЛШЕБНИК». (12+)
11.20 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
13.00 «ГОРЬКО!» (16+)
15.15 «ГОРЬКО!-2». (16+)
17.00, 18.00 «ШУЛЕР». (16+)
19.00 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (12+)
20.55 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
22.35 «ЛОВИ МОМЕНТ!». (16+)
23.50 «РЕСТОРАН ПО ПОНЯТИЯМ!». (18+)
01.25 «КУХНЯ В ПАРИЖЕ». (12+)
03.05 «КУХНЯ. ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА!». (12+)
ДОМ КИНО
06.20 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
07.40 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
09.00 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
10.20 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
11.45 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
14.20 «БАТЯ». (16+)
Россия, 2020 г.
15.50 «СВАТЫ». (16+)
22.30 «БАЛАБОЛ-6». (16+)
02.05 «ПЕТЕРБУРГ. ТОЛЬКО ПО ЛЮБВИ». (16+)
Россия, 2016 г.
03.50 «ДОМ СОЛНЦА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ». (12+)
06.35 «НЕЖНЫЕ ЛИСТЬЯ, ЯДОВИТЫЕ КОРНИ». (12+)
10.00 Новости
10.10 Слабое звено. (12+)
11.00 Шоу «Назад в будущее». (16+)
11.50 Телеигра «Игра в кино». (12+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.05, 16.15, 00.55 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.10, 01.40 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.50 Мировое соглашение. (16+)
18.30 Новости
18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.50 Слабое звено. (12+)
21.45 «КУЛИНАР-2». (16+)
00.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
03.05 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». (0+)
04.25 «СТАНИЦА». (16+)
ПОБЕДА
04.30 «Путь к Победе». (16+)
05.30 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
07.10 «СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ». (16+)
10.10 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)
13.10 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
Продолжение грандиозной военной драмы «Истребители» о подвиге летчиков военной авиации времен Великой Отечественной войны, о дружбе, скрепленной кровью, мужестве и настоящей любви... Летчица Илья Бестужева вызывает 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 Шулаевым.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «КЛЯТВА». (12+)
03.00 «ПАПА». (16+)
ПЯТНИЦА
05.00, 05.05 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
05.10 Пятница News. (16+)
05.40 Кондитер-4. Финал (субтитры). (16+)
06.50 Гастротур-2. Алтайский край (субтитры). (16+)
07.50, 09.00, 10.00 На ножах (субтитры). (16+)
11.00, 12.40, 14.00 Черный список-2 (субтитры). (16+)
14.40 Битва шефов. (16+)
16.50 Битва шефов (субтитры). (16+)
19.00 Кондитер-7. Италия. Екатерина Скулкина. (16+)
20.30 Кондитер-7. Турция. Торт для Екатерины Алехиной. (16+)
22.00 Король десертов. Кармель. (16+)
23.40 «СЕРДЦЕЕДКИ». (16+)
США, 2001 г.
01.50 Пятница News. (16+)
02.20, 03.00, 03.40 «ДРЕВНИЕ». (18+)
Сериал. США, 2017 г.
04.10 Пятница News. (16+)
04.35, 04.45, 04.50 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
Ю
05.20, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
08.35 Барышня - Крестьянка. (16+)
10.50 «КЛОН». (16+)
12.50 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
17.55 Я стесняюсь своего тела. (16+)
Проект о том, как важно заботиться о самом ценном - здоровье. Врачи проекта возьмутся за самые сложные случаи, чтобы доказать, что со многими болезнями можно справиться, если вовремя их диагностировать и не затягивать с походом к врачу.
20.00 «КЛОН». (16+)
Сериал. Бразилия, 2001 г.
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.55 Измены (субтитры). (18+)
03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.10 «АМЕРИКАНЕЦ». (16+)
02.50 «БОЕЦ». (16+)
04.40 «МАРКО ПОЛО». (16+)
07.30 «ВЫЖИТЬ В ИГРЕ». (16+)
09.05 «ГОЛОГРАММА ДЛЯ КОРОЛЯ». (16+)
10.40 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)
12.15 «А ВОТ И ОНА». (12+)
13.45 «НЕОБЫКНОВЕННАЯ ИСТОРИЯ НА РОЖДЕСТВО». (12+)
15.25 «БЫЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+)
Комедия, США, 2020 г.
16.50 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
18.45 «КРИМИНАЛЬНАЯ ФИШКА ОТ ГЕНРИ». (16+)
20.30 «НА ГРАНИ БЕЗУМИЯ». (16+)
22.10 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (16+)
23.45 «ВЫЖИТЬ В ИГРЕ». (16+)
РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.50 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)
08.55 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)
10.45 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (12+)
12.30 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
14.40 «НА ОСТРИЕ». (12+)
16.50 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
Триллер, военный фильм, история, Россия, 2020 г.
18.35 «РУСАЛКА». (16+)
Драма, Россия, 2007 г.
20.35 «КУРОРТНЫЙ ТУМАН». (16+)
Детектив, Россия, 2012 г.
22.15 «ЦОЙ!». (16+)
Драма, Россия, Латвия, Литва, 2020 г.
00.00 «БАТЯ». (16+)
Комедия, Россия, 2020 г.
01.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
03.05 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)
05.00 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)
КИНОКОМЕДИЯ
00.35 «ТАКСИ-2». (16+)
02.40 «ПИКСЕЛИ». (12+)
04.30 «ЛИЦЕНЗИЯ НА БРАК». (12+)
06.10 «ЛЮБОВЬ К СОБАКАМ ОБЯЗАТЕЛЬНА». (16+)
08.05 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (6+)
10.10 «ТЕРМИНАЛ». (12+)
12.30 «КРАСОТКИ В БЕГАХ». (16+)
14.05 «БЕЛЫЕ ЦЫПОЧКИ». (12+)
16.05 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ФИЛЬМ-2». (16+)
17.40 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)
19.30 «ШПИОН!». (18+)
Комедия, боевик, США, Великобритания, 2015 г.
21.45 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ-2». (16+)
19.00, 20.15, 21.45 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
23.05 «ТАКСИ-3». (16+)
РОДНОЕ КИНО
01.40, 03.05, 04.20 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». (12+)
05.40 «СЫН ЗА ОТЦА». (0+)
Драма, Россия, 1995 г.
07.15 «МОЯ МОРЯЧКА». (12+)
08.45 «ГОСПИНА ОБОРМИТЕЛЬ». (16+)
10.45 «МОСКВА-КАССИОПЕЯ». (6+)
12.20 «КИТАЙСКАЯ БАБУШКА». (12+)
Комедия, мелодрама, Россия, 2009 г.
14.00 «ТРИ ПОЛУГРАЦИИ». (12+)
Драма, мелодрама, Россия, 2006 г.
16.25, 17.40 «АНИСКИН И ФАНТОМАС». (6+)
Комедия, криминал, СССР, 1974 г.
19.00, 20.15, 21.45 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
23.05 «24 ЧАСА». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
03.05 Тайное становится явным. (12+)
03.20, 06.15 Историада. (12+)
04.10, 07.10 Книжные аллеи. (12+)
04.40, 16.10 Историограф. (12+)
05.20 Лучность в истории. (12+)
05.50 Сражения с Наполеоном. (12+)
07.40 Архивы истории. (12+)
08.00 «АРН - РЫЦАРЬ-ТАМплиер». (16+)
10.10 «ПРИКАЗ «УНИЧОЖИТЬ». (16+)
11.45, 14.20 Обыкновенная история. (6+)
12.00 Музейный феникс. (12+)
12.30 Битва оружейников. (12+)
13.10 Хроники общественного быта. (12+)
13.25 Найти и рассказать. (12+)
13.55 Живая сталь. Паровозы. (12+)
14.30 Крымский лекарь. (12+)
15.20 Освободители. (12+)
16.00 Кольцо «А». (12+)
16.55 История одной фотографии. (6+)
17.10 Мемориалы России. (12+)
17.35 Семь дней истории. (12+)
17.50 Первая мировая. (12+)
18.50, 21.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
19.00 Жена Рубенса и черное золото. (12+)
20.00 Свои и чужие. (12+)
20.50 Морской узел. (12+)
21.20 Жил-был Дом. (12+)
22.00 Максим Горький. Потаённая биография. (12+)
22.30 Временный комитет у руля революции. (12+)
23.00 Адриан. Метаморфозы. (12+)
VIASAT HISTORY
06.05 Невероятные изобретения. (12+)
06.35 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+)
07.35, 08.35 Великая война. (12+)
09.30, 10.30 Древние конструкторы. (12+)
11.25, 12.20 Загадки Египта. (12+)
13.10, 14.05 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
14.55 Версаль: испытания Короля-солнца. (12+)
15.50 Искусство Франции: Чем больше меняется... (16+)
16.45, 17.45 Древние суперстроения. (12+)
18.45 Древние конструкторы: Наведение мостов. (12+)
19.40 Загадки Египта: Здоровье и богатство. (12+)
20.30 Тайны Бермудского треугольника: Тайны глубин. (12+)
21.25 Великая эпидемия чумы в Лондоне. (12+)
22.20 Великая война: Оборона Севастополя. (12+)
23.20 Великая война: Битва за Москву. (12+)
00.15 Версаль: испытания Короля-солнца. (12+)
01.10 Искусство Франции. (16+)
02.00, 02.55 Древние конструкторы. (12+)
03.45, 04.35 Тайны Бермудского треугольника. (12+)
05.20 Невероятные изобретения. (12+)
ДОКТОР
06.00, 12.40, 18.00, 23.40 О самом главном. Нарушение обоняния. Основные причины. (12+)
06.50, 07.20 10 решений доктора Карташевой. (12+)
07.50, 11.50, 14.30, 01.00 Правила жизни 100-летнего человека. (12+)
08.40 О самом главном. Правда и мифы об авокадо. (12+)
09.35 На приеме у психолога Колмановского. (12+)
10.05 Психология. Подростки. (12+)
10.35 Это лечится. Астма. (12+)
11.00, 16.15 Научные сенсации. (12+)
13.35 Теледоктор. (12+)
15.20 О самом главном. Как вовремя обнаружить онкологию? (12+)
17.05 Аллергия. Реквием по жизни? (12+)
19.00, 05.10 Медицина будущего. Онкоурология. (12+)
19.30, 05.35 Медицина будущего. Онко-терапия. (12+)
20.00, 22.40, 02.40, 03.05 Медицинский репортаж. (12+)
20.30, 23.10, 03.30, 04.00 Клинический случай. (12+)
21.00 О самом главном. Рак молочной железы. (12+)
21.55 Куда уходит память? (12+)
00.35 Скажите, доктор! (12+)
01.45 На приеме у косметолога. (12+)
02.10 Метод исследования. (12+)
04.25 Медицинский квест. (12+)

РУССКИЙ РОМАН
08.30 «СКОЛЬКО СТОИТ СЧАСТЬЕ». (12+)
11.30 «ИЛЛЮЗИЯ СЧАСТЬЯ». (12+)
14.35 «ОТ СУДЬБЫ НЕ ЗАРЕКАЙСЯ». (12+)
18.00 «ГЕНЕРАЛЬСКАЯ СНОХА». (12+)
2012 г. В ролях: Наталья Антонова, Игорь Ботвин, Лариса Кадочникова, Алексей Анищенко
21.25 «СЧАСТЬЕ В КОНВЕРТЕ». (12+)
2020 г. В ролях: Фёдор Лещев, Ефим Каменецкий, Татьяна Самарина, Евгения Глотова, Залим Мирзоев
23.15 «ЕСЛИ ЛЮБИШЬ - ПРОСТИ». (12+)
01.10 «МЕНЯ ЗОВУТ САША». (12+)
04.30 «ИЛЛЮЗИЯ СЧАСТЬЯ». (12+)
CINEMA
06.15 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)
08.00 «ТА ЕЩЕ ПАРОЧКА». (18+)
10.05 «КРАЙ СВЕТА». (16+)
11.50 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ГЕРОЯ». (16+)
13.40 «ЗОЛОТО ДЖУНГЛЕЙ». (18+)
15.25 «ЛЕКАРЬ: УЧЕНИК АВИЦЕННЫ». (12+)
18.05 «МАЛАВИТА». (16+)
20.00 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (18+)
США, Германия, 2017 г.
21.55 «ЛИПУЧКА». (18+)
Германия, США, 2011 г.
23.25 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ». (12+)
01.25 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ-2». (12+)
03.10 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ-3». (12+)
05.00 «ГАМБИТ». (12+)
red .RED
06.00, 05.35 Голливуд за кадром. (16+)
06.25, 13.05, 18.50 Правила моей кухни. (16+)
07.25, 08.10 «КАРТЕР». (16+)
08.50, 18.00 Проект Подиум. (16+)
09.45, 10.35, 11.25, 12.15, 20.00, 20.50, 00.55, 01.40 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
14.05 «ДЖЕРРИ МАГАУЙЕР». (16+)
США, 1996 г.
16.25 «ПУТЬ ДОМОЙ». (16+)
США, Китай, 2019 г. В ролях: Брайс Даллас Ховард, Эшли Джадд, Эдвард Джеймс Олмос, Александра Шипп, Джона Хауэр-Кинг
21.40, 22.25, 02.25, 03.10 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
23.10, 00.00 «РАСКАЗ СЛУЖАНКИ». (18+)
03.50 «КРАСАВИЧ». (16+)
РЕТРО
06.00 «ОТСТУПНИК». (16+)
08.40 «ЕГО ОТПУСК». (12+)
10.10 «ДЕЛО ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (0+)
11.25 «ВСЕГО ОДНА НОЧЬ». (12+)
12.55 «СЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)
14.15 «ЗИМОРДОК». (12+)
15.45 «РАССЛЕДОВАНИЕ КОМИССАРА МЕГРЭ». (16+)
17.35 «ЕГО ОТПУСК». (12+)
19.00 «УБИТЬ ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
21.25, 04.50 «ЖДИ МЕНЯ, АННА». (12+)
22.40 «ЗИМОРДОК». (12+)
00.10 «ЧАСЫ ОСТАНОВИЛИСЬ В ПОЛНОЧЬ». (12+)
01.50 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КАНИКУЛЫ». (12+)
02.20 «СЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)
03.30 «ЕГО ОТПУСК». (12+)

УСАДЬБА
06.00 Дачные радости. (12+)
06.30 В погоне за прибылью. (16+)
07.15 Искатели приключений. (12+)
07.45 Дачные хитрости. (12+)
08.00 Сам себе дизайнер. (12+)
08.20, 14.40 Стройплощадка. (12+)
08.50, 15.15, 21.10 Дачные радости с Мариной Рыкаловой. (12+)
09.20 Декоративный огород. (12+)
09.50 Бани - женского рода. (12+)
10.10 Дачных дел мастер. (12+)
10.40 Мастер-садовод. (12+)
10.50 Кухня народов СССР. (12+)
11.10 Красивая выпечка с Джульет. (16+)
11.55 Дачные радости с Виталием Декабровым. (12+)
12.30 Идеальный сад. (12+)
13.00 Букет на обед. (12+)
13.15 Народные умельцы. (12+)
13.50 Деревня год. (12+)
15.40, 21.40 ЗаСада. (12+)
16.15, 22.25 Как поживаете? (12+)
16.45, 16.55, 18.00, 18.15, 22.55, 23.05 Огород круглый год. (12+)
17.15, 23.25 Органическое земледелие. (0+)
17.40 Календарь дачника. (12+)
18.35, 00.25 Муж на час. (12+)
19.00, 01.00 Чужеземцы. (12+)
19.20, 01.15 Мегабанщики. (12+)
19.50, 01.45 Правила садовода. (12+)
20.05, 01.55 Домашняя косметика! (12+)
20.20 Пустите строителей в дом. (12+)
22.10 Мультиварка. (12+)
23.55 История усадеб. (12+)
ОХОТА И РЫБАЛКА
10.00 Рыбалка в России. (16+)
10.30 Крылатые охотники. (16+)
10.45 Красивая Россия. (12+)
11.00 Охота и рыбалка в... (12+)
11.30, 15.30 Спиннинг сегодня. (16+)
12.00, 00.00 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
12.30 Поехали на рыбалку! (12+)
13.00 Ружейная охота. Первые шаги. (16+)
13.30 Практическая школа нахлыста. (12+)
14.00 Коротко о главном. (12+)
14.30 Зов предков. (16+)
15.00 Хватка хищника. (16+)
16.00 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)
16.30 Нахлыст в Башкортостане. (16+)
17.00 Один день из жизни. (16+)
17.30 Охотничий. (16+)
17.40 Привет, Малек! (6+)
18.00 Сам себе охотник. (16+)
18.30 Рыболовные путешествия. (16+)
19.00 Рыбалка на Черемшане. (6+)
19.30 Мир рыболова. (12+)
20.00 Мир охотника. (12+)
20.30 Дед Мазай и зайцы. (16+)
20.45 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
21.00 Рыбалка в Абхазии. (16+)
21.30, 21.45 Две на одного. Оружие. (16+)
22.00 Россия заповедная. (16+)
22.30 Кто? Куда? Зачем? (16+)
22.45 Охотничье оружие. Вопросы эксперту. (16+)
23.00 Делай как я. (16+)
23.10 Кодекс охотника. (16+)
23.30 На зарубежных водоемах. (16+)
ЖИВИ!
00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)
01.00 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
01.30, 14.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00 Street Fight. (12+)
03.30, 18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)
04.00, 07.00, 10.00 ЙогаУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 «Утренний заряд» с Димой Брагным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Здоровые завтраки. (12+)
05.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 11.45, 17.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
08.00, 11.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)
08.45, 17.30, 22.00 Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
14.00 Здоровые обеды. (12+)
16.00 Табата-лайт. (12+)
16.30, 22.30 Шапат. (12+)
17.00, 20.00 Здоровые ужины. (12+)
Мы поможем спланировать легкий диетический ужин, который разнообразит привычный рацион.
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)

В программе возможны изменения по независимости от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

МАТЧ: СТРАНА
06.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55 Громко. (12+)
09.10 Неделя КХЛ. (12+)
10.05, 11.05, 11.40 Прыжки в воду. Кубок России. Трансляция из Пензы. (0+)
12.15 Лыжи окрыляют. Специальный репортаж. (12+)
12.35 Место силы. ЦСКА. (12+)
13.05 Корона спортивной империи. Лидия Иванова. Часть 1. (12+)
14.10 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. «СКА Минск» (Белоруссия) – «Чеховские медведи» (Россия). (0+)
15.35, 22.10 Специальный репортаж. (12+)
16.00, 21.45 бхб. Волейбольное обозрение. (0+)
16.25 География спорта. Дальний Восток. (12+)
16.55 Прыжки в воду. Кубок России. Женщины. Трамплин 3м. Прямая трансляция из Пензы

17.45 Что по спорту? Челябинск. (12+)
18.10 Прыжки в воду. Кубок России. Мужчины. Синхронные прыжки. Вышка. Прямая трансляция из Пензы
18.55 Прыжки в воду. Кубок России. Смешанные команды. Синхронные прыжки. Вышка. Прямая трансляция из Пензы
19.30 Баскетбол 1x1. Лига Ставок – В1ВОХ. Трансляция из Москвы. (0+)
22.30 Есть тема! (16+)
23.50 Смешанные единоборства. АСА. Руслан Абильтаров против Алана Гомеша де Кастро. Трансляция из Казани. (16+)
01.25 Десятка! Легенд мирового хоккея. (12+)
01.40, 02.50 Биатлон. Парти Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Женщины. Трансляция из Белоруссии. (0+)
03.55 Борьба. Международный турнир «Кубок Ивана Ярыгина». Трансляция из Красноярска. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Top 15 Like FM. (16+)
10.00 Кайфули: как поднялись южные рэперы. (16+)
11.00 ЯНМАУЗТВ. (16+)
 Non-stop из клипов по заказу телезрителей со всей страны.
12.00 Юмор FM чарт. (16+)
13.00 Консервы. (16+)
14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Плейлист по кайфу. (16+)
16.30 Хиты по-русски. (16+)
17.00 Прогноз по году. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Плейлист. Зима. (16+)
19.00 Русский чарт. (16+)
20.00 10 самых! (16+)
20.30 Лайкер. (16+)
22.40 PRO-новости. (16+)
23.00 Плейлист. Зима. (16+)
00.00 Хиты по-русски. (16+)
01.30 Лайкер. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ
06.00, 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Волшебная кухня». (0+)
09.30, 18.30 «Простоквашино». (0+)
10.00 «Фиксики. Дай пять! Дом, Экскурсия». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)
11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
15.00 «Тюбот. Детективы Галактики». (6+)
15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00 «Лентяйка Василиса» (6+), «Ничуть не страшно». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Кошечки-собачки». (0+)
19.00 «Лео и Тиг». (0+)
20.55 «Машинки сказки». (0+)
21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)

О!
05.00 «Мир за минутку». (0+)
05.05 «Истории Баданаму». (0+)
06.00 «Тима и Тома». (0+)
07.00 «Жужжалка». (0+)
07.05 «Фиксики». (0+)
09.00 «Лялик едет в Окидо». (0+)
10.00 «ТриО!» (0+)
10.20 «Три кота». (0+)
12.20, 00.10 «Зебра в клеточку». (0+)
14.00 «Царевны». (0+)
15.50 «Доктор Малышкина». (0+)
15.55 «Весёлый алфавит». (0+)
16.00 «Малыши дикой природы». (0+)
16.05 «Ответы от кометы». (0+)
16.10 «Смешарики». (0+)
18.30 «Три кота». (0+)
21.00 «Ангел Бэби». (0+)
22.50 «Мир за минутку». (0+)
22.55 «Истории Баданаму». (0+)
23.50 «Доктор Малышкина». (0+)
23.55 «Весёлый алфавит». (0+)
00.00 «Малыши дикой природы». (0+)
00.05 «Ответы от кометы». (0+)
01.50 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
02.10 «Оранжевая корова». (0+)
02.30 «Смарта и чудо-сумка». (0+)

КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние птички. «Енотки. Первые слова». (0+)
 Развиваем речь легко и весело с новым сериалом-мюзиклом для самых малышей!
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Петроникс». (0+)
08.00 «Лунтик». (0+)
10.45 «ТриО!» (0+)
11.00 «Смешарики. Пинкод». (6+)
 «Смешарики. Пинкод» – это целый проект, направленный на формирование у детей интереса к изобретательству, науке. За путешествиями в мир информационных технологий, нано- и биоразработок будет интересно наблюдать не только детям, но и многим родителям.
12.55 «Супер10». (6+)
 В своей погоне за властью Омега обращает взор на Суперкамень, рожденный из самого ядра Земли.
13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Фиксики». (0+)
16.20 «Гудзонианс. Магическая сила!» (6+)
 Невероятные приключения супергероини Гудзонианк!
16.35 «Простоквашино». (0+)
18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
18.35 «Царевны». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Кошечки-собачки». (0+)
22.00 «Бен 10». (12+)
22.25 «Приключения кузнечика Кузи». (0+)
22.40 «Хвосты». (0+)
22.55 «Без этого нельзя». (0+)
23.10 «Королева Зубная Щётка». (0+)
23.25 «Таинственные золотые города». (6+)
00.35 «История изобретений». (0+)
02.00 «Вкусняшки шоу». (0+)
02.15 «Малышарики». (0+)
03.40 «Школьный автобус Гордон». (0+)
04.30 «Еда на ура. Рецепты». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР
06.00, 13.00, 18.00, 01.00 «Фиксики». (6+)
06.30, 12.00, 18.30, 00.00 «Роботы-поезда». (6+)
07.05, 12.35, 19.05, 00.35 «Смешарики». (6+)
07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.35, 13.30, 19.35 «Октонавты». (0+)
08.30, 16.00, 20.30 «Гормити». (6+)
09.05, 16.35, 21.05 «Консуни». (6+)
09.30, 17.00, 21.30 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
10.00 «Чуч-Мяуч». (0+)
10.30, 22.30 «Иван Царевич и Серый Волк». (12+)
11.50, 15.45, 22.20, 23.50 «Енотки». (0+)
14.30 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». (12+)
17.30 «Богатырята». (12+)
22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

СОЛНЦЕ
05.00 «Буба». (0+)
07.00 «Ералаш». (6+)
08.40 «Буба». (0+)
10.35 «Заколдованная деревня Пинокио». (6+)
11.35 «Простоквашино». (0+)
12.40 «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)
14.00 «Ералаш». (6+)
15.35 «РОДИТЕЛИ». (12+)
16.25 «Фиксики». (0+)
18.00 «Простоквашино». (0+)
19.30 «Супергерои». (6+)
 Лучшие друзья из парка аттракционов решают вступить в битву с хитрым злодеем и готовятся сделать все, чтобы защитить город.
21.00 «РОДИТЕЛИ». (12+)
23.25 «Ералаш». (6+)
00.30 «Маша и Медведь». (0+)
02.00 «Ералаш». (6+)
04.00 «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Пилигрим. (6+)
05.40 «ПРО ВИТЮ, МАШУ И МОРСКУЮ ПЕХОТУ». (0+)
06.55 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Одигитрия» Смоленская. (0+)
11.05, 22.35, 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
11.35 В поисках Бога. (6+)
12.05 Расскажи мне о Боге. (6+)
12.40 Простые чудеса. (12+)
13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Пилигрим. (6+)
15.35 Сергей Радонежский. Земное и небесное. (0+)
16.30 Битва за Мариуполь. Освобождение города. (16+)
17.15, 18.40 «СЫН ПОЛКА». 1-2 серии. (0+)
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Успение» Псково-Печерская. (0+)
23.05 Служба спасения семьи. (16+)
00.05 День Патриарха. (0+)
00.20 Патриарх. (0+)
01.45 Апокалипсис. Глава 20. (18+)
02.40 Профессор Осипов. (0+)
03.10 Встреча. (12+)

Православный календарь

31 января
 Седмица 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.
 Свт. Афанасия и Кирилла, архиепископов Александрийских.



Прпп. схимонаха Кирилла и схимонахини Марии, родителей прп. Сергия Радонежского. Прп. Маркиана Кирского. Прп. Афанасия Сяндемского, Вологодского. Прп. Афанасия Наволоцкого. Сщмч. Михаила пресвитера. Сщмч. Евгения пресвитера. Сщмчч. Владимира, Николая, Сергия, Александра пресвитеров.

Поста нет.

«Живые отличаются от мертвых не только тем, что смотрят на солнце и дышат воздухом, но тем, что совершают что-нибудь доброе. Если они этого не исполняют, то ничем не лучше мертвых».
 Свт. Григорий Богослов

ПОДПИСКА на 1-е полугодие 2023 г.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! Продолжается подписка на 1-е полугодие 2023 года на издание «ТЕЛЕК Pressa.ru».* До 20 февраля можно подписаться на 4 месяца (с марта по июнь).



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2939** в каталоге «Почта России»

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость ПОДПИСКИ на газету «ТЕЛЕК Pressa.ru»* на 1-е полугодие 2023 г.

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца
244,68 ₹	489,36 ₹	734,04 ₹	978,72 ₹

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Pressa.ru» осуществляется ТОЛЬКО ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ г. Москвы и Московской области, а также Брянской, Владимирской, Ивановской, Калужской, Костромской, Рязанской, Смоленской, Тверской, Тульской и Ярославской областей.

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

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

инструкция онлайн-подписки на сайте podpiska.pochta.ru и через мобильное приложение «Почта России»

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

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

Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.

Выберите газету* (по индексу – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).

Выберите способ доставки.

Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.

Выберите период подписки.

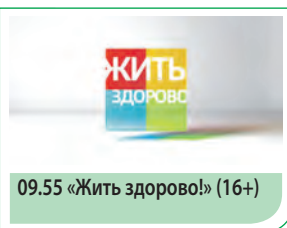
Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.

Оплатите заказ банковской картой.

П2939 «ТЕЛЕК Pressa.ru»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

1 ПЕРВЫЙ



09.55 «Жить здорово!» (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
 09.55 «Жить здорово!» (16+)
 10.45 Информационный канал. (16+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Информационный канал. (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 15.15 Информационный канал. (16+)
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
 16.50 Информационный канал. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 Информационный канал. (16+)
 21.00 «Время»
 21.45 **«ПРОБУЖДЕНИЕ».** (16+)
 Павел со стажером Мишей расследуют дело Ксении Шульгиной, утонувшей во время вечеринки на яхте, а с Пушкиным в другой реальности - жестокое убийство богатого тусовщика Багирова.
 22.45 **«Большая игра».** (16+)
 00.00 **«КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ».** (18+)
 01.00 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)
 03.00 Новости
 03.05 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия». (16+)
 05.25 **«БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ».** (16+)
 09.00 «Известия». (16+)
 09.30 **«ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
 13.00 «Известия». (16+)
 13.30 **«ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
 17.30 «Известия». (16+)
 18.00 **«ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ».** (16+)
 19.30 **«СЛЕД».** (16+)
 22.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)
 23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
 00.30 **«СЛЕД».** (16+)
 02.40 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)
 04.30 **«СНАЙПЕРЫ».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОВСКИЙ. ЮБИЛЕЙНЫЙ СЕЗОН». (16+)

05.00 Утро России
 09.00 Вести.
 Местное время
 09.30 Утро России
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.30 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.30 Вести.
 Местное время
 14.55 «Кто против?» (12+)
 16.00 Вести
 16.30 «Малахов». (16+)
 17.30 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.05 Вести.
 Местное время
 21.20 **«СКЛИФОВСКИЙ. ЮБИЛЕЙНЫЙ СЕЗОН».** (16+)
 Владимир предлагает Нине временно пожить у него. Но его дети совсем этому не рады. Умер отец Кривицкого. Выяснилось, что он завещал свою квартиру каким-то чужим людям. Брагин просит Ирину Фёдоровну, пока Марина в больнице, присмотреть за Катей. Сперанская ищет встреч с Брагиным.
 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 02.05 **«КАМЕНСКАЯ»**
 Каменская и Томила принимают участие в телемосте «Женщины необычных профессий». Во время эфира ведущий зачитывает послание одного из зрителей.
 03.45 **«ЛИЧНОЕ ДЕЛО».** (12+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.15 **«ОФИЦЕРЫ».** (16+)
 07.00 «Сегодня утром». (12+)
 09.00 13.00 18.00 20.30
 09.20 **«ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА».** (12+)
 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
 13.20 15.05 03.25 **«ОФИЦЕРЫ. ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ».** (16+)
 18.20 «Спецрепортаж». (16+)
 18.55 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (16+)
 19.40 «Секретные материалы». (16+)
 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
 23.20 **«ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ РАССЛЕДОВАНИЕ».** (12+)

ТВУ ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

06.00 «Настроение»
 08.00 «Доктор И...» (16+)
 08.35 **«ЧУЖИЕ ГРЕХИ».** (12+)
 10.40 «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+)
 11.30 События
 11.50 03.15 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2».** (16+)
 «Талисман Робеспьера». Вынеся приговор обвиняемому, почтенный судья Кудрявцев вдруг выхватывает револьвер и стреляется прямо в зале суда.
 13.40 «Мой герой». (12+)
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.05 «Петровка, 38». (16+)
 15.15 **«СВОИ».** (16+)
 17.00 «Актёрские драмы. Жизнь взаимны». (12+)
 17.50 События
 18.15 «Петровка, 38». (16+)
 18.25 **«СМЕРТЬ НА ЯЗЫКЕ ЦВЕТОВ».** (16+)
 22.00 События
 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
 23.10 «Сталинградская битва. Оборона». (12+)
 00.00 События. 25-й час
 00.30 «Петровка, 38». (16+)
 00.45 «Брежнев против Хрущева. Удар в спину». (12+)
 01.25 «Знак качества». (16+)
 02.05 «Битва за Германию». (12+)
 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
 04.40 «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+)
 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

06.00 17.00 «За дело!» (12+)
 06.40 10.10 18.00 **«ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА».** (16+)
 07.30 11.00 «Календарь». (12+)
 08.00 13.10 19.20 ОТражение
 10.00 13.00 15.00 19.00
 11.30 **«ЗОНТИК ДЛЯ НОВОБРАЧНЫХ».** (12+)
 15.10 23.05 **«КОМИССАРША».** (12+)
 16.05 00.00 «Время волейбола». (12+)
 16.50 00.50 «Дарю тебе звезду». (0+)
 17.45 «Отчий дом». (12+)
 21.00 **«КАТАЛА».** (16+)
 22.25 «На приёме у главного врача». (12+)
 01.00 ОТражение. Главное. (12+)
 03.35 «Сделано с умом». (12+)

НТВ НТВ



04.50 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)

04.50 **«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ».** (12+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 **«МЕДВЕЖИЙ УГОЛ».** (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 **«МЕДВЕЖИЙ УГОЛ».** (16+)
 Будущий тесть Дмитрия Иван Кузьмич предлагает ему принять участие в контроле над прокладкой нефтепровода и заверяет в господдержке проекта... Тинга находит Сергея в пещере духов и исцеляет его от полученного шока.
 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 **«ЧУЖАЯ СТАЯ. НЕВИДИМЫЙ ВРАГ».** (16+)
 Бизнесмен Тихонов застает жену со своим конкурентом Науменко. Вскоре бандит по кличке Няша убивает Тихонова из пистолета, похищенного из вещдоков, - кто-то хочет подставить полицейских.
 22.10 **«КРАСНЫЙ ЯР».** (16+)
 23.35 «Сегодня»
 00.00 **«КРАСНЫЙ ЯР».** (16+)
 00.30 **«ЧУМА».** (16+)
 02.45 **«ДЕМОНЫ».** (16+)
 04.20 **«АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
 06.55 08.55 09.55 10.55 11.10 12.25 12.55 13.55 14.10 15.25 15.55 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)
 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
 12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
 13.40 16.50 20.50 «The City». (12+)
 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
 18.15 «Интервью». (12+)
 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
 19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
 21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



15.50 «Белая студия»

06.30 07.00 07.30 08.25 10.00
 15.00 19.30 00.00
 06.35 «Пешком...»
 07.05 «Монологи великого Дуни»
 07.35 «Древние сокровища Мьянмы»
 08.30 17.45 «Первые в мире»
 08.45 16.35 **«ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»**
 10.15 «Наблюдатель»
 11.10 00.20 ХХ век
 11.50 «Библиотека Петра: слово и дело»
 12.15 **«ЖИЗНЬ ВЕРДИ»**
 Маргерита уговаривает Верди переехать в Милан...
 13.45 Искусственный отбор
 14.30 02.30 Театральная летопись. К 90-летию со дня рождения Игоря Кваша
 15.05 Новости. Подробно. Кино
 15.20 «Библейский сюжет»
 15.50 «Белая студия»
 18.00 01.50 Легендарные имена Большого театра
 18.35 «Друиды. Тайна кельтских жрецов»
 19.45 Главная роль
 20.05 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро
 20.30 Абсолютный слух
 21.15 Власть факта
 23.30 Рэгтайм, или Разорванное время
 00.55 «Дом на Гульваре»
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 04.10 «МузейОн». (12+)
 05.30 «Новости МО»
 07.30 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360»
 07.35 «Интервью 360». (12+)
 08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)
 08.25 «Личное дело». (12+)
 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа»
 11.00 «ЧП 360». (16+)
 12.30 «Тет-а-тет с Марусей»
 13.00 «Викторина»
 13.50 18.10 «Зима в Подмосковье». (12+)
 14.10 «Атмосферная история»
 14.40 16.50 «Внимание! Еда!»
 15.10 15.35 16.10 22.20 22.50 «Открытие Китая». (12+)
 16.20 «Поездка со вкусом»
 17.10 «Простая медицина»
 17.40 «Формула успеха». (12+)
 20.10 «Невероятная наука-2»

СТС СТС



07.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Лунтик». (0+)
 07.30 **«ЖЕНА ОЛИГАРХА».** (16+)
 08.35 **«АНГЕЛЫ ЧАРЛИ».** (16+)
 США - Германия, 2019 г. Комедийный боевик. В ролях: Кристен Стюарт, Наоми Скотт. Частное детективное агентство Таунсенд, возглавляемое таинственным Чарли, открывает свои офисы по всему миру. Девушкам-агентам Сабине, Джейн и Элене предстоит выкрасть разработку новой технологии у бандитов.
 10.55 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
 18.30 **«ЖЕНА ОЛИГАРХА».** (16+)
 20.00 **«ДЖЕК РИЧЕР-2. НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ».** (16+)
 Китай - США, 2016 г. Боевик. В ролях: Том Круз, Коби Смолдерс, Элдис Ходж. Джек Ричер приезжает в Вашингтон, чтобы впервые встретиться с майором Сьюзен Тернер, которая возглавила его бывшее подразделение и не раз выручала его в непростых ситуациях.
 22.30 **«ДЖЕК РИЧЕР».** (16+)
 01.05 **«СТАВКА НА ЛЮБОВЬ».** (12+)
 02.40 «6 кадров». (16+)
 04.55 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.25 08.25 10.30 11.55
 16.20 19.50 22.20 00.05
 02.00 03.25 Мой район. (12+)
 07.40 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
 08.35 «Это было смешно». (12+)
 09.15 16.30 **«У ТИХОЙ ПРИСТАНИ...»** (12+)
 10.40 «Тайны нашей эстрады». (12+)
 11.05 02.40 «Тайны кино». (12+)
 12.10 20.00 **«ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА».** (12+)
 14.40 22.30 **«ЧЕЛОВЕК, КОТОРОГО Я ЛЮБЛЮ».** (12+)
 17.50 Звёзды советского экрана. (12+)
 18.15 00.40 **«ТАЙНЫ АВРОРЫ ТИГАРДЕН».** (16+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>22.10 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>05.00 18.00 02.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 03.25 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ЗОЛОТО». (16+) США, 2016 г. Драма. В ролях: Мэттью МакКонахи, Эдгар Рамирес, Брайс Даллас Ховард, Кори Столл.</p> <p>22.10 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «ПРОГУЛКА». (12+)</p>	<p>09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)</p> <p>13.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>18.00 «ПАТРИОТ». (16+)</p> <p>20.00 «САШАТАНЯ». (16+) Леша ночью заходит в спальню Саши и Тани, они, выкручиваясь, говорят, что Лешка застал их за «борьбой». Леша в школе рисует «борьбу» родителей.</p> <p>21.00 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ». (12+) Оксана просыпается от кошмара. Но кошмар реален - Михалыч куда-то не уехал...</p> <p>22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>23.00 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)</p> <p>01.00 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.30 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>05.00 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)</p> <p>06.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>01.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Гадалка. (16+)</p> <p>16.45 «Старец». (16+)</p> <p>17.55 «Слепая». (16+) Со своим мужем Платоном Анна прожила почти 20 лет. Еще до свадьбы они договорились, что детей у них не будет.</p> <p>20.30 «МАЖОР». (16+) Игоря подозревают в убийстве Карасева. Королев из ревности умалчивает о существовании важного свидетеля.</p> <p>23.00 «ФАР КРАЙ». (16+)</p> <p>01.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)</p> <p>03.00 «СНЫ». (16+)</p>	<p>14.00 Охотники. (16+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.20 Идеальный ужин. (16+) Пятеро участников ходят друг к другу в гости на званый ужин, где пробуют блюда, приготовленные хозяином вечера. На кону - звание самого гостеприимного хозяина и денежный приз. Участники разные, но у них есть одна общая черта - любовь к кулинарии.</p> <p>08.00 Утилизатор. (12+)</p> <p>10.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>12.00 КВН ярче. (16+)</p> <p>14.00 Охотники. (16+)</p> <p>16.00 Решала. (16+)</p> <p>19.00 Охотники. (16+)</p> <p>21.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+) Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто!</p> <p>02.20 Улётное видео. (16+)</p>	<p>13.20 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>06.00, 11.30 «Есть тема!» (16+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.20, 17.50, 22.25, 03.20 Новости</p> <p>07.05, 14.25, 19.35, 21.55, 00.15 Все на Матч!</p> <p>10.05, 13.00, 01.00 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.25 Профессиональный бокс. (16+)</p> <p>13.20 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>13.50 «Вид сверху». (12+)</p> <p>15.55 Конный спорт. «Dubai World Cup Carnival». (0+)</p> <p>17.55 Прыжки в воду. Кубок России. Пр.тр.</p> <p>19.55 Баскетбол. «Зенит» - МБА. Единая лига ВТБ. Пр.тр.</p> <p>22.30 «Короли. Плоть и кровь». (12+)</p> <p>23.45 Матч! Парад. (16+)</p> <p>01.20 Волейбол. (0+)</p> <p>03.25 Прыжки в воду. Кубок России. (0+)</p> <p>05.00 «Голевая неделя». (0+)</p>	<p>00.35 «НАПАРНИЦЫ». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.50 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.50 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>12.00 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.10 «Порча». (16+)</p> <p>13.40 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.15 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.50 «ПРИСАЖНАЯ». (16+)</p> <p>19.00 «ЧУЖОЕ СЧАСТЬЕ». (16+) Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Любава Грешнова, Дмитрий Ратомский, Светлана Зельбет, Сергей Деревянов.</p> <p>22.55 «Порча». (16+)</p> <p>23.30 «Знахарка». (16+)</p> <p>00.00 «Верну любимого». (16+)</p> <p>00.35 «НАПАРНИЦЫ». (16+)</p> <p>03.45 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>04.35 «6 кадров». (16+)</p> <p>05.10 По делам несовершеннолетних. (16+)</p>	

Поможем нашим воинам!!!

За годы Великой Отечественной Войны народом собрано свыше 16 миллиардов рублей наличными деньгами, 13 килограммов платины, 131 килограмм золота, 9519 килограммов серебра, на 1,8 миллиарда рублей драгоценностей, облигаций государственных займов было приобретено более чем на 4,5 миллиарда рублей. На добровольные пожертвования населения построили более 2,5 тысячи боевых самолетов, несколько тысяч танков, 8 подводных лодок и 16 военных.

Сегодня мы тоже можем помочь нашим воинам, защищающим свободу детей и внуков.

Для этого достаточно сделать пожертвование Ассоциации развития и изучения беспилотной авиации «Феникс».

Прими участие в деле Победы!! Не упusti исторический момент!!

Хотите стать волонтером? Тел.: 8 (495) 177-37-37

Пожертвование можно осуществить в любом отделении Сбербанка:

Получатель платежа	Ассоциация БПЛА «Феникс»
ИНН	9704185837
КПП	770401001
ОГРН/ОГРНИП	1227700855469
Расчётный счёт	40703810938000066921
Банк	ПАО Сбербанк
БИК банка	044525225
Корр. Счёт банка	3010181040000000225
Назначение платежа:	Добровольное пожертвование на уставную деятельность ассоциации

На сайте WWW.FLOTUSICH.RU
г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1.
Тел.: 8 (495) 241-23-64, 8 (800) 100-81-75

ТЕПЛОДОТЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»

02.05.2023 – 17.05.2023 «ЗДЕСЬ И БЕЛАЯ, И ВЯТКА, И ПЛАНЕТА АРКАИМ» от 102 935 р
Москва – Тулаев – Городец – Свияжск – Бирск – Уфа – Абзаково – Аркаим – Агидель – Елабуга – Казань – Чебоксары – Н. Новгород – Ярославль – Калезин – Москва

21.05.2023 – 09.06.2023 «КОМУ-ТО АРХАНГЕЛЬСК И ПИТЕРА НОЧИ» от 111 456 р
Москва – Рыбинск – Череповец – Горький – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижы – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва

31.05.2023 – 10.06.2023 «АЙ, ДА! КАЗАНЧКА» от 36 040 р
Москва – Калезин – Ярославль – Городец – Н. Новгород – Свияжск – Казань – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Кострома – Мышкин – Углич – Москва

10.06.2023 – 16.06.2023 «ДОЛГО БУДЕТ КАРЕЛИЯ СНИТЬСЯ» от 39 950 р
Москва – Углич – Горький – Сорвала (Рускеала) – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург

11.06.2023 – 25.06.2023 «ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫХ» от 59 340 р
Москва – Н. Новгород – Чебоксары – Елабуга – Чайковский – Пермь (Верхотурье) – Невьянск – Екатеринбург – Ганина Яма – Ильинский/Кунгурская п. – Березники (Усьель – Соликамск/Чердынь) – Казань – Макарьево – Москва

18.07.2023 – 30.07.2023 «АРХАНГЕЛЬСКИЙ КРАЙ» от 92 750 р
С.-Петербург – Лодейное Поле – Кижы – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Сосновец – Повенец – Свирьстрой – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург

30.07.2023 – 14.08.2023 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» от 110 840 р
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижы – Соловецкий архипелаг (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец (г. Воттоваара) – Углич – Москва

10.09.2023 – 22.09.2023 «ЗДРАВСТВУЙ, МУРМАНСК, КОЛЬСКИЙ КРАЙ» от 84 990 р
Москва – Кижы – Повенец – тур вкл.: Мурманск – Терiberка – Кемь – Соловки – Архангельск – Сосновец – Ярославль (авто до Москвы)

23.09.2023 – 04.10.2023 «БЕЛОМОРСКИЙ ЭКСПРЕСС» от 52 950 р
Москва (авто) – Ярославль – Вытегра – Соловки (3 дня) – Повенец (Кивач) – Мышкин – Москва

СО СКИДКОЙ 15% НА FLOTUSICH.RU, Тел.: 8 (495) 241-23-64, Действительно при наличии мест. Реклама

ПЕНСИОНЕРАМ!

- до 4 000 000 рублей сразу
- до 30 000 рублей ежемесячно
- помощь по дому
- патронаж

ПО ДОГОВОРУ РЕНТЫ

ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ
«Жилсоцгарантия» является непосредственным плательщиком ренты

Звоните:
(495) 626 45 55

27 лет стабильной работы!

Реклама

– Мама, за мной стал ухаживать один парень. А я не могу понять, очень он мне нравится или нет. Как понять? Что такое ухаживание? – Ухаживание – это период, когда девушка решает, удастся ли ей найти кого-то получше.

Руководитель отдела кадров – соискателю на должность:
– В первую очередь у нас ценится честность. Вот вы, когда заходили, ноги о половичок вытерли? Соискатель:
– Да, конечно, вытер, первым делом.
– Во вторую очередь у нас ценится честность. Никакого половичка там нет.

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

8 (495) 142-51-94

Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ, TV1000, РУССКОЕ КИНО, ДОМ КИНО. 07.35 Мультфильмы. (0+) 08.20 «СВАТОВОСТВО ГУСАРА».

ИЛЛЮЗИОН+, РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН, КИНОКОМЕДИЯ, РОДНОЕ КИНО. 01.25 «ЦИФРОВАЯ РАДИОСТАНЦИЯ».

РУССКИЙ РОМАН, CINEMA, RED, ПЕТРО. 07.40 «ОТ СУДЬБЫ НЕ ЗАРЕКАЙСЯ».

суббота! СУББОТА!, ФЕНИКС ПЛЮС КИНО, CTC LOVE, TV 21 ВЕК. 05.00 «Маша и Медведь».

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР, ПОБЕДА, ПЯТНИЦА, Ю. 05.00 «СТАНИЦА». (16+) 10.00 Новости 10.10 Слабое звено. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, ДОКТОР, УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!. 03.20, 06.15 Историю. (12+) 04.10, 07.10 Книжные аллеи. (12+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. «СКА Минск» (Белоруссия) - «Чеховские медведи» (Россия). (0+)

07.20 География спорта. Дальний Восток. (12+)

07.50, 10.00, 13.00, 14.50 Новости

07.55 Мир бильярда. (12+)

08.20 Русский француз. (12+)

08.50 Что по спорту? Челябинск. (12+)

09.15, 16.55 Комментаторы. Георгий Черданцев. (12+)

09.30, 03.15 бхб. Волейбольное обозрение. (0+)

10.05, 10.55, 11.35 Прыжки в воду. Кубок России. Трансляция из Пензы. (0+)

12.10 Жизнь после спорта. Игорь Григоренко. (12+)

12.35 Место силы. «Локомотив». (12+)

13.05 Корона спортивной империи. Лидия Иванова. Часть 2. (12+)

14.10 Здоровый образ. Хоккей. (12+)

14.35 Лица страны. Арсен Галстян. (12+)

14.55 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Мужчины. «Локомотив» (Новосибирск) - «Динамо-ЛО» (Ленинградская область). Прямая трансляция

17.10, 22.10 Специальный репортаж. (12+)

17.25, 21.45 Вид сверху. (12+)

17.55 Прыжки в воду. Кубок России. Женщины. Вышка. Прямая трансляция из Пензы

18.55 Прыжки в воду. Кубок России. Мужчины. Синхронные прыжки. Трамплин 3 м. Прямая трансляция из Пензы

19.35 Лёгкая атлетика. «Битва полов». Трансляция из Москвы. (0+)

22.30 Есть тема! (16+)

23.50 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)

01.40, 02.30 Биатлон. Раги Кубок Содружества. (0+)

03.40 Десятка! Казусов в спортивной гимнастике. (12+)

03.55 Борьба. Международный турнир «Кубок Ивана Ярыгина». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)

06.00 Каждое утро. (16+)

06.40 PRO-новости. (16+)

07.00 Каждое утро. (16+)

08.10 Teen чарт. (16+)

08.40 PRO-новости. (16+)

09.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)

10.00 Звезды о звездах. (16+)

11.00 ЯНАМУЗТВ. (16+)

12.00 Моя волна. (16+)

13.00 Ждите ответа. (16+)

14.00 Top 15 Like FM. (16+)

15.00 PRO-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Лайкер. (16+)

17.00 Перемотка. (16+)

18.00 PRO-новости. (16+)

18.20 Плейлист. Зима. (16+)

Персональная подборка с лучшими клипами для классного настроения этой зимой!

19.00 WEB чарт. (16+)

20.00 Приехали! Якутск. (16+)

20.30 Зимнее Show. (16+)

22.40 PRO-новости. (16+)

23.00 Плейлист. Зима. (16+)

00.00 Муз'итив. (16+)

01.30 Наше. (16+)

03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)

07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)

08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)

08.30, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)

09.00 «Волшебная кухня». (0+)

09.30, 18.30 «Простоквашино». (0+)

10.00, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)

10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)

11.00 «Сказочный патруль». (0+)

11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)

15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

17.00 «Футбольные звезды». (0+)

17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)

18.00 «Кошечки-собачки. Хорошо быть маленьким!» (0+)

19.00 «Лео и Тиг». (0+)

20.55 «Машины сказки». (0+)

21.30 «Ник-изобретатель». (0+)

22.00 «Фиксики. Дай пять! Дом, Экскурсия». (0+)

22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)

23.00 «Капризка». (0+)

05.00 «Мир за минутку». (0+)

05.05 «Истории Баданаму». (0+)

06.00 «Тима и Тома». (0+)

07.00 «Жужжалка». (0+)

07.05 «Фиксики». (0+)

09.00 «Лялик едет в Окидо». (0+)

10.00 «ТриО!» (0+)

10.20 «Три кота». (0+)

12.20, 00.10 «Зебра в клеточку». (0+)

14.00 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)

15.50 «Спроси у ТриО!» (0+)

15.55 «Мой музей». (0+)

16.00 «Динозавры». (0+)

16.05 «Зелёный проект». (0+)

16.10 «Смешарики». (0+)

18.30 «Три кота». (0+)

21.00 «Царевны». (0+)

22.50 «Мир за минутку». (0+)

22.55 «Истории Баданаму». (0+)

23.50 «Спроси у ТриО!» (0+)

23.55 «Мой музей». (0+)

00.00 «Динозавры». (0+)

00.05 «Зелёный проект». (0+)

01.50 «Студия Каляки-Маяки». (0+)

02.10 «Оранжевая корова». (0+)

04.30 «Смарта и чудо-сумка». (0+)

05.00 «Буба». (0+)

07.00 «Ералаш». (6+)

08.40 «Буба». (0+)

10.35 «Заколдованная деревня Пиночки». (6+)

Между загадочным лесом и сверкающим озером расположилась очаровательная деревушка. Да не простая, а заколдованная!

11.30 «Простоквашино». (0+)

12.40 «Робин Гуд: Проказник из Шервудда». (6+)

14.00 «Ералаш». (6+)

15.35 «РОДИТЕЛИ». (12+)

16.25 «Фиксики». (0+)

18.00 «Простоквашино». (0+)

19.30 «Планета 51». (12+)

21.00 «РОДИТЕЛИ». (12+)

23.35 «Ералаш». (6+)

00.30 «Маша и Медведь». (0+)

02.00 «Ералаш». (6+)

04.00 «Буба». (0+)

СЛНЦЕ

05.00 «Буба». (0+)

07.00 «Ералаш». (6+)

08.40 «Буба». (0+)

10.35 «Заколдованная деревня Пиночки». (6+)

Между загадочным лесом и сверкающим озером расположилась очаровательная деревушка. Да не простая, а заколдованная!

11.30 «Простоквашино». (0+)

12.40 «Робин Гуд: Проказник из Шервудда». (6+)

14.00 «Ералаш». (6+)

15.35 «РОДИТЕЛИ». (12+)

16.25 «Фиксики». (0+)

18.00 «Простоквашино». (0+)

19.30 «Планета 51». (12+)

21.00 «РОДИТЕЛИ». (12+)

23.35 «Ералаш». (6+)

00.30 «Маша и Медведь». (0+)

02.00 «Ералаш». (6+)

04.00 «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «МАЛЬЧИШКИ ЕХАЛИ НА ФРОНТ». (6+)

СССР, 1975 г.

06.35 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)

07.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)

10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)

12.30 Человек. (0+)

13.55 Расскажи мне о Боге. (6+)

14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Патриарх. (0+)

16.30 День Ангела. Преподобный Савва Сторожевский. (0+)

17.05 «СЫН ПОЛКА». 2 серия. (0+)

18.25 «ДЕВОЧКА ИЗ ГОРОДА». (16+)

СССР, 1984 г.

20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)

22.00 Лики Богородицы. Казанская икона Божией Матери. (0+)

22.35, 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

23.05 Дороги памяти. Фильм 3. (12+)

00.05 День Патриарха. (0+)

00.20 Апокалипсис. Глава 21. (18+)

01.25 Святые России. (6+)

15.00 Патриарх. (0+)

16.30 День Ангела. Преподобный Савва Сторожевский. (0+)

Православный календарь

1 февраля
Седмица 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Прп. Макария Великого, Египетского.



Свт. Марка Евгеника, архиеп. Ефесского. Блж. Феодора, Христа ради юродивого, Новгородского. Прп. Макария Римлянина, Новгородского. Мц. Евфрасии девы. Прп. Макария Александрийского. Прп. Александра, столпника Марткопского (Груз.). Свт. Арсения, архиеп. Керкирского. Прп. Макария, постника Печерского. Прп. Макария, диакона Печерского. Обретение мощей прп. Саввы Сторожевского, Звенигородского. Сщмч. Петра пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера. Мч. Феодора. День интронизации Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла.

Постный день. Разрешается рыба.

« Душа истинно боголюбивая и христоролюбивая, хотя бы совершила тысячу праведных дел, по ненасыщаемому стремлению своему к Господу, думает о себе, будто бы ничего еще не сделала...»

Прп. Макарий Великий

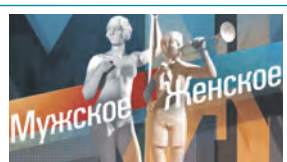
Сон на много лет в звездолете	"Кабриолет" в собачьей упряжке	Часть ноги выше колена	"За чужой щекой ... не болит"	"Маникюрное" растение с клумбы	Астронавт Армстронг	Провожатый для групп туристов	Шалил вместе с Гекль-берри	"Гутта-перчевое" дерево	Лифт, чтобы спуститься в забой	"Колочие" тефтели с рисом	И юнец, и сорванец	Самолет "... Суперджет-100"	
Принципы, ведущие по жизни	"Самолет" Аладдина	"Мячик" в бадминтоне	"Гачка" Шумахера и его коллег	Подарок от аиста	Серый африканский полугай	Снежное украшение ветвей	Заутюженные складки на юбке	Высшее млекопитающее	Глупый сивый конь	Минерал, используемый как присыпка	Междометие: "Тихо!"	Рыболовная сеть-"авоська"	Дочь Ранневской в "Вишневом саде"
Актер и режиссер Леонид ...	Продолговатая окружающая среда	"Играй, ... не знай печали" (Пушкин)	Затаскивание вручную	"Упаковка" для спор сумчатых грибов	Шотландский народный танец	"Щиток" во рту боксера	Еще под ... пешком ходил	Имя писателя Азимова	Громкий, резкий звук	Роман Достоевского	Блеск полировки	Поселок горцев	Волчица, приемная мать Маугли
Дает советы, когда не просят	Закуска по сути	"Кругооборот" лекций по предмету	Вареная прессованная колбаса	Ульянова, сыгравшая Хоботову	Бове или Мандельштам	Поселок горцев	Волчица, приемная мать Маугли						
... Аванесян ("Кривое зеркало")	Эмблема поэзии	"Кругооборот" лекций по предмету	Затаскивание вручную	"Упаковка" для спор сумчатых грибов	Шотландский народный танец	"Щиток" во рту боксера	Еще под ... пешком ходил	Имя писателя Азимова	Громкий, резкий звук				

Славянка ТУРЫ ПО РОССИИ 30 лет на рынке российского туризма

28-29.01	ДВОРЦОВАЯ РОСКОШЬ ПЕТЕРБУРГА	23.02	ОСТАФЬЕВО - ДУБРОВИЦЫ
29.01	ФЛАМАНДСКАЯ ЖИВОПИСЬ В ИСТРЕ	24-26.02	ВЫКСА - МУРОМ - ДИВЕЕВО
04-05.02	КОНАКОВО - ТВЕРЬ	24-26.02	КАЛУГА - ОПТИНА ПУСТЫНЬ - КОЗЕЛЬСК
04.02	ПЕРЕДЕЛКИНО Б. ПАСТЕРНАКА И Б. ОКУДЖАВЫ	26.02	МАСЛЕНИЦА В УСАДЬБЕ ДУМНОВА
05.02	БЛИСТАТЕЛЬНЫЕ ВЯЗЁМЫ - ЗАХАРОВО	05.03	ДМИТРОВ С МУЗЕЕМ П. КРОПОТКИНА
07.02	САНДУНОВСКИЕ БАНИ	08.03	«МУРАНОВО» С КОНЦЕРТОМ РОМАНСА
11-12.02	ГУСЬ-ХРУСТАЛЬНЫЙ - ВЛАДИМИР	08.03	УСАДЬБА «ЛЮБЛИНО» + МУЗЕЙ ПАРФЮМЕРИИ
11-12.02	СОКРОВИЩА АЛАНСКОГО ЦАРСТВА, ФАРФОР И СТЕКЛО ИМПЕРАТОРСКИХ ЗАВОДОВ В ЗРМИТАЖЕ	11-12.03	ВЕЛИКИЙ НОВГОРОД - СТАРАЯ РУССА
11.02	МУЗЕЙ-УСАДЬБА «АБРАМЦЕВО»	11-12.03	ЛИТЕРАТУРНЫЙ ПЕТЕРБУРГ
18.02	ЧЕХОВСКОЕ МЕЛИХОВО С ОЧАРОВАТЕЛЬНОЙ ВЫСТАВКОЙ ЛИТЕРАТУРНЫХ ГЕРОЕВ ЧЕХОВА	18-19.03	ПЕТРОВАЗОВСКИЙ - ШЕЛТОЗЕРО - ЩЕЛЕЙКИ
19.02	ГЛАВНЫЙ ХРАМ ВС РФ В ПАРКЕ «ПАТРИОТ»	18-19.03	УГЛИЧ - МЫШКИН
23-25.02	ПЕТЕРБУРГ ДИНАСТИИ РОМАНОВЫХ	14-16.04	КАЗАНЬ - БОЛГАР - СВЯЖСК
23-25.02	ТУЛА - БЕЛЁВ - ОДОЕВ	20-23.04	КАЛИНИНГРАД - КУРШСКАЯ КОСА
23.02	УСАДЬБА «ГОРКИ»	06-08.05	ВОРОНЕЖ - ДИВНОГОРЬЕ - УСМАНСКИЙ БОР
		07-08.05	НЕОТРАЗИМАЯ ЙОШКАР-ОЛА

Наш адрес в интернете: www.slavianka.ru. 8 (495) 626-04-75, 8 (495) 626-05-68
Москва, ул. Кузнецкий Мост, 21/5, подъезд 3, оф. 4039

ПЕРВЫЙ



16.00 «Мужское / Женское». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
21.00 «Время»
21.45 «ПРОБУЖДЕНИЕ». (16+)
Из больницы сбегают осужденный Чумаков и первым делом... похищает Кириллу. Пушкин рассказывает Фролову, что они когда-то вели дело Чумакова - тот застрелил двух наркокурьеров.
22.45 «Большая игра». (16+)
00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (18+)
01.00 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 «СНАЙПЕРЫ». (16+)
Россия, 2012 г.
08.35 «День ангела». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
19.30 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.15 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОВСКИЙ. ЮБИЛЕЙНЫЙ СЕЗОН». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести.
Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести.
Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести.
Местное время
21.20 «СКЛИФОВСКИЙ. ЮБИЛЕЙНЫЙ СЕЗОН». (16+)
Внезапно приезжает невестка Павловой. Ирина Алексеевна в ужасе, она боится, что сын узнает правду о настоящем состоянии её здоровья и будет сильно переживать. Марину выписали домой, но на работу ей возвращаться пока нельзя. Жена Волошина Рита узнаёт об измене мужа и собирается разводиться.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «КАМЕНСКАЯ»
Ира Милованова всё больше подозревает Тимофеича. С каждым днём её подозрения подкрепляются дополнительными фактами.
03.45 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.05 13.20 15.05 «ОФИЦЕРЫ. ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
09.20 01.05 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «Неизвестные сражения Великой Отечественной». (16+)
19.40 «Код доступа». (12+)
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.20 «Сталинградское Евангелие Ивана Павлова». (16+)
00.55 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ». (12+)

ТВУ ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
08.00 «Доктор И...» (16+)
08.35 «ЧУЖИЕ ГРЕХИ». (12+)
10.40 «Семён Фарада. Непутёвый кумир». (12+)
11.30 События
11.50 03.15 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
В убийстве молодой поэтессы Ольшанской подозревается её бывший возлюбленный Винер. Он имел возможность и мотив для убийства. Но Винер утверждает, что есть свидетель, который может доказать его невиновность.
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «Петровка, 38». (16+)
15.15 «СВОИ». (16+)
17.00 «Актёрские драмы. Любимые, но непутёвые». (12+)
17.50 События
18.10 «ПОЧТИ СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
22.00 События
22.40 «10 самых...» (16+)
23.10 «Сталинградская битва. Контрудар». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Приговор». (16+)
01.25 «Тайны советской номенклатуры». (12+)
02.05 «Шпион в темных очках». (12+)
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.45 «Семён Фарада. Непутёвый кумир». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 22.25 «Моя история». (12+)
06.40 10.10 18.00 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)
07.30 11.00 «Календарь». (12+)
08.00 13.10 19.20 ОТражение
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
11.30 00.00 «Сталинград». (12+)
12.45 03.50 «То, что задело». (12+)
15.10 23.05 «КОМИССАРША». (12+)
16.05 «Музыка. Фильм памяти...» (12+)
16.45 «Брут». (12+)
17.00 «Коллеги». (12+)
17.45 «Конструкторы будущего». (12+)
21.00 «У САМОГО БЕЛОГО МОРЯ». (12+)

НТВ



14.00 «Место встречи»

- 04.50 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (16+)
От губернатора Сапрунов узнает, что нефтепровод пройдет через деревню тагулов, и просит перенести прокладку. Но губернатор непреклонен и обещает помочь в организации переселения племени.
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 «ЧУЖАЯ СТАЯ. НЕВИДИМЫЙ ВРАГ». (16+)
Марго приходит в себя, Шатров и Бодрич ее навещают. Шатров уверен, что девушка что-то знает. Оперативники узнают, что Угрюмов посадил за деньги пластического хирурга.
22.10 «КРАСНЫЙ ЯР». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «КРАСНЫЙ ЯР». (16+)
00.30 «Поздняков». (16+)
00.45 «ЧУМА». (16+)
03.00 «ДЕМОНЫ». (16+)
04.35 «Их нравы». (0+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
06.55 08.55 09.55 10.55 11.10 12.25 12.55 13.55 14.10 15.25 15.55 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 20.50 «The City». (12+)
13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К Культура



10.15 «Наблюдатель»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 15.00 19.30 00.00 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Монологи великого Дуни»
07.35 18.35 «Свидетели времени. Евгений Куропатков. Монолог о времени и о себе». 80 лет со дня разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве
08.30 Цвет времени
08.40 16.35 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.20 XX век
12.15 22.00 «ЖИЗНЬ ВЕРДИ»
13.45 Больше, чем любовь
14.30 02.30 Театральная летопись. К 90-летию со дня рождения Игоря Кваша
15.05 Новости. Подробно. Театр
15.20 Моя любовь - Россия!
15.50 «2 Верник 2»
17.55 01.25 Легендарные имена Большого театра
19.45 Главная роль
20.05 «План генерала Ватутина»
20.55 «Живые и мертвые. «Солдатами не рождаются». По роману Константина Симонова
23.30 Рэтайм, или Разорванное время
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 04.10 «МузейОн». (12+)
05.30 «Новости МО»
07.30 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360»
07.35 «Интервью 360». (12+)
08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)
08.25 «Личное дело». (12+)
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа»
11.00 «ЧП 360». (16+)
12.30 «Тет-а-тет с Марусей»
13.00 «Викторина»
13.50 18.10 «Зима в Подмосковье». (12+)
14.10 «Атмосферная история»
14.40 16.50 «Внимание! Еда!»
15.10 15.35 16.10 22.20 22.50 «Открытие Китая». (12+)
16.20 «Поездка со вкусом»
17.10 «Простая медицина»
17.40 «Формула успеха». (12+)
20.10 «Невероятная наука-2»

СТС СТС



10.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
07.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
08.40 «ИГРА ЭНДЕРА». (12+)
США, 2013 г. Фантастический боевик. В ролях: Эйса Баттерфилд, Харрисон Форд, Бен Кингсли. 2135 год. Человечество, пережившее два вторжения инопланетной расы «жукеров», готовится к очередному нашествию. Для поиска пилотов и военачальников, способных принести Земле победу, создаётся военная школа, в которую отправляют самых талантливых детей.
10.55 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
18.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
20.00 «ЗНАМЕНИЕ». (16+)
США - Великобритания - Австралия, 2009 г. Фантастический фильм-катастрофа. В ролях: Николас Кейдж, Роуз Бирн. После вскрытия «временной капсулы», в которую в 1959 группа школьников поместила рисунки со своим видением будущего, в руки к профессору Джону Кестлеру попадает загадочный лист, сверху донизу исписанный цифрами.
22.30 ПРЕМЬЕРА! «МЕДАЛЬОН». (16+)
00.20 «КОД 355». (16+)
02.30 «6 кадров». (16+)
04.55 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.05 «Это было смешно». (12+)
06.35 11.10 02.40 «Тайны кино». (12+)
07.20 08.25 10.30 12.00 16.00 19.50 22.20 23.45 00.20 02.00 03.25 03.45 Мой район. (12+)
07.40 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
08.55 16.10 «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ». (12+)
10.40 «Тайны нашей эстрады». (12+)
12.10 20.00 «31 ИЮНЯ». (12+)
14.40 22.30 «СЕМЬ НЯНЕК». (12+)
17.50 Звёзды советского экрана. (12+)
18.20 00.40 «ТАЙНЫ АВРОРЫ ТИГАРДЕН». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>15.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>05.00 18.00 02.35 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>17.00 03.25 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «В ЛОВУШКЕ ВРЕМЕНИ». (12+) США, 2003 г.</p> <p>22.05 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «ФОРМА ВОДЫ». (18+)</p>	<p>22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «ВОЙНА СЕМЕЙ». (16+)</p> <p>13.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>18.00 «ПАТРИОТ». (16+)</p> <p>20.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>Чтобы заработать премию, Таня решает провести в кофейне неформатное мероприятие - поминки.</p> <p>21.00 «ПРОСТО МИХАЛЫЧ». (12+)</p> <p>Беляковы просыпаются от бензопилы. Михалыч пилит во дворе новый тренажер.</p> <p>22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>23.00 «ОДИННАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (12+)</p> <p>01.20 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.45 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>05.15 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)</p> <p>06.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>03.15 «СНЫ». (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 Охотники за привидениями. Битва за Москву. (16+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Гадалка. (16+)</p> <p>16.45 «Старец». (16+)</p> <p>17.55 «Слепая». (16+)</p> <p>20.30 «МАЖОР». (16+)</p> <p>Королев в баре попадает в драку - теперь ему инкриминируют убийство. Пряников запрещает сотрудникам вмешиваться в это дело. Вика Родионова просит Игоря помочь найти настоящего убийцу.</p> <p>23.00 «ДВОЙНОЙ КОПЕЦ». (16+)</p> <p>01.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.20 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>08.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>«Утилизатор» отправляется в тур по городам России. Профессиональный борец с автохламом уже очистил столичные улицы от «ведер с гайками», настало время навести порядок во всей стране! На запланированном маршруте Юрия Сидоренко города Золотого кольца и Поволжья: Владимир, Иваново, Ижевск, Казань, Нижний Новгород...</p> <p>10.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>12.00 КВН ярче. (16+)</p> <p>Собрание лучших выступлений Клуба веселых и находчивых в 21 веке, с самыми популярными звездами шоу.</p> <p>14.00 Охотники. (16+)</p> <p>16.00 Решала. (16+)</p> <p>19.00 Охотники. (16+)</p> <p>21.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.20 Улётное видео. (16+)</p>	<p>10.05 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>06.00, 11.30 «Есть тема!» (16+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.20, 17.50, 22.25, 03.20 Новости</p> <p>07.05, 14.25, 17.55, 19.00, 21.30, 00.15 Все на Матч!</p> <p>10.05, 13.00, 01.00 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.25 Профессиональный бокс. (16+)</p> <p>13.20 «Ты в бане!» (12+)</p> <p>13.50 «Футбол на все времена». (12+)</p> <p>15.55 Что по спорту? (12+)</p> <p>16.25 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>16.55, 18.25 Прыжки в воду. Кубок России. Пр.тр.</p> <p>19.25 Футбол. «Ростов» - «Спартак». «Winline. Зимний кубок РПЛ». Пр.тр.</p> <p>22.30 «Короли. Воля к победе». (12+)</p> <p>23.45 Матч! Парад. (16+)</p> <p>01.20 Баскетбол. (0+)</p> <p>03.25 Прыжки в воду. (0+)</p>	<p>00.45 «СЛУЧАЙНАЯ НЕВЕСТА». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.50 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.50 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>12.00 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.10 «Порча». (16+)</p> <p>13.40 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.15 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.50 «ТОЛЬКО ПО ЛЮБВИ». (16+)</p> <p>19.00 «БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ». (16+)</p> <p>Россия, 2021 г. Мелодрама.</p> <p>23.05 «Порча». (16+)</p> <p>23.40 «Знахарка». (16+)</p> <p>00.15 «Верну любимого». (16+)</p> <p>00.45 «СЛУЧАЙНАЯ НЕВЕСТА». (16+)</p> <p>03.45 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>04.35 «6 кадров». (16+)</p> <p>05.15 По делам несовершеннолетних. (16+)</p>	

ЦВЕТОК

1. Вгрызание в стену дрелью.
2. Обеспечение завода сырьем.
3. Путешественник, скрывающий свое настоящее имя.
4. Продающаяся в аптеке «ирикса» из бычьей крови.
5. Холостая или незамужняя жизнь.
6. «Лечение» фальшивящего пианино.
7. «Санта Мария» Христофора Колумба.
8. Пунцовая верба.
9. Красная клетка крови.
10. Тяга к риску, по мнению труса.
11. Человек на заслуженном
12. Курьер, доставляющий пиццу и суши по адресам.
13. Затыкание сосуда.
14. Наказание (антоним).
15. Зверек, отдавший мех на королевскую мантию.
16. В самом общем виде это распространение волн энергии.
17. Тонкая художественная соразмерность и красота.
18. Характеристика качества семян.
19. Торт для сидящей на диете.
20. Жених, которому девушка отдала предпочтение среди десятка других претендентов на ее руку.
21. Письменный пересказ на уроке русского.
22. Соревнование на машинах.

Отвечать: 1. Вернейшее, 2. Свободен, 3. Инженижер, 4. Рематотел, 5. Безбарьяне, 6. Баростройка, 7. Каравелла, 8. Краснотал, 9. Эрпротип, 10. Безумство, 11. Пенсионер, 12. Разночянок, 13. Закупорка, 14. Поощренье, 15. Горюста, 16. Излучение, 17. Изящество, 18. Вскожесть, 19. Избражение, 20. Избражение, 21. Изложожение, 22. Автаралия

забота Медицинская лицензия № ЛО-50-01-011050

ПАНСИОНАТЫ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ В ПОДМОСКОВЬЕ

Подарите Уход и Заботу Вашим родным! **5% скидка**

МЫ ЗАБОТИМСЯ:

- О ПОЖИЛЫХ С ДЕМЕНЦИЕЙ
- БОЛЕЗНЬЮ АЛЬЦГЕЙМЕРА
- БОЛЕЗНЬЮ ПАРКИНСОНА
- О ЛЕЖАЧИХ БОЛЬНЫХ
- МАЛОМОБИЛЬНЫХ
- О ПОЖИЛЫХ НА ВРЕМЯ ОТДЫХА

+7 (495) 281-28-83
 ООО «Забота-Центр» www.pansion-zabota.ru
 ОГРН 1147746861338 ИНН 7702842314

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

НОВЫЕ ЗУБЫ ЗА 10 ДНЕЙ

Многие пациенты боятся лечить зубы, а уж тем более их обтачивать. Но современные технологии позволяют не прибегать к обточке зубов. Что в таких случаях предлагают в «Верастоме»? Отвечает главный врач клиники «Верастом», доктор стоматологии высшей категории, ортопед **БЕЛИКОВ Сергей Александрович**.

— Специалисты нашей клиники восстанавливают утраченные зубы при помощи мягких протезов, не требующих обточки, всего за 10 дней. Также предлагается услуга вантового протезирования, когда отсутствующие зубы крепятся к соседним по швейцарской технологии. Это проводится без депульпирования и препарирования зубов. Для взыскательных пациентов мы предлагаем бескаркасную керамику, которая по своей эстетики не отличается от своих зубов и биосовместима со слизистой. Это очень актуально для пациентов, страдающих пародонтитом.

— **А как можно помочь этим пациентам?**

— Наша клиника предлагает разнообразные услуги. Во-первых, пародонтальные карманы, которые мучают наших пациентов попаданием пищи и неприятным запахом, лечим итальянским лазером без боли в одно посещение. Также проводим инновационную процедуру ПЛАЗМОЛИФТИНГА для укрепления кости и десны. Сейчас на эти процедуры идет **АКЦИЯ – СКИДКА 50%***. Во-вторых, подвижные зубы шинируем стекловолоконными нитями, что позволяет продлить жизнь даже безнадежным зубам. В-третьих, делаем виниры, не требующие обточки, которые закрывают все дефекты, в том числе и оголенные шейки, и устраняют чувствительность зубов. В-четвертых, для пациентов, у которых уже есть отсутствующие зубы, проводим установку имплантатов абсолютно безболезненно за 1 час. Причем парадонтит – не противопоказание, ведь наши пациенты проходят специальный курс лечения у врача пародонтолога на швейцарских аппаратах. А для самых требовательных пациентов мы предлагаем щадящее исправление прикуса элайнерами, лечение под микроскопом, а также пломбы будущего из сверх прочной керамики! Кроме этого, в клинике «Верастом» проводится **ранняя диагностика рака полости рта на специальном аппарате**. Приглашаем всех пройти бесплатную консультацию с дентальной камерой!

УСИЛЕННЫЕ МЕРЫ САНИТАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ! ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА!

VERASTOM СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА ст. м. «Коньково», ул. Островитянова, д. 9
 Тел.: 8 (499) 737-30-77, 8 (985) 226-00-15, 8 (499) 737-30-76 www.verastom.ru

* О подробностях акции и срока ее проведения вы можете узнать по нашим телефонам или у нас на сайте.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Реклама Лиц. ЛО-77-01-004192 от 20.09.2011 г.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

07.55 Мультфильм. (0+)
08.05 «Паровозик из Ромашкова». Мультфильм. (0+)
08.15 «Стрекоза и муравей». Мультфильм. (6+)
08.30 «ВЫСОТА». (12+)

TV1000

05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
06.25 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
07.30 «Приключения Ам Няма». Мультсериал. (6+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
06.45 «Три кота». Мультсериал. (6+)
07.35 «Фиксики». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО

05.45 «Кошей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
06.55 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.10 «САМЫЙ ЖЕСТОКИЙ ГОД». (18+)
02.15 «БЫЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+)
03.40 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.40 «ЭФФЕКТ ДОМИНО». (16+)
08.05 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
10.10 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.55 «ЛЮБОВЬ К СОБАКАМ ОБЯЗАТЕЛЬНА». (16+)
03.15 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ-2». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.35 «КИТАЙСКАЯ БАБУШКА». (12+)
02.20 «ПОГРАНИЧНЫЙ ПЕС АЛТЫЙ». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

06.55 «СЧАСТЬЕ В КОНВЕРТЕ». (12+)
08.45 «ЕСЛИ ЛЮБИШЬ-ПРОСТИ». (12+)

CINEMA

07.20 «СПАСТИ РЯДОВОГО РАЙАНА». (16+)
10.20 «22 ПУЛИ: БЕССМЕРТНЫЙ». (18+)

red .RED

06.00, 05.35 Голливуд за кадром. (16+)
06.25, 14.30, 19.00 Правила моей кухни. (16+)

РЕТРО

06.00, 17.10, 02.35 «ЖДИ МЕНЯ, АННА». (12+)
07.10 «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины песенки». «Машины сказки». «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)

СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «НАУЧИ МЕНЯ ЖИТЬ». (16+)
12 серия. Сериал. Детектив, Россия, 2016 г.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «СТАНИЦА». (16+)
08.20 Сталинградская битва: «Генерал-штурм» против фельдмаршала по кличке «Сатрап». (12+)

ПОБЕДА

04.40 «Путь к Победе». (16+)
05.40 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)
07.50 «СМЕРТЬ ШПИОНОМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Пятница News. (16+)
05.20 Кондитер-5 (субтитры). (16+)

Ю

05.15, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
08.40 Барышня - Крестьянка. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

03.05 Тайное становится явным. (12+)
03.20, 06.15, 20.00 Историда. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00, 06.50 Великая война. (12+)
07.45, 08.40 Древние суперстроения. (12+)

ДОКТОР

06.00, 12.00, 18.35, 23.40 О самом главном. Всё о сердце. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 03.05 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+)
06.30, 03.30 Идеальный сад. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

09.30 Нож-помощник. (16+)
09.40 Привет, Малек! (6+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

В программе возможны изменения по независимым от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Рәги Суперлига. Мужчины. (0+)
 - 07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
 - 07.55 Анатомия спорта. (0+)
 - 08.20 Место силы. «Юбилейный». (12+)
 - 08.40 Валерий Карпин. Снова тренер. (12+)
 - 09.05 Второе дыхание. Андрей Чесноков. (12+)
 - 09.30 Вид сверху. (12+)
 - 10.05, 10.55 Прыжки в воду. Кубок России. Трансляция из Пензы. (0+)
 - 11.35 Ты в бане! (12+)
 - 12.05 Что по спорту? Челябинск. (12+)
 - 12.35 Место силы. Ипподром. (12+)
 - 13.05 Корона спортивной империи. Лидия Иванова. Часть 3. (12+)
 - 14.10 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Зенит» (Санкт-Петербург) - МБА (Москва). (0+)
 - 16.00, 22.10 Специальный репортаж. (12+)
 - 16.20, 21.25 Страна спортивная. (12+)
 - 16.40 Пара на дистанции. Дмитрий и Татьяна Волковы. (12+)
 - 16.55 Прыжки в воду. Кубок России. Мужчины. Вышка. Прямая трансляция из Пензы
 - 17.55, 03.30 Мир бильярда. (12+)
 - 18.25 Прыжки в воду. Кубок России. Женщины. Синхронные прыжки. Трамплин 3 м. Прямая трансляция из Пензы
 - 18.55 Волейбол. Чемпионат России. Рәги Суперлига. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Динамо» (Москва). Прямая трансляция
 - 21.00 Большой хоккей. (12+)
 - 21.40 География спорта. Дальний Восток. (12+)
 - 22.30 Есть тема! (16+)
 - 23.50 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
 - 01.40, 02.35 Биатлон. Рәги Кубок Содружества. (0+)
 - 03.55 Борьба. Международный турнир «Кубок Ивана Ярыгина». (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 15.00 PRO-новости. (16+) Мы знаем о звездах всё!
 - 15.20 В десятку! (16+)
 - 16.00 Юмор FM чарт. (16+)
 - 17.00 Моя волна. (16+)
 - 18.00 PRO-новости. (16+)
 - 18.20 Плейлист. Зима. (16+)
 - 19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
 - 20.00 Прехали! Владивосток. (16+)
 - 20.30 Лайкер. (16+)
 - 22.40 PRO-новости. (16+)
 - 23.00 Плейлист. Зима. (16+)
 - 00.00 Хиты по-русски. (16+)
 - 01.30 Лайкер. (16+)
 - 03.00 Золотая лихорадка. (16+)
 - 05.00 Муз'итив. (16+)
 - 06.00 Каждое утро. (16+)
 - 06.40 PRO-новости. (16+)
 - 07.00 Каждое утро. (16+)
 - 07.30 Тееп чарт. (16+)
 - 08.00 PRO-клип. (16+)
 - 08.05 Каждое утро. (16+)
 - 08.40 PRO-новости. (16+)
 - 09.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
 - 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
 - 12.00 Плейлист по кайфу. (16+)
 - 12.30 Прогноз по году. (16+)
 - 14.00 WEB чарт. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
 - 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
 - 08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
 - 08.30, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
 - 09.00 «Волшебная кухня». (0+)
 - 09.30 Друзья на все времена. «Простоквашино». (0+)
 - 10.00, 14.00, 17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)
 - 10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
 - 11.00 «Сказочный патруль». (0+)
 - 11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
 - 15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
 - 17.00 «Рикки-Тикки-Тави». (6+)
 - 17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
 - 18.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 18.30 «Простоквашино». (0+)
 - 19.00 «Лео и Тиг». (0+)
 - 20.55 «Машины сказки». (0+)
 - 21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
 - 22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)
 - 23.00 «Капризка». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 «Мир за минутку». (0+)
 - 05.05 «Истории Баданаму». (0+)
 - 06.00 «Тима и Тома». (0+)
 - 07.00 «Жужжалка». (0+)
 - 07.05 «Фиксики». (0+)
 - 09.00 «Лялик едет в Окидо». (0+)
 - 10.00 «ТриО!» (0+)
 - 10.20 «Три кота». (0+)
 - 12.20, 00.10 «Зебра в клеточку». (0+)
 - 14.00 «Команда Флоры». (0+)
 - 15.50 «Доктор Малышкина». (0+)
 - 15.55 «Весёлый алфавит». (0+)
 - 16.00 «Малыши дикой природы». (0+)
 - 16.05 «Ответы от кометы». (0+)
 - 16.10 «Смешарики». (0+)
 - 18.30 «Три кота». (0+)
 - 21.00 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
 - 22.50 «Мир за минутку». (0+)
 - 22.55 «Истории Баданаму». (0+)
 - 23.50 «Доктор Малышкина». (0+)
 - 23.55 «Весёлый алфавит». (0+)
 - 00.00 «Малыши дикой природы». (0+)
 - 00.05 «Ответы от кометы». (0+)
 - 01.50 «Студия Каляки-Маяки». (0+)
 - 02.10 «Оранжевая корова». (0+)
 - 04.30 «Смарта и чудо-сумка». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 13.00, 18.00, 01.00 «Фиксики». (6+)
- 06.30, 12.00, 18.30, 00.00 «ДиноСити». (0+)
- 07.05, 12.35, 19.05, 00.35 «Смешарики». (6+)
- 07.30, 19.30 «Ювик сп планеты Ю». (12+)
- 07.35, 13.30, 19.35, 01.30 «Октонавты». (0+)
- 08.30, 16.00, 20.30 «Гормити». (6+)
- 09.30, 17.00, 21.15 «Консуни». (6+)
- 09.30, 17.00, 21.30 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
- 10.00 «Чуч-Мяуч». (0+)
- 10.30, 22.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (12+)
- 11.45, 15.40, 22.20, 23.45, 03.40 «Енотки». (0+)
- 14.30, 02.30 «Чудо-Юдо». (12+)
- 17.30 «Богатырята». (12+)
- 22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
- 22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

СОЛНЦЕ

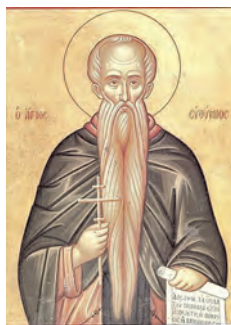
- 05.00 «Буба». (0+)
- 07.00 «Ералаш». (6+)
- 08.40 «Буба». (0+)
- 10.35 «Закладованная деревня Пинокио». (6+)
- 11.30 «Простоквашино». (0+)
- 12.40 «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)
- 14.00 «Ералаш». (6+)
- 15.35 «РОДИТЕЛИ». (12+)
- 16.25 «Фиксики». (0+)
- 18.00 «Простоквашино». (0+)
- 19.30 «Банда котиков». (12+)
- Крутой кот собирает отряд, чтобы навести порядок на улицах Манхэттена, где все пляшут под дудку таинственного и очень опасного мистера Кроко.
- 21.00 «РОДИТЕЛИ». (12+)
- 23.30 «Ералаш». (6+)
- 00.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 02.00 «Ералаш». (6+)
- 04.00 «Буба». (0+)
- 05.00 «Ранние птички. «Кадеты Баданаму». (6+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- «Чик-зарядка» - это весёлая утренняя разминка, очень полезная для детей. Начинаяе утро бодро и делайте зарядку вместе с забавным цыплёнком Лимончиком и каналом «Карусель»!
- 07.35 «Петроникс». (0+)
- 08.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Паук и гусеница». (0+)
- Криворучка решила доказать, что пауки бывают милыми и симпатичными! Для этого она позвала Мастера Сашу, и вместе они сделали не только доброго паучка, но и подружку для него! Подробности - в очередном выпуске программы «Мастерская «Умелые ручки»!
- 11.00 «Смешарики. Пинкод». (6+)
- 12.55 «Супер10». (6+)
- 13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.45 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
- 16.35 «Простоквашино». (0+)
- 18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
- 18.35 «Оранжевая корова». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Кошечки-собачки». (0+)
- 22.00 «Бен 10». (12+)
- 22.25 «Приключения Хомы». (0+)
- 22.35 «Страшная история». (0+)
- 22.40 «Раз - горох, два - горох...» (0+)
- 22.50 «Коротышка - зелёные штанишки». (0+)
- 22.55 «Разрешите погулять с вашей собакой». (0+)
- 23.10 «Стойкий оловянный солдатик». (0+)
- 23.25 «Таинственные золотые города». (6+)
- 00.35 «История изобретений». (0+)
- 02.00 «Игра сумом». (0+)
- 02.15 «Малышарики». (0+)
- 03.40 «Школьный автобус Гордон». (0+)
- 04.30 «Еда на ура. Рецепты». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
 - 05.10 «СТАЛИНГРАДСКАЯ БИТВА». 1 серия. (0+)
 - 06.55 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
 - 10.30 Лики Богородицы. (0+)
 - 11.05, 22.35, 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
 - 11.35 В поисках Бога. (6+)
 - 12.05 Расскажи мне о Боге. (6+)
 - 12.40 Простые чудеса. (12+)
 - 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 15.00 Архимандрит Кирилл (Павлов). Цикл Старцы. (0+)
 - 15.30 Освободители. Артиллеристы. (0+)
 - 16.25 «ДЕВОЧКА ИЗ ГОРОДА». (16+)
 - 18.00 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (0+)
 - 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
 - 22.00 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Отрада и Утешение». Икона Божией Матери «Неувядаемый Цвет». (0+)
 - 23.05 День Ангела. Преподобный Максим Грек. (0+)
 - 23.35 Культура отмены России. (16+)
 - 00.05 День Патриарха. (0+)
 - 00.20 Апокалипсис. (18+)
 - 01.20 Русский мир. (12+)
 - 02.15 Прямая линия жизни. (16+)
 - 03.10 Встреча. (12+)

Православный календарь

2 февраля
Седмица 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Прп. Евфимия Великого.



Мчч. Инны, Пинны и Риммы. Мчч. Васса, Евсевия, Евтихия и Василида. Прп. Лаврентия, затворника Печерского. Прп. Евфимия, схимника Печерского. Прп. Евфимия Сянежского, Вологодского. Прп. Евфимия исп. (Груз.). Сщмч. Павла пресвитера.

Поста нет.

«Перед началом доброго дела приготовься к искушениям, которые постигнут тебя, и не сомневайся в истине».

Прп. Исаак Сирин Ниневийский

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3x3 цифры не повторялись.

1

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

2

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

3

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

4

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

5

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

6

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

СУДОКУ

Ответы

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

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К Культура	СТС
 <p>19.45 «Поле чудес». (16+)</p>	 <p>17.30 «60 минут». (12+)</p>	 <p>14.50 Город новостей</p>	 <p>17.55 «Жди меня». (12+)</p>	 <p>13.50 Власть факта</p>	 <p>00.35 «БОЛЬШЕ ЧЕМ СЕКС». (16+)</p>
<p>05.00 Телеканал «Доброе утро»</p> <p>09.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)</p> <p>09.55 «Жить здорово!» (16+)</p> <p>10.45 Информационный канал. (16+)</p> <p>12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>12.15 Информационный канал. (16+)</p> <p>15.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>15.15 Информационный канал. (16+)</p> <p>16.00 «Мужское / Женское». (16+)</p> <p>16.50 Информационный канал. (16+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)</p> <p>19.45 «Поле чудес». (16+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>21.45 «Голос. Дети». 10-й юбилейный сезон. (0+)</p> <p>23.25 «Олег Целков. Единственный из многих». (12+)</p> <p>Олег Целков - художник-нонконформист, сделавший имя русскому авангарду. Его все всегда ценили очень высоко. И ревнивые к чужому успеху художники, и расчетливые коллекционеры, и великие мира искусства.</p> <p>00.20 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России</p> <p>09.00 Вести. Местное время</p> <p>09.30 Утро России</p> <p>09.55 О самом главном. (12+)</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 «60 минут». (12+)</p> <p>14.00 Вести</p> <p>14.30 Вести. Местное время</p> <p>14.55 «Кто против?» (12+)</p> <p>16.00 Вести</p> <p>16.30 «Малахов». (16+)</p> <p>17.30 «60 минут». (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.15 Вести. Местное время</p> <p>21.30 «Ну-ка, все вместе!» (12+)</p> <p>Грандиозному жюри - целой сотне экспертов во главе с Сергеем Лазаревым - на этот раз предстоит оценивать самых лучших: финалистов всех четырех сезонов. Но чем ярче конкурсанты - тем строже жюри и жарче споры!</p> <p>23.55 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)</p> <p>СССР, 1965 г. Комедия. В ролях: Александр Демьяненко, Наталья Селезнева, Юрий Никулин. Вечный студент Шурик попадает в самые невероятные ситуации - сражается с хулиганом Верзилкой, весьма оригинальным способом готовится к экзамену и даже предотвращает «ограбление века».</p> <p>01.30 «ФРАНЦУЗЫ ПОД МОСКВОЙ». (12+)</p>	<p>06.00 «Настроение»</p> <p>08.20 «МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)</p> <p>11.30 События</p> <p>11.50 «МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)</p> <p>12.35 «НА ОДНОМ ДЫХАНИИ». (16+)</p> <p>Владимир Разлогов - благополучный, уверенный в себе, успешный, очень любящий свою собаку и не очень - супругу Глафиру. А где-то рядом все время был другой человек, знающий, что рано или поздно Разлогову придется расплатиться по счетам! По каким?.. За что?..</p> <p>14.30 События</p> <p>14.50 Город новостей</p> <p>15.00 «НА ОДНОМ ДЫХАНИИ». (16+)</p> <p>17.00 «Актёрские драмы. Старость не радость». (12+)</p> <p>17.50 События</p> <p>18.10 «ПОД ПРИЦЕЛОМ ЛЮБВИ». (16+)</p> <p>20.10 «ДАЛЬНОБОЙЩИК». (16+)</p> <p>22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой</p> <p>23.00 «Приют комедиантов». (12+)</p> <p>00.40 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». (12+)</p> <p>02.10 «Петровка, 38». (16+)</p> <p>02.25 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ: ДРЕВО КОЛДУНА». (12+)</p> <p>03.55 «СОНАТА ДЛЯ ГОРНИЧНОЙ». (12+)</p> <p>05.25 «Петровка, 38». (16+)</p>	<p>04.50 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)</p> <p>06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)</p> <p>08.00 «Сегодня»</p> <p>08.25 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (16+)</p> <p>10.00 «Сегодня»</p> <p>10.35 «МЕДВЕЖИЙ УГОЛ». (16+)</p> <p>Внезапно начавшийся дождь гасит пожар, а Люся убеждается в своих подозрениях относительно магической силы Ольги.</p> <p>13.00 «Сегодня»</p> <p>13.25 «Чрезвычайное происшествие»</p> <p>14.00 «Место встречи»</p> <p>16.00 «Сегодня»</p> <p>16.45 «ДНК». (16+)</p> <p>17.55 «Жди меня». (12+)</p> <p>19.00 «Сегодня»</p> <p>20.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ. НЕВИДИМЫЙ ВРАГ». (16+)</p> <p>На празднике города Антон Томский открывает стрельбу, в крови у него находят кокаин, его отец предлагает Рубцову взятку за сына.</p> <p>22.10 «МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. ДАЛЬНИЕ РУБЕЖИ». (16+)</p> <p>00.00 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)</p> <p>01.45 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)</p> <p>02.10 «Квартирный вопрос». (0+)</p> <p>03.05 «ДЕМОНЫ». (16+)</p> <p>04.35 «Их нравы». (0+)</p>	<p>06.30 07.00 07.30 08.30 10.00</p> <p>15.00 19.30 00.05</p> <p>Новости культуры</p> <p>06.35 «Пешком...»</p> <p>07.05 «Монологи великого Дуни»</p> <p>07.35 «Друиды. Тайна кельтских жрецов»</p> <p>08.35 16.20 «Первые в мире»</p> <p>08.50 16.35 «ПРЕДЕЛ ВОЗМОЖНОГО»</p> <p>10.15 Спектакль «Лица»</p> <p>11.25 «Забываемое ремесло»</p> <p>11.40 «Острова»</p> <p>12.20 «ЖИЗНЬ ВЕРДИ»</p> <p>Джузеппе Верди и Джузеппина Стреппони живут вместе в Париже. Они далеки от сплетен...</p> <p>13.50 Власть факта</p> <p>14.30 Театральная летопись. К 90-летию со дня рождения Игоря Кваша</p> <p>15.05 Письма из провинции</p> <p>15.35 «Энигма»</p> <p>17.45 Легендарные имена Большого театра</p> <p>18.45 «Царская ложа»</p> <p>19.45 «Почерк эпохи» с Кириллом Кяро</p> <p>20.10 Линия жизни</p> <p>21.05 «Зимний вечер в Гаграх». В четке главное - кураж!»</p> <p>21.45 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ»</p> <p>23.15 «2 Верник 2»</p> <p>00.25 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ ВЕРОНИКИ»</p> <p>02.05 «Эйнштейны от природы»</p> <p>03.00 Перерыв в вещании</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+)</p> <p>07.00 «Лунтик». (0+)</p> <p>07.30 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)</p> <p>08.40 «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ». (16+)</p> <p>10.20 «СТАВКА НА ЛЮБОВЬ». (12+)</p> <p>Россия, 2015 г. Комедийная мелодрама. В ролях: Ованнес Азоян, Андрей Бурковский. Костя и Давид - друзья детства, и вот спустя годы им, наконец, суждено проверить дружбу на прочность. Давид собирается сделать предложение своей возлюбленной, Анне, а Костя хочет выйти в финал международного чемпионата по покеру.</p> <p>12.15 Уральские пельмени. (16+)</p> <p>13.10 Шоу «Уральских пельменей». (16+)</p> <p>22.30 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)</p> <p>Германия - США, 2001 г. Комедия. В ролях: Дженнифер Лопез, Мэттью МакКонахи. Мало кто разбирается в любви и браке так же хорошо, как Мэри Фиорелло, ведь она - свадебный церемонимейстер. Однако её собственная личная жизнь оставляет желать лучшего.</p> <p>00.35 «БОЛЬШЕ ЧЕМ СЕКС». (16+)</p> <p>02.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>04.55 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>05.50 Ералаш. (0+)</p>
<p>5 5-Й КАНАЛ</p> <p>05.00 «Известия». (16+)</p> <p>05.25 «СНАЙПЕРЫ». (16+)</p> <p>09.00 «Известия». (16+)</p> <p>09.30 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)</p> <p>13.00 «Известия». (16+)</p> <p>13.30 «ГЛУХАРЬ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)</p> <p>14.55 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>17.30 «Известия». (16+)</p> <p>18.00 «ГЛУХАРЬ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)</p> <p>19.25 «СЛЕД». (16+)</p> <p>23.10 «Светская хроника». (16+)</p> <p>00.10 Они потрясли мир. (12+)</p> <p>00.55 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)</p> <p>01.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)</p> <p>02.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)</p>	<p>★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА</p> <p>06.25 «ОФИЦЕРЫ. ОДНА СУДЬБА НА ДВОИХ». (16+)</p> <p>09.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)</p> <p>09.20 «Сталинградская битва». (16+)</p> <p>12.45 13.20 15.05 «ЛЕГЕНДА ДЛЯ ОПЕРШИ». (16+)</p> <p>15.00 Военные новости. (16+)</p> <p>17.35 18.40 «ПРАВО НА ПОМИЛОВАНIE». (16+)</p> <p>22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)</p> <p>23.00 Музыка+. (12+)</p> <p>00.00 «МЕЧЕНЫЙ АТОМ». (12+)</p> <p>01.50 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». (12+)</p> <p>03.20 «БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО». (12+)</p>	<p>OTR OTR</p> <p>06.00 «Коллеги». (12+)</p> <p>06.40 «ВОЛЬНАЯ ГРАМОТА». (16+)</p> <p>07.30 11.00 «Календарь»</p> <p>08.00 13.10 19.20 ОТРажение</p> <p>10.00 13.00 15.00 19.00 Новости</p> <p>10.10 16.10 03.00 «Исследуя искусство». (16+)</p> <p>11.30 «У САМОГО БЕЛОГО МОРЯ». (12+)</p> <p>15.10 «На приёме у главного врача». (12+)</p> <p>15.55 «Хроники общественного быта». (12+)</p> <p>17.00 «Вспомнить всё». (12+)</p> <p>17.25 «ПЕРВОЕ СВИДАНИЕ». (12+)</p> <p>21.00 «ОДИН ШАНС НА ДВОИХ». (16+)</p> <p>22.45 «Свет и тени». (12+)</p> <p>23.15 «ЛАСКОВОЕ БЕЗРАЗИЧИЕ МИРА». (16+)</p>	<p>МОСКВА24 МОСКВА 24</p> <p>06.00 «Утреннее вещание». (16+)</p> <p>06.55 08.55 09.55 10.55 11.10 12.25 12.55 13.55 14.10 15.25 15.55 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)</p> <p>11.00 «Новости (каждый час)». (16+)</p> <p>11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)</p> <p>12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)</p> <p>13.40 16.50 20.50 00.30 03.30 «The City». (12+)</p> <p>13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)</p> <p>18.15 «Интервью». (12+)</p> <p>18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)</p> <p>19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)</p> <p>21.20 23.40 03.20 «Московский патруль». (16+)</p> <p>23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)</p>	<p>360° ПОДМОСКОВЬЕ</p> <p>05.00 04.15 «МузейОн». (12+)</p> <p>05.30 «Новости МО»</p> <p>07.30 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360»</p> <p>07.35 «Интервью 360». (12+)</p> <p>08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)</p> <p>08.25 «Личное дело». (12+)</p> <p>10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа»</p> <p>11.00 21.20 23.20 «ЧП 360»</p> <p>12.30 «Тет-а-тет с Марусей»</p> <p>13.00 «Викторина»</p> <p>13.50 18.10 «Зима в Подмосковье». (12+)</p> <p>14.10 23.25 «Атмосферная история». (12+)</p> <p>14.40 16.50 «Внимание! Еда!»</p> <p>15.10 15.35 16.10 «Открытие Китая». (12+)</p> <p>16.20 «Поездка со вкусом»</p> <p>17.10 «Простая медицина»</p> <p>17.40 «Формула успеха». (12+)</p> <p>20.10 «Невероятная наука-2»</p> <p>21.25 22.05 «Польский след»</p>	<p>МОСКВА. ДОВЕРИЕ</p> <p>06.05 07.20 08.25 12.10 15.50</p> <p>00.30 Мой район. Энциклопедия. (12+)</p> <p>06.35 11.20 02.40 «Тайны кино». (12+)</p> <p>07.40 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)</p> <p>08.45 10.40 19.50 22.15 23.35</p> <p>02.00 «Мой район. Навигатор». (16+)</p> <p>08.55 16.05 «ШУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)</p> <p>10.50 «Тайны нашей эстрады». (12+)</p> <p>12.20 20.00 «СОБАКА НА СЕНЕ». (12+)</p> <p>14.40 22.25 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)</p> <p>17.50 Звёзды советского экрана. (12+)</p> <p>18.20 00.40 «ТАЙНЫ АВРОРЫ ТИГАРДЕН». (16+)</p> <p>23.45 «Золотая рыбка». (16+)</p>

● Сериалы ● 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

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Телепрограмма и фотоаппарат предоставлены 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

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>05.10 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 03.05 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ВОЙНА МИРОВ Z». (12+)</p> <p>22.05 «НОВАЯ ЭРА Z». (16+)</p> <p>00.15 «ПИРАМИДА». (16+)</p> <p>01.50 «НА ДНЕ». (18+)</p>	<p>02.15 «Импровизация». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «Конфетка». (16+)</p> <p>11.00 «Страна в Shore». (16+)</p> <p>15.00 «Наша Russia. Дайд-жест». (16+) Это мы придумали водородную бомбу, автомобиль «Жигули» и много других страшных вещей. Это мы приручили пиво и колбасу. Это наши женщины придумали делать эпиляцию, прыгая через костер.</p> <p>20.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>21.00 «Комеди Клуб». (16+)</p> <p>23.00 «Stand up». (16+)</p> <p>00.00 «ДВЕНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+)</p> <p>02.15 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.45 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>05.15 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>15.40 Врачи. (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 Охотники за привидениями. Битва за Мокши. (16+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Гадалка. (16+)</p> <p>14.30 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>15.40 Врачи. (16+)</p> <p>16.45 «Слепая». (16+)</p> <p>19.30 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+) США, 2013 г. Боевик. В ролях: Сильвестр Сталлоне, Арнольд Шварценеггер, Джеймс Кэвизел. Работа Рэя - проверить безопасность самых охраняемых тюрем.</p> <p>21.45 «В ОСАДЕ». (16+)</p> <p>00.00 «ТРИ ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)</p> <p>02.00 Последний герой. Зрители против звезд. (16+)</p>	<p>06.20 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.20 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>07.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>10.00 Улётное видео. (16+) Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший анти-депрессант и панацея от плохого настроения.</p> <p>14.00 Решала. (16+) Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые все-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно. Но какой трудной ни была бы проблема - ее надо решать! Поэтому появился «Решала». Ведущий проекта Влад Чижов - блогер.</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.20 Улётное видео. (16+)</p>	<p>07.00 Новости</p> <p>06.00, 11.30 «Есть тема!» (16+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.20, 17.50, 22.25, 03.20 Новости</p> <p>07.05, 14.25, 17.25, 18.55, 21.30, 00.15 Все на Матч!</p> <p>10.05 Спецрепортаж. (12+)</p> <p>10.25 Смешанные единоборства. UFC. (16+)</p> <p>13.00, 01.00 Лица страны. (12+)</p> <p>13.20 «Магия большого спорта». (12+)</p> <p>13.50 «Футбол на все времена». (12+)</p> <p>15.30 Смешанные единоборства. Пр.тр.</p> <p>17.55 Прыжки в воду. Кубок России. Пр.тр.</p> <p>19.25 Футбол. «Краснодар» - «Сочи». «Winline. Зимний кубок РПЛ». Пр.тр.</p> <p>22.30 «Короли. Чемпион никогда не сдаётся». (12+)</p> <p>23.45 Матч! Парад. (16+)</p> <p>01.20 Волейбол. (0+)</p>	<p>00.30 «Я ТРЕБУЮ ЛЮБВИ!» (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.50 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.50 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>12.00 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.15 «Порча». (16+)</p> <p>13.45 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.20 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.55 «ЧУЖОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)</p> <p>19.00 «ТЕНИ СТАРОГО ШКАФА». (16+) Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Ирина Шейнова, Тарас Кузьмин.</p> <p>22.50 «Порча». (16+)</p> <p>23.25 «Знахарка». (16+)</p> <p>23.55 «Верну любимого». (16+)</p> <p>00.30 «Я ТРЕБУЮ ЛЮБВИ!» (16+)</p> <p>04.05 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>05.00 «МЕЛОДИЯ ЛЮБВИ». (16+)</p>

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 30 ЯНВАРЯ ПО 5 ФЕВРАЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Обаяние Овнов обеспечит им внимание окружающих, а это, в свою очередь, поможет упрочить положение в обществе. Совсем не лишним будет проявить креативность на работе. А вот в делах семейных сейчас важна стабильность. Домочадцы будут благодарны вам за это.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Вероятность дальних поездок для Львов крайне высока. Это могут быть как рабочие командировки, так и поездки, связанные с решением семейных вопросов. Время, к слову, подходит для получения новых знаний. А душевные беседы с друзьями обещают перезагрузку.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Решительность Стрельцов поможет представителям знака в осуществлении их планов. Но рассчитывать придется только на себя. Не ввязывайтесь ни в какие авантюры. Переживаниями делиться лучше только с близкими, они и поддержат, и сплетничать не будут.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолеи, которые не будут чураться общения, могут получить важную информацию. Она может как в карьерных делах подсобить, так и личную жизнь наладить. Самое время возродить старые бизнес-идеи, встретиться с давними друзьями. Это время встреч и ностальгии.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцам звезды советуют мобилизовать свои силы в работе над интересными проектами. Но работать сейчас лучше в коллективе. Только старайтесь не раздражаться по пустякам. Умейте прощать мелкие ошибки коллегам и несовершенства близким. Выходные посвятите отдыху.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Кипучая энергия Дев поможет им буквально «города брать». Ловите момент, закрепляйте и усиливайте позиции на работе. А для достижения душевной гармонии безжалостно выкидывайте из жизни все лишнее и наносное. И чаще общайтесь с близкими, забота гарантирована.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Обилие комплиментов и похвал, которые получают Близнецы, может вскружить им голову. Да это и неплохо. Иногда полезно для самооценки. Только аккуратнее с желаниями, все они будут иметь тенденцию к исполнению. И позвольте себе немного романтики.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Звезды советуют Весам проявлять внимательность даже по отношению к незначительным изменениям на работе. Нужно все важные вопросы постараться решить до выходных. И не пренебрегайте совместным семейным отдыхом, это именно то, что вам нужно!

РАК (22.06 – 22.07)
Ракам придется проявлять характер и силу воли. В конце концов, от этого может зависеть и карьера, и лад в семье. Вам покорятся многие высоты, но, оказавшись на вершине, не спешите расслабляться. Впереди много работы. В общении с семьей очень выручит чувство юмора.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Скорпионам небесные светила пророчат благоприятные перемены в личной жизни. А на работе придется общаться и встречаться с разными людьми ради выгоды в будущем. Духовно-нравственная составляющая жизни будет занимать ваши мысли и руководить поступками.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Для Козерогов наступает время, когда можно и нужно расширять свои профессиональные знания, они скоро вам пригодятся. Главное, избегайте конфликтов, тогда и на работе, и дома все будет складываться весьма недурно. Хорошие дни для семейных походов в баню.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Рыбам стоит держать в узде эмоции. Даже позитивные. Поделитесь радостью или переживаниями с кем-то помимо близких, вы рискуете стать жертвой сплетен и наговоров. Лучше вместе с семьей организуйте отдых, который подарит позитив и теплые воспоминания.

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И БОЛИ ПРИ МОЧЕИСПУСКАНИИ? ВЫХОД ЕСТЬ!

Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

- недержание мочи;
- аденома предстательной железы;
- простатит, цистит, уретрит;
- мочекаменная болезнь;
- слабость мышц стенок мочевого пузыря.

Нужно вовремя принять меры и заранее позаботиться о своем здоровье. Не медлите и обратитесь за помощью к специалисту. Не отказывайте себе в здоровой, сексуально активной жизни в любом возрасте.

УРОСТИМОЛ — поможет отрегулировать функции репродуктивной, мочевыделительной, эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, поддержит иммунитет.

УРОСТИМОЛ – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

Обратиться за консультацией можно по телефонам **8 (800) 600-57-56 8 (495) 136-59-66**

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 30 ЯНВАРЯ ПО 5 ФЕВРАЛЯ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.15 «ШАНТАЖИСТ». (12+)
07.50 «В гостях у гномов». Мультфильм. (0+)
08.05 «Винни-Пух». Мультфильм. (0+)
08.20 «Винни-Пух идет в гости». Мультфильм. (0+)
08.30 «Винни-Пух и день забот». Мультфильм. (0+)
08.50 «ТАЙНА ВИЛЛЫ «ГРЕТА». (12+)
10.40 «ЩИТ И Меч». (12+)
16.50 «ДОСТОЯНИЕ РЕСПУБЛИКИ». (12+)
19.20 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)
21.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
23.45 «СНЫ». (16+)
01.05 «ДЕЛО № 306». (12+)
02.20 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (12+)
03.30 «ДНИ ТУРБИНЫХ». (12+)

TV1000

- 05.30 «Роботы-поезда», «Говорящий Том и друзья», «Приключения Бубы». Мультсериалы. (6+)
08.15 «Приключения Ам Няма». Мультсериал. (6+)
08.40 «Готовим с Бубой». Мультсериал. (6+)
08.50 «ДЖЕЙН ЭЙР». (12+)
10.55 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (12+)
13.20 «БРАТЯ ГРИММ». (12+)
15.30 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
17.15, 18.05 «МЕРЛИН». (12+)
19.00 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)
21.25 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (12+)
23.35 «ЭРИН БРОКОВИЧ». (16+)
01.50 «ПРИНЦЕССА МОНАКО». (16+)
03.30 «ДИАНА: ИСТОРИЯ ЛЮБИ». (12+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
06.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)
07.20 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
08.10 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (12+)
10.05 «МАФИЯ: ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)
11.35 «ОБРАТИМАЯ РЕАЛЬНОСТЬ». (12+)
13.05 «ЛОВИ МОМЕНТ!». (16+)
14.20 «НАПАРНИК». (12+)
16.00 «ВОЛШЕБНИК». (12+)
17.30, 18.30 «ШУЛЕР». (16+)
19.30 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
21.30 «ПЯТНИЦА». (16+)
23.00 «ДУХLESS». (18+)
00.40 «ДУХLESS-2». (16+)
02.30 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
04.00 «Ряд 19». (16+)

ДОМ КИНО

- 05.25 «Крепость. Щитом и мечом». (6+)
06.35 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)
07.55 «Три богатыря и наследница престола». (6+)
09.25 «Три богатыря и конь на троне». (6+)
11.05 «Конь Юлий и большие скачки». (6+)
12.25 «Три богатыря на дальних берегах». (6+)
13.40 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)
16.00 «СВАТЫ». (16+)
22.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
00.25 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
02.00 «НА ДЕРЬБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДЬ». (16+)
03.35 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

- 00.05 «МАРКО ПОЛО». (16+)
02.55 «НА ГРАНИ БЕЗУМИЯ». (16+)
04.40 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (16+)
06.20 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
08.15 «КРИМИНАЛЬНАЯ ФИШКА ОТ ГЕНРИ». (16+)
10.00 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
12.05 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
13.40 «ЛЛУИ И БРИГГС». (12+)
15.20 «А ВОТ И ОНА!». (12+)
16.50 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)
18.35 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)
Драма, триллер, криминал, боевик, Франция, США, 2014 г.
20.30 «РОМОВЫЙ ДНЕВНИК». (16+)
22.25 «ДОВЕРИЕ». (16+)
23.50 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 06.40 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
08.15 «ОЧЕНЬ ЖЕНСКИЕ ИСТОРИИ». (16+)
10.00 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)
12.05 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)
14.00 «ВНУК КОСМОНАВТА». (16+)
15.25 «НА МОРЕ». (16+)
17.20 «ГУЛЯЙ, ВСЯЯ СВИДАНИЕ НА БАЛИ!». (16+)
19.15 «НА РАЙОНЕ». (16+)
21.00 «ТАЙНА АМУЛЕТА». (12+)
22.40 «ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ АЛЕКСАНДРА ХРИСТОФОРОВА». (12+)
00.30 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
02.10 «ЛЮБИТ - НЕ ЛЮБИТ». (16+)
03.35 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
05.05 «ОЧЕНЬ ЖЕНСКИЕ ИСТОРИИ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.05 «ТЕРМИНАЛ». (12+)
03.25 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)
05.05 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
06.55 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
08.50 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
10.40 «ТАКСИ-3». (16+)
12.15 «ТАКСИ-4». (16+)
13.50 «КРАСОТКИ В БЕГАХ». (16+)
15.30 «ШПИОН». (18+)
17.45 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
19.30 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ!». (16+)
21.05 «ЧТО МОГЛО БЫТЬ ХУЖЕ?». (12+)
03.35 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
05.05 «ОЧЕНЬ ЖЕНСКИЕ ИСТОРИИ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

- 00.40 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
02.00 «ГОСПОДИН ОБОРМИТЕЛЬ». (16+)
04.25, 06.15 «ГРАФ МОНТЕКРИСТО». (6+)
07.55 «О ЧЁМ ЕЩЁ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (12+)
09.30, 10.50, 12.05 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)
13.25, 14.45, 16.05 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
17.30 «В МОЕЙ СМЕРТИ ПРОШУ ВИННИТЬ КЛАВУ К». (6+)
Драма, мелодрама, СССР, 1979 г.
19.00 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО». (6+)
Приключения, СССР, 1972 г.
20.45, 22.00 «ВЫГОДНЫЙ КОНТРАКТ!». (12+)
Сериял. Детектив, СССР, 1979 г.
23.20 «ИГРУШКА». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

- 07.05 «МОЕ ЛЮБИМОЕ ЧУДОВИЩЕ». (12+)
10.25 «БЕРЕГ НАДЕЖДЫ». (12+)
14.00 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. О ЧЕМ МОЛЧАТ РУСАЛКИ». (12+)
15.45 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. ПРОКЛЯТЫЕ ПУСТЫННЫХ БОЛОТ». (16+)
17.25 «СЛУЧАЙНЫХ ВСТРЕЧ НЕ БЫВАЕТ!». (16+)
2016 г. В ролях: Анна Кузина, Сергей Деревянко
21.00 «МИШЕЛЬ». (12+)
2018 г. В ролях: Арина Постинова, Алексей Демидов, Евгения Нохрина
00.30 «УЧЕНИЦА ЧАРОДЕЯ». (12+)
02.05 «МОЕ ЛЮБИМОЕ ЧУДОВИЩЕ». (12+)
05.05 «ЯБЛОЧКО ОТ ЯБЛОНЬКИ». (12+)

CINEMA

- 06.15 «ПОЕЗДКА В АМЕРИКУ». (16+)
08.10 «ОСНОВНОЙ ИНСТИНКТ». (18+)
10.25 «ТЕРМИНАЛ». (16+)
12.35 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ». (12+)
14.35 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ-2». (12+)
16.30 «НАЗАД В БУДУЩЕЕ-3». (12+)
18.30 «ТАЧКА № 19». (16+)
20.00 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)
2018 г. В ролях: Вигго Мортенсен, Махершала Али, Линда Карделлини, Себастьян Манискалко
22.15 «ПОЙМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (16+)
00.45 «ИЗГОЙ». (16+)
03.00 «ВАСАБИ». (16+)
04.30 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)

red .RED

- 06.00, 05.10, 05.35 Голливуд за кадром. (16+)
06.25, 09.00, 18.05 Проект Подиум. (16+)
07.15, 08.05 «ЧЕТЫРЕ СВАДЬБЫ И ОДНИ ПОХОРОНЫ». (16+)
09.55, 10.45, 11.35, 12.25 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
13.15, 19.00 Правила моей кухни. (16+)
14.15, 01.55 «ЭРРИ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)
16.05 «КРАСАВИЧКА-2». (16+)
20.00, 03.35 «ЗА МЕЧТОЙ». (16+)
Великобритания, США, 2018 г. В ролях: Эль Фаннинг, Агнешка Гроховска, Арчи Мадекве
21.40 «ЛЮБОВЬ И СТРАСТЬ. ДАЛИДА». (16+)
23.50 «ТОНЯ ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)

РЕТРО

- 06.00 «ДОЖДЬ ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ». (12+)
07.05, 15.55 «ПАРУСА МОЕГО ДЕТСТВА». (12+)
08.20, 17.10 Больше, чем тренер. (12+)
09.10 «УБИТЬ ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
11.30, 21.40 «ДЕВОЧКА ИЩЕТ ОТЦА». (0+)
13.05, 23.15 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ». (0+)
14.35, 01.50 «ДОЖДЬ ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ». (12+)
18.00 Лес Яшин - Эдуард Стрельцов. Перекрестки. (12+)
18.55 «ЛЕСНЫЕ КАЧЕЛИ». (6+)
20.05, 04.00 «АЛЬПИЙСКАЯ БАЛЛАДА». (6+)
00.40 «ЖДИ МЕНЯ, АННА». (12+)
02.55 «ЛЕСНЫЕ КАЧЕЛИ». (6+)
05.30 Выше гор. (12+)

суббота! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машкины страшилки», «Машкины сказки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30, 19.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
20.20, 21.10, 22.00, 23.00 «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
23.50 Суббота News 2023. (16+)
00.00 Богиня шопинга (субтитры). (16+)
01.00 КРАШ. (18+)
01.40, 02.40 «МОЯ ВЕНЕРА». (16+)
03.40 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
04.00 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
04.45 «Буба». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериял. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов, Наталья Данилова
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ПРОСИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (18+)
14.00, 22.00, 06.00 «БЛИЗКИЕ ЛЮДИ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
Сериял. Мелодрама, Россия, Украина, 2008 г.
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (18+)

CTC LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
11.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
16.15 «ВОРОНИНЫ». (16+)
22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
00.45 Даёшь молодёжь! (16+)
02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
Сериял. Драмеда, Россия, 2008-2010 гг. Отец предлагает Жене сдать анализ на ДНК, чтобы доказать, что он на самом деле её отец... Лена и Гуцул ожидают, что Степнов будет придираться к ним на экзамене...
04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)
05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК

- 10.00, 18.00, 02.00 «СОБАКА ПАВЛОВА». (16+)
Драма, комедия, Россия, 2005 г.
11.20, 19.20, 03.20 «ВАРШАВА». (16+)
Драма, Эстония, Россия, 2014 г.
12.45, 20.45, 04.45 «КОМИССАР МЕРЭ». (12+)
17 серия. Сериял. Криминальная драма, детектив, Франция, 1991 г.
14.30, 22.30, 06.30 «ПАМЯТЬ» (субтитры). (16+)
Фантастика, драма, Колумбия, Катар, Франция, Германия, 2021 г.
16.45, 00.45, 08.45 «И ХОЧУ ВИДЕТЬ». (12+)
Драма, Франция, Ливан, 2008 г. В ролях: Катрин Денёв, Бриджит Курми, Джозеф Силва

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
05.40 «КУЛИНАР-2». (16+)
10.00 Новости
10.15 В гостях у цифры. (12+)
10.25 Слабое звено. (12+)
11.20 Шоу «Назад в будущее». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.05, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.15 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.50 Мировое соглашение. (16+)
18.30 Новости
18.50 Слабое звено. (12+)
19.40 «ГАРАЖ». (0+)
21.40 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». (12+)
23.25 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (12+)
00.35 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (6+)
02.05 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ». (0+)
03.40 «ЗАКОН ЖИЗНИ». (12+)

ПОБЕДА

- 04.40 «Путь к Победе». (16+)
05.40 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)
07.10 «9 РОТА». (16+)
09.40 «ЗЕМЛЯ ОБЕТОВАННАЯ ОТ ИОСИФА СТАЛИНА». (16+)
13.20 «СЫН ОТЦА НАРОДОВ». (16+)
Сериял. Биографическая драма, Россия, 2013 г. История о трагической судьбе Василия Сталина. Василий сделал блестящую военную карьеру летчика, став генералом Советской армии уже в 25 лет. Он был всеобщим любимцем и баловнем судьбы, покорителем женских сердец и отважным пилотом, сбившим пять фашистских истребителей во время Великой Отечественной войны. Казалось, ничего не предвещало тех страшных событий, которые раз и навсегда изменили жизнь сына отца народов.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «Высота 89». (16+)
02.40 «КРАЙ». (16+)

ПЯТНИЦА

- 05.00 Пятница News. (16+)
05.20, 06.30 Кондитер-5 (субтитры). (16+)
07.30 Гастротур-2. Владимир и Суздаль. (16+)
08.30, 09.40, 10.40 На ножах (субтитры). (16+)
11.40 Битва шефов-2 (субтитры). (16+)
13.50 «ТАКСИ». (16+)
15.40 «ТАКСИ-2». (16+)
Франция, 2000 г.
17.20 «ТАКСИ-3». (16+)
Франция, 2003 г.
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 «СЕСТРУХА». (16+)
Сериял. Россия, 2021 г.
21.00 «РАЗЛОМ САН-АНДРЕАС». (12+)
США, 2015 г.
23.10 «Судья ДРЕДД 3D». (18+)
Великобритания, Индия, США, ЮАР, 2012 г.
01.00 Пятница News. (16+)
01.30, 02.10, 02.50, 03.30 «ДРЕВНИЕ». (18+)
04.10 Пятница News. (16+)
04.35, 04.45, 04.50 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)

Ю

- 05.15, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
09.15 Барышня - Крестьянка. (16+)
11.25 «КЛОП». (16+)
13.25 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.25 Битва за тело. (16+)
Для людей, чей вес достиг 150 килограммов и более, похудение - вопрос жизни. Герои «Битвы за тело» готовы кардинально измениться и сбросить 50, 80 и даже 100 кг ради собственного здоровья. Участников проекта ждет год серьезной работы над собой. Сражаться придется не только с лишним весом, но и с вредными привычками, зависимостью от еды и образом жизни.
20.00 «КЛОП». (16+)
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.50 Измены (субтитры). (18+)
03.30 Моя свекровь - монстр. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

- 03.05 Тайное становится явным. (12+)
03.20, 06.15 Историада. (12+)
04.10, 07.10 Книжные аллеи. (12+)
04.40, 16.10 Историограф. (12+)
05.20 Личность в истории. (12+)
05.50 Сражения с Наполеоном. (12+)
07.40 Архивы истории. (12+)
08.00 Свои и чужие. (12+)
08.50 Морской узел. (12+)
09.20, 13.40 Жил-был Дом. (12+)
09.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)
10.00 Максим Горький. Потаённая биография. (12+)
10.30 Временный комитет у руля революции. (12+)
11.00 Адриан. Метаморфозы. (12+)
12.00 Освободители. (12+)
12.40 Дмитрий Менделеев. Предвосхищая будущее. (12+)
14.05 Подземная Италия. (12+)
14.55 Исторические города Британии. (12+)
16.00 Кольцо «А». (12+)
16.55 История одной фотографии. (6+)
17.05 Мемориалы России. (12+)
17.40 Семь дней истории. (12+)
17.50 Ступени Победы. (12+)
18.30 На пути к Великой Победе. (12+)
19.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
20.00, 20.50, 21.45, 22.40 «ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ». (16+)
23.35 Россия научная. Великие имена. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00, 06.55 Великая война. (12+)
07.55 Древние суперстроения. (12+)
09.00, 10.05 Гробницы Египта: самая важная миссия. (12+)
11.00, 11.55 Убийство на железной дороге. (16+)
12.45, 13.35 Музейные тайны. (12+)
14.25 Музейные тайны: Единорог Ланселот. (12+)
15.15 Музейные тайны: Большая земная охота. (12+)
16.00 Музейные тайны: Металлические лауреаты. (12+)
17.50 Древние суперстроения: Собор св. Софии. (12+)
17.50 Мегалиты: секреты древнего мира: Афини. (12+)
18.45 Древний Египет - хроники империи: Мегалиты. (12+)
19.45 Древний Египет - хроники империи: Культ мертвых. (12+)
20.45 Убийство на железной дороге: Убийца полицейских. (16+)
21.35 Убийство на железной дороге: Убийство на поезде в Ньюкасле. (16+)
22.30 Великая война: Курская дуга. (12+)
23.30 Великая война: От Днепра до Одера. (12+)
00.25, 01.15, 01.55, 02.40, 03.20 Музейные тайны. (12+)
04.05 Невероятные изобретения. (12+)
04.30, 05.15 Убийство на железной дороге. (16+)

ДОКТОР

- 06.00, 13.00, 18.10, 23.40 «самое главное. Правда и мифы об авокадо». (12+)
06.55, 07.20, 13.55 Медицина будущего. (12+)
07.50, 14.45, 01.05 Правила жизни 100-летнего человека. США. (12+)
08.35 О самом главном. Острый лимфобластный лейкоз. (12+)
09.30, 10.00 Большой скачок. (12+)
10.25, 10.55, 01.50, 02.15 10 решений доктора Карташевой. (12+)
11.25 Секретные материалы: ключи от долголетия. (12+)
12.10, 04.25 Научные сенсации. (12+)
15.35 О самом главном. Победить рак груди. (12+)
16.30 Тайны мозга. Фильм 3. (12+)
17.15 Невидимая власть микробов. (12+)
19.00, 05.10 Откровенный разговор с онкологом. (12+)
19.30, 05.35 Метод исследования. Онкопоиск. (12+)
20.00, 22.45, 02.40, 03.05 На приеме у психолога Колмановского. (12+)
20.30, 03.35 Это лечится. Дела сердечные. (12+)
21.00 О самом главном. Продукты против рака. (12+)
21.55 Бесплодие. Проклятие человеческое. (12+)
23.10, 04.00 Это лечится. Астма. (12+)
00.35 Скажите, доктор! Женское здоровье после 40. (12+)

УСАДЬБА

- 06.00, 14.50, 21.10, 03.15 Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+)
06.25, 03.40 ЗаСаДа. (12+)
06.55, 04.10 Мультиварка. (12+)
07.10, 04.25 Как поживаете? (12+)
07.35, 07.50, 16.35, 16.50, 04.50, 05.05 Огород круглый год. (12+)
08.10 Органическое земледелие. (0+)
08.40, 05.45 Календарь дачника. (12+)
08.55, 22.40 Мастер-садовод. (12+)
09.10, 22.55 Кухня народов СССР. (12+)
09.25 Муж на час. (12+)
09.55 Чужеземцы. (12+)
10.15 Мегабанщики. (12+)
10.50 Правила садовода. (12+)
11.05 Пустите строителей в дом. (12+)
11.50 Дачные радости. (12+)
12.25 В погоне за прибылью. (16+)
13.15 Искатели приключений. (12+)
13.45 Дачные хитрости. (12+)
14.00 Лучики и Пучки. (12+)
14.20, 20.35, 02.30 Стройплощадка. (12+)
15.20, 21.40 Декоративный огород. (12+)
15.50 Баня - женского рода. (12+)
16.10, 22.10 Дачных дел мастер. (12+)
17.10, 23.15 Красивая выпечка с Джульет. (12+)
18.00, 00.00 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+)
18.30, 00.30 Идеальный сад. (12+)
19.00, 01.00 Букет на обед. (12+)
19.15, 01.15 Народные умельцы. (12+)
19.45, 01.45 Деревня года. (12+)
03.00 Кашеварим. (12+)
05.20 История усадьб. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

- 08.40 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
09.00 Рыбалка в Абхазии. (16+)
09.30, 09.45 Две на одного. Оружие. (16+)
10.00 Россия заповедная. (16+)
10.30 Кто? Куда? Зачем? (16+)
10.45 Охотничье оружие. Вопросы эксперту. (16+)
11.00 Делай как я. (16+)
11.15 Кодекс охотника. (16+)
11.30, 19.30, 23.30 Спиннинг сегодня. (16+)
12.00, 20.00, 00.00 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)
12.30 Донка против фидера. (16+)
13.00 Рыбалка в Нижнем Прикамье. (16+)
13.20 Егерский кордон. (16+)
14.00 Рыболовные экспедиции в Норвегию. (16+)
14.30 Андрей Старков и его команда. (16+)
15.00 О главном. (12+)
15.35 Мир рыболова. (12+)
16.00 Мир охотника. (12+)
16.35 Поймай и сними. (16+)
17.00 Охота в Приволжье. (16+)
17.30 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
18.00 Рыбалка сегодня XL. (16+)
18.30 Крылатые охотники. (16+)
18.45 Красивая Россия. (12+)
19.00 Охота и рыбалка в... (12+)
20.30 Поехали на рыбалку! (12+)
21.00 Ружейная охота. Первые шаги. (16+)
21.30 Практическая школа нахлыста. (12+)
22.00 Коротко о главном. (12+)
22.30 Зов предков. (16+)
23.00 Хватка хищника. (16+)

ЖИВИ!

- 00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)
Двигайся в ритме современной музыки, выражай себя, прокачай свое настроение и мироощущение.
01.00 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
01.30, 14.30 Кроссфит 2.0. (12+)
02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00 Street Fight. (12+)
03.30, 18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)
04.00, 07.00, 10.00 ЙогаУтро. (6+)
04.30, 07.30, 10.30 «Утренний заряд» с Димой Брагным. (12+)
04.45, 07.45, 10.45 Здоровые завтраки. (12+)
05.00 Йога. Женские практики. (12+)
05.30, 08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
05.45, 11.45, 17.45 Фитнес с резинками. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
08.00, 11.00, 20.30 Антистресс йога. (12+)
08.45, 17.30, 22.00 Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
14.00 Здоровые обеды. (12+)
16.00 Табата-лайт. (12+)
16.30, 22.30 Шпагат. (12+)
17.00, 20.00 Здоровые ужины. (12+)
18.00, 23.00 Уроки чувственности. (16+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА
06.00 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Мужчины. (0+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55, 16.25 Человек из футбола. Юрий Белоус. (0+)
08.25 Золото страны. (12+)
08.40 Лица страны. Арсен Галстян. (12+)
09.00 Пара на дистанции. Дмитрий и Татьяна Волковы. (12+)
09.15 Страна спортивная. (12+)
09.30, 03.00 Большой хоккей. (12+)
10.05, 11.05 Прыжки в воду. Кубок России. Трансляция из Пензы. (0+)
11.40, 19.25 6х6. Волейбольное обозрение. (0+)
12.10, 02.05 Вид сверху. (12+)
12.35 Место силы. Гребной канал. (12+)
13.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. УНИКС (Казань) - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). (0+)

14.55 География спорта. Дальний Восток. (12+)
15.20 Десятка! Казусов в спортивной гимнастике. (12+)
15.35, 21.40 Многоборцы. (12+)
16.00, 22.00 Страна смотрит спорт. (12+)
16.55 Прыжки в воду. Кубок России. Женщины. Трамплин 1 м. Прямая трансляция из Пензы
17.55 Прыжки в воду. Кубок России. Мужчины. Трамплин 1 м. Прямая трансляция из Пензы
18.55 Ты в бане! (12+)
19.50 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Мужчины. «Факел» (Новый Уренгой) - «Урал» (Уфа). (0+)
22.30 Есть тема! (16+)
23.50 Баскетбол 1х1. Лига Ставок - В180Х. (0+)
02.35 Что по спорту? Челябинск. (12+)
03.25 Десятка! Легенд мирового хоккея. (12+)
03.40 Место силы. «Юбилейный». (12+)
03.55 Лёгкая атлетика. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
07.00 Тееп чарт. (16+)
07.25 Каждое утро. (16+)
08.30 МузГорДвиж. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)
10.00 Необъяснимое: Зловещие тайны шоу-биза. (16+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
12.00 Top 15 Like FM. (16+)
13.00 10 самых! (16+)
13.30 Лига свежих клипов. (16+)

14.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
17.00 Лайкер. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Плейлист. Зима. (16+)
19.00 Песня года-2021. (16+)
22.00 PRO-новости. (16+)
22.20 Танцпол. (16+)
23.15 МузГорДвиж. (16+)
23.30 DFM - Dance chart. (16+)
00.30 Танцпол. (16+)
01.00 Муз'итив. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ
06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
08.30, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Волшебная кухня». (0+)
09.30, 18.30 «Простоквашино». (0+)
10.00, 14.00, 17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
11.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Обыкновенный герой». (0+)
11.05 «Сказочный патруль». (0+)
11.35, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
15.25 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00 Друзья на все времена. «Приходи на каток», «Снежные дорожки». (0+)
17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Кошечки-собачки». (0+)
19.00 «Лео и Тиг». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)

О!
05.00 «Мир за минутку». (0+)
05.05 «Истории Баданаму». (0+)
06.00 «Тима и Тома». (0+)
07.00 «Жужжалка». (0+)
07.05 «Фиксики». (0+)
09.00 «Лялик едет в Окидо». (0+)
10.00 «ТриО!» (0+)
10.20 «Три кота». (0+)
12.20, 00.10 «Зебра в клеточку». (0+)
14.00 «Супер МЯУ». (0+)
15.50 «Спроси у ТриО!» (0+)
15.55 «Мой музей». (0+)
16.00 «Динозавры». (0+)
16.05 «Зелёный проект». (0+)
16.10 «Смешарики». (0+)
18.30 «Три кота». (0+)
21.00 «Команда Флоры». (0+)
22.50 «Мир за минутку». (0+)
22.55 «Истории Баданаму». (0+)
23.50 «Спроси у ТриО!» (0+)
23.55 «Мой музей». (0+)
00.00 «Динозавры». (0+)
00.05 «Зелёный проект». (0+)
01.50 «Студия Каляки-Маялки». (0+)
02.10 «Оранжевая корова». (0+)
04.30 «Смарты и чудо-сумка». (0+)

КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние птицы. «Умка». (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Петроникс». (0+)
08.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
 Настало время приоткрыть завесу тайны и поближе познакомиться с миром юных волшебниц и его жителями!
10.45 «Студия Каляки-Маялки». (0+)
11.10 «Смешарики. Спорт». (0+)
 Смешарики очень любят спорт и физкультуру и хотят приобщить к спорту как можно больше маленьких зрителей!
12.55 «Супер10». (6+)
13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
13.45 «Инфинити Надо». (6+)
14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
 Победитель соревнований по баскетболу «Мяч победы»! Многократный призёр регулярного турнира «Русской баскетбольной академии»! Спортсмен и любитель настольных игр! В гостях у Яны и Златы - Антон Баукин!
14.10 «Гризли и лемминги». (6+)
16.35 «Геройчики». (0+)
18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
18.35 «Отель у овечек». (0+)
 Про дружную семью овечек и гостей их отеля.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
22.50 «Герои Гуджитсу». (6+)
23.00 «Мойдоды». (0+)
23.15 «Лягушка-путешественница». (0+)
23.30 «Заветная мечта». (0+)
23.45 «Всё наоборот». (0+)
23.55 «Хитрая ворона». (0+)
00.05 «Длинные приключения Блинки Билла». (6+)
01.05 «Новаторы». (6+)
02.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
02.25 «Малышарики». (0+)
03.35 «Супер Ралли». (0+)
04.45 «Каша-малаша». (6+)

ДЕТСКИЙ МИР
06.00, 13.00, 18.00 «Фиксики». (6+)
06.30, 12.00, 18.30, 00.00 «ДиноСити». (0+)
07.05, 12.35, 19.05, 00.35 «Смешарики». (6+)
07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.35, 13.30, 19.35 «Октонавты». (0+)
08.30, 16.00, 20.30 «Консуни». (6+)
09.30, 17.00, 21.30 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
09.40, 17.10, 21.40 «Хомячок Фрош. Друзья в поисках кладов». (12+)
10.00 «Чуч-Мяуч». (0+)
10.30, 22.30 «Иван Царевич и Серый Волк-4». (12+)
14.30 «Синдбад. Пираты семи штормов». (12+)
15.45, 22.20 «Енотки». (0+)
17.30 «Богатырята». (12+)
17.55 «Чушастики». (0+)
22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

СОЛНЦЕ
05.00 «Буба». (0+)
07.00 «Ералаш». (6+)
08.40 «Буба». (0+)
10.35 «Закладованная деревня Пинокио». (6+)
11.30 «Простоквашино». (0+)
12.40 «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)
14.00 «Ералаш». (6+)
19.30 «Урс... Ной уплыл!» (6+)
 Приближается всемирный потоп. Шанс спастись есть только у тех животных, которые попали на Ноев ковчег. Зверушки Финни и его отец тоже мечтали оказаться на борту, но для них не нашлось места. Теперь героям нужно что-то придумать, чтобы пережить катастрофу.
21.00 «СУПЕРБОБОВЫ». (12+)
22.45 «СУПЕРБОБОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)
00.20 «Ералаш». (6+)
04.00 «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «СТАЛИНГРАДСКАЯ БИТВА». 2 серия. (0+)
 СССР. 1948-1949 гг.
06.50 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Отрада и Утешение». Икона Божией Матери «Неувядаемый Цвет». (0+)
11.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
11.35 В поисках Бога. (6+)
12.05 Расскажи мне о Боге. (6+)
12.40 Простые чудеса. (12+)

13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 День Ангела. Преподобный Максим Грек. (0+)
15.35 Культура отмены России. (16+)
16.10 «БЕЛОУССКИЙ ВОКЗАЛ». (0+)
 СССР. 1970 г.
18.10 «ПРОСТИ МЕНЯ, АЛЕША». (12+)
 СССР. 1983 г.
20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.00, 22.35, 23.05, 23.35 Лики Богородицы. (0+)
00.05 День Патриарха. (0+)
00.20 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
01.05, 02.05, 02.55, 04.00 Апокалипсис. Глава 19-22. (18+)

Православный календарь

3 февраля
 Седмица 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.
 Прп. Максима Грека.



Прп. Максима исп. Мч. Неофита. Мчч. Евгения, Кандида, Валериана и Акилы. Мц. Агнии девы. Мч. Анастасия. Сщмч. Илии пресвитера. Ктигорской и именуемой «Отрада», или «Утешение», Ватопедских икон Божией Матери.

Постный день.
 Разрешается рыба.

« Недостаточно быть добрым по естеству, нужно быть добрым по Евангелию».

Свт. Игнатий Брянчанинов

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

Их сделали знаменитыми усердие и талант

Образ замученного трудом и барщиной крепостного крестьянина прочно закрепился благодаря литературе. Русский поэт Николай Алексеевич Некрасов, писатель Александр Николаевич Радищев, публицист-революционер Александр Иванович Герцен писали о бесправии крестьян и крепостном праве. Однако история сохранила имена крепостных, которые не только смогли сделать карьеру, прославиться и стать вольными. Наша викторина – о тех, кто стал известным благодаря таланту и усердию.

1 Пётр I ценил людей не за древность рода, а за деловые качества и талант. Табель о рангах, одна из основных реформ великого царя, упорядочил сословную иерархию, стал первым проектом для роста людей незнатных, но способных и образованных. Простой солдат за счёт старания, обучения и усердной службы мог быть произведён в офицеры. Помните, в какой пьесе Николая Адуева сметливый холоп становится офицером, начав учиться за ленивого боярского сына?

- а) «Дерзкая империя».
- б) «Табачный капитан».
- в) «Холоп».

2 В 1778 году в деревне Верхние Орловского наместничества (сегодня Дятьковский район Брянской области) в семье крепостных родился сын, будущий изобретатель, создатель оригинального способа производства высококачественной инструментальной стали. Подрос и стал «дворовым человеком» помещика Рогозина. За выдающиеся достижения – предложенный метод выплавки инструментальной и штамповой стали, правительство России выкупило Семёна Ивановича из крепостной зависимости за три тысячи рублей и наградило золотой медалью на Владимирской ленте. За выплавленными по его методу сталями даже закрепились название по его фамилии. Назовите фамилию знаменитого изобретателя?

- а) Бадаев.
- б) Курганов.
- в) Лигиров.

3 Крепостной крестьянин графа Дмитрия Шереметева (того самого сына графа Николая Петровича и Параша Жемчужовой), Даниил Семёнович Бокарев родился в Тульской губернии приблизительно в 1789 году. По документам известно, что за провинность в 1805 году разлучён с семьёй и переселён в слободу Алексеевка Бирюченского уезда Воронежской губернии. Возможно, его изобретение затерялось бы, если о заслугах крестьянина не рассказал в журнале «Сельское хозяйство» за 1860 год помещик Бирючского уезда Африкан Терентьев: «...Бокарев испытал семена пробить на ручной маслобойке и, к радости своей, получил превосходное масло, какого он никогда не видывал, и какого здесь не было в продаже...». Поскольку масло было растительного происхождения, церковь признала его постным продуктом, и масло стали называть постным. Какое растительное масло получил изобретатель?

- а) Ореховое.
- б) Кукурузное.
- в) Подсолнечное.

4 Друзьями этого крепостного актёра считали себя Гоголь, Островский, Герцен, Тургенев, Некрасов. Александр Пушкин заставил актёра писать мемуары, подарив ему толстую тетрадь, на первом листе которой рукой поэта написано: «17 мая 1836. Москва. Записки актёра... Я родился в Курской губернии Обоянского уезда в селе Красном, что на речке Пенке...». Отец был управляющим имением графа Волькенштейна, и мальчик с детства бывал в господском доме и учился грамоте. Впервые увидев в семь лет театральную постановку, он просто заболел театром. Первую свою роль актёр сыграл в училище, куда его послал учиться граф. Позже поклонники были так восхищены игрой юноши, что собрали средства на выкуп актёра из неволи. В 1822 году актёр русских театров за 10 тысяч рублей стал свободным. (Жену и четверых детей выкупил сам). Кто сыграл Геродотича в «Ревизоре» и Фамусова в «Горе от ума» так, что роли на долгие годы стали эталоном актёрского искусства?

- а) Борис Борисов.
- б) Константин Станиславский.
- в) Михаил Щепкин.

ОТВЕТЫ

- 1-б. «Табачный капитан».
- 2-а. «Дерзкая империя».
- 3-в. Подсолнечное.
- 4-в. Михаил Щепкин.

ПЕРВЫЙ



14.10 «12 СТУЛЬЕВ». (0+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
 09.00 «Умницы и умники». (12+)
 09.45 «Слово пастыря». (0+)
 10.00 Новости (с субтитрами)
 10.15 **«САМОГОНЩИКИ»**. (12+)
 10.35 Премьера. «Леонид Гайдай. Все бриллианты короля комедии». (12+)
 11.40 **«КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА»**. (0+)
 13.15 «Как Иван Васильевич менял профессию». (12+)
 14.10 **«12 СТУЛЬЕВ»**. (0+)
 СССР, 1971. Комедия. В ролях: Арчил Гомиашвили, Сергей Филиппов.
 17.15 **18.20 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА»**. (0+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 19.10 «Сегодня вечером». (16+)
 20.50 **«ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС»**. (12+)
 21.00 «Время»
 21.35 «Снова вместе. Ледниковый период». Финал. (0+)
 00.15 **ПОДКАСТ.ЛАБ**. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 04.55 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5»**. (16+)
 05.35 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3»**. (16+)
 06.10 **«АКВАТОРИЯ»**. (16+)
 09.00 «Светская хроника». (16+)
 10.05 Они потрясли мир. (12+)
 10.55 **«ДОЗНАВАТЕЛЬ»**. (16+)
 18.55 **«СЛЕД»**. (16+)
 В Новобуровске убит уголовник Фёдор Чубукин. Кто-то перерезал ему горло и снял штаны. По мнению некоторых жителей Новобуровска, именно штаны составляли основную ценность Фёдора.
 00.00 «Известия. Главное». (16+)
 01.05 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА»**. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



18.00 «Привет, Андрей!» (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
 08.00 Вести.
 Местное время
 08.20 Местное время. Суббота
 08.35 «По секрету всему свету»
 09.00 «Формула еды». (12+)
 09.25 «Пятеро на одного»
 10.10 Сто к одному
 11.00 Вести
 12.00 «Доктор Мясников». (12+)
 13.05 **«ТОЛЬКО ТЫ»**. (16+)
 Ольга Беглова готовится к свадьбе с Димой Капрановым. Ольга совсем не уверена, что хочет замуж, но этот союз выгоден её отцу - Сергею Беглову. За счёт дочери он надеется поправить своё пошатнувшееся материальное положение.
 17.00 Вести
 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
 Знаменитые гости вместе с ведущим Андреем Малаховым обсуждают только хорошие новости, вспоминают самые приятные события и делятся друг с другом исключительно оптимизмом. Круг тем - разнообразный, формат - непредсказуемый. Тёплая атмосфера и песни - обязательны!
 20.00 Вести
 21.00 **«НАРИСУЙ МЕНЯ СЧАСТЛИВОЙ»**. (12+)
 00.30 **«ДОКТОР УЛИТКА»**. (12+)
 03.50 **«ЛЕШИЙ»**. (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.20 **«СКАЗКА ПРО ВЛЮБЛЕННОГО МАЛЯРА»**. (6+)
 08.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
 08.15 «Морской бой». (6+)
 09.15 **«ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...»** (12+)
 10.40 «Кремль 9». (12+)
 11.45 «Легенды музыки». (12+)
 12.10 «Легенды кино». (12+)
 13.15 «Время героев». (16+)
 13.35 «Главный день». (16+)
 14.20 «СССР. Знак качества». (12+)
 15.10 «Не факт!» (12+)
 15.35 «Война миров». (16+)
 16.25 18.25 «Великие битвы России». (16+)
 22.55 **«БАТАЛЬОНЫ ПРОСЯТ ОГНЯ»**. (12+)

ТВЦ



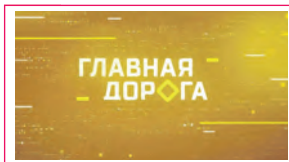
22.05 «Право знать!» (16+)

- 05.40 **«ПРИЗРАК НА ДВОИХ»**. (12+)
 07.10 «Православная энциклопедия». (6+)
 07.40 «Шутки без бороды». Юмористический концерт. (12+)
 08.40 **«ПОД ПРИЦЕЛОМ ЛЮБВИ»**. (16+)
 10.50 **11.45 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ»**. (0+)
 11.30 События
 13.10 **14.45 «КАК ИЗВЕСТИ ЛЮБОВНИЦУ ЗА 7 ДНЕЙ»**. (12+)
 14.30 События
 17.10 **«ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ»**. (12+)
 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
 22.05 «Право знать!» (16+)
 23.20 События
 23.30 «Тайная комната. Семейка Бушей». (16+)
 00.10 «90-е. Во всём виноват Чубайс!» (16+)
 00.50 Специальный репортаж. (16+)
 01.20 «Хватит слухов!» (16+)
 01.45 «Актёрские драмы. Клеймо Гайдая». (16+)
 02.25 «Актёрские драмы. Любимые, но непутёвые». (12+)
 03.05 «Актёрские драмы. Жизнь взаимы». (12+)
 03.45 «Актёрские драмы. Роль через боль». (12+)
 04.25 «10 самых...» (16+)
 04.55 «Николай и Лилия Гриценко. Отверженные звёзды». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 14.05 «Большая страна»
 06.50 «Книжные аллеи». (12+)
 07.20 «Мультфильмы». (0+)
 09.00 10.05 ОТражение
 09.30 15.05 «Календарь». (12+)
 10.00 11.45 15.00 19.00 Новости
 11.50 «Коллеги». (12+)
 12.30 16.00 «Конструкторы будущего». (12+)
 12.45 «Спящая красавица». Спектакль. (12+)
 15.30 «Потомки». (12+)
 16.15 «Свет и тени». (12+)
 16.40 «Хроники быта». (12+)
 17.00 «Мозг». (12+)
 17.25 «История одного преступления». (12+)
 17.45 **«У ТИХОЙ ПРИСТАНИ»**. (12+)
 19.05 «Очень личное». (12+)
 19.45 **«КВАРТЕТ»**. (12+)
 21.20 **«КОРОЛЕВСКИЙ РОМАН»**. (16+)
 23.35 **«СЕРДЦЕ МИРА»**. (18+)

НТВ



10.20 «Главная дорога». (16+)

- 04.55 **«СТАЖЁРЫ»**. (16+)
 07.25 «Смотр». (0+)
 08.00 «Сегодня»
 08.20 «Поедем, поедим!» (0+)
 09.20 «Едим дома». (0+)
 10.00 «Сегодня»
 10.20 «Главная дорога». (16+)
 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
 13.00 «Научное расследование Сергея Малозёмова». (12+)
 15.00 «Своя игра». (0+)
 16.00 «Сегодня»
 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
 17.00 «Следствие вели...» (16+)
 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
 21.20 «Секрет на миллион». (16+)
 Героями нового выпуска ток-шоу «Секрет на миллион» станут дети звёзд российской эстрады.
 23.15 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (16+)
 23.55 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
 01.25 «Дачный ответ». (0+)
 02.15 **«ДЕМОНЫ»**. (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
 06.20 17.20 «ГОСТ шоу». (12+)
 06.40 12.50 19.15 «The City прямо». (12+)
 06.55 08.55 09.55 10.55 11.55 12.55 13.55 14.55 15.55 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)
 13.45 «Доктор 24». (12+)
 14.30 «The City. Едим». (12+)
 15.25 22.25 «Специальный репортаж». (12+)
 16.30 23.20 «Сделано в Москве». (12+)
 18.15 «Москва сегодня». (16+)
 18.45 «Московский спорт». (12+)
 20.30 00.15 «The City». (12+)
 21.25 «Откройте, Давид». (16+)
 01.15 «Дайджест «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



22.00 «Агора»

- 06.30 «Библейский сюжет»
 07.05 «Дюймовочка»
 07.35 **«ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ»**
 09.05 «Мы - грамотеи!»
 09.45 **«ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ»**
 11.20 «Земля людей»
 11.50 «Эрмитаж»
 12.20 Черные дыры. Белые пятна
 13.00 «Эффект бабочки»
 13.30 «Эйнштейны от природы»
 14.20 «Рассказы из русской истории»
 15.40 Церемония вручения VIII Всероссийской премии «За верность науке»
 18.05 «Эдит Утесова. Жизнь в ритме JAZZ»
 18.45 **«КРЕСТНЫЙ ОТЕЦ»**
 США, 1974-2007 гг. Криминальная драма. В ролях: Аль Пачино, Роберт Дювалл, Дайан Китон. Для представителей гангстерского клана дон Корлеоне и его сына не существует моральных преград на пути достижения поставленных целей. Семейное дело переходит к Майклу.
 22.00 **«АГОРА»**
 23.00 **«ЖИЗНЬ - ЭТО РОМАН»**
 00.50 «Танцуй, дерись, люби, умирай. В дороге с Микисом Теодоракисом»
 02.25 «Мультфильмы»
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «МузейОн». (12+)
 06.00 «Быстрые деньги». (12+)
 06.30 «Основатели». (12+)
 08.00 23.00 «Будни»
 09.00 «Простая медицина». (12+)
 10.00 11.10 «Вкусно 360». (12+)
 11.00 12.00 14.00 15.00 16.00 18.00 20.00 «Новости 360»
 11.05 16.05 18.05 «Погода 360»
 12.30 «Внимание! Еда!» (12+)
 13.30 «Поездка со вкусом». (12+)
 14.05 15.05 16.10 17.10 18.10 «Открытие Китая». (12+)
 18.20 19.05 20.30 21.20 22.05 «Невероятная наука-2». (12+)
 00.00 «Польский след». (16+)
 01.45 «ЧП 360». (16+)
 01.55 «Дорога памяти». (12+)
 02.20 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)

СТС



12.05 «Angry Birds в кино». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 06.05 «Фиксики». (0+)
 06.25 «Мультфильмы». (0+)
 06.45 «Три кота». (0+)
 07.30 «Отель «У овечек». (0+)
 08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
 08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
 09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
 10.00 **«СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ»**. (12+)
 Германия - США, 2001 г. Комедия. В ролях: Дженнифер Лопез, Мэттью МакКонахи.
 12.05 «Angry Birds в кино». (6+)
 14.00 «Angry Birds-2 в кино». (6+)
 15.55 **«ЧЕЛОВЕК-ПАУК»**. (12+)
 18.20 **«ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2»**. (12+)
 США, 2004 г. Фантастический боевик. В ролях: Тоби Магуайр, Кирстен Данст, Джеймс Франко. Прошло два года. Питер Паркер пытается балансировать на грани двух своих жизней: супергероя Человека-паука и обычного студента колледжа.
 21.00 **«ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3. ВРАГ В ОТРАЖЕНИИ»**. (12+)
 23.50 **«ЗНАМЕНИЕ»**. (16+)
 02.05 «6 кадров». (16+)
 04.55 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 07.15 07.55 08.30 16.05 17.30 19.55 21.30 23.30 «Мой район». (16+)
 06.50 «Это было смешно». (12+)
 08.05 «Тайны души». (12+)
 08.45 **«ИВАН ДА МАРЬЯ»**. (0+)
 10.10 **«ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ»**. (12+)
 12.10 01.50 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
 13.00 **«ЗАПИСКИ ЭКСПЕДИТОРА ТАЙНОЙ КАНЦЕЛЯРИИ»**. (16+)
 16.15 **«ПРОСТО САША»**. (16+)
 17.40 **«ДОСТОЯНИЕ РЕСПУБЛИКИ»**. (12+)
 20.10 **«ЗАПАСНОЙ ИГРОК»**. (6+)
 21.40 **«ДЕЖА ВЮ»**. (16+)
 23.40 **«ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ»**. (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
 14.30 «СОВБЕЗ». (16+)	 21.00 «Конфетка». (16+)	 04.15 Мистические истории. (16+)	 22.00 «+100500». (16+)	 10.05 «Команда МАТЧ». (0+)	 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
05.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 07.00 «С бодрым утром!». (16+) 08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+) 09.00 «Минтранс». (16+) 10.00 Самая полезная программа. (16+) 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 14.30 «СОВБЕЗ». (16+) 15.30 «Документальный спецпроект». (16+) 17.00 «Засекреченные списки». (16+) 18.00 «ВЕДЬМИНА ГОРА». (12+) США, 2009 г. Приключенческий боевик. 20.00 «ПОСЛЕЗАВТРА». (12+) 22.15 «ВОЙНА МИРОВ». (16+) 00.30 «НОЧЬ СТРАХА». (16+) 02.15 «ДРУГОЙ МИР: ВОЙНЫ КРОВИ». (18+) 03.35 «Тайны Чапман». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 08.55 «Модные игры». (16+) 09.30 «Однажды в России». (16+) 13.00 «ЖУКИ». (16+) Марафон первого сезона сериала о трёх московских айтишниках, которые попадают в глухую деревню. Никита, Денис и Артемий должны продать свое приложение TWIN на крупном IT-форуме. 21.00 «Конфетка». (16+) Премьера! Шоу «Конфетка» соберёт непрофессиональных музыкантов и поможет их пока ещё не признанным шедеврам по-настоящему зазвучать. 23.00 «Женский стендап». (18+) 00.00 «ТРИНАДЦАТЬ ДРУЗЕЙ ОУШЕНА». (16+) 02.10 «Импровизация». (16+) 03.45 «Comedy Баттл». (16+) 05.20 «Открытый микрофон». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.15 «Старец». (16+) 12.30 «В ОСАДЕ». (16+) 14.30 «В ОСАДЕ: ТЕМНАЯ ТЕРРИТОРИЯ». (16+) 16.45 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+) 19.00 «ЗЕЛЕНАЯ МИЛЯ». (16+) США, 1999 г. Драма. В ролях: Том Хэнкс, Дэвид Морс, Бонни Хант. 1935 год, федеральная тюрьма штата Луизиана. Пол Эджкомб служит надзирателем в тюрьме «Холодная гора», в отделении, где содержатся заключённые, приговорённые к смерти на электрическом стуле. Доски в коридоре этого блока выкрашены в зелёный цвет. 23.00 «ЖАЖДА СМЕРТИ». (18+) 01.15 «ДВОЙНОЙ КОПЕЦ». (16+) 02.45 «ФАР КРАЙ». (16+) 04.15 Мистические истории. (16+) 05.45 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Улётное видео. (16+) 06.15 Идеальный ужин. (16+) 08.00 Утилизатор. (16+) 11.00 КВН ярче. (16+) 13.00 Большой кэш. (16+) Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность: есть гусениц, лежать в ванне со змеями... 15.00 Улётное видео. (16+) 18.00 КВН ярче. (16+) 20.00 Большой кэш. (16+) 22.00 «+100500». (16+) Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для ЧЕ. 00.50 Рюкзак. (16+) 01.35 Улётное видео. Лучшее. (16+) 04.00 Идеальный ужин. (16+)	06.00 «Есть тема!». (16+) 07.00, 10.00, 12.10, 22.35, 03.20 Новости 07.05, 12.15, 19.00, 21.30, 00.45 Все на Матч! 10.05 «Команда МАТЧ». (0+) 10.20 «Баба Яга против!» (0+) 10.30 «Бросок в прыжке: история Кенни Сейлорса». (12+) 13.00 Лыжные гонки. Матч ТВ. Гонка звезд. Пр.тр. 14.25 Баскетбол. «Матч звезд АСБ-2023». Пр.тр. 16.25 Лыжный спорт. Акробатика. «Кубок чемпионов». Пр.тр. 17.25 Гандбол. «Ростов-Дон» - «Кубань». Чемпионат России. OLIMPBET Суперлига. Пр.тр. 19.25 Волейбол. «Зенит» - «Зенит-Казань». Чемпионат России. Pari Суперлига. Пр.тр. 22.40 Футбол. Чемпионат Италии. Пр.тр. 01.20 Баскетбол. (0+)	06.30 «МЕЛОДИЯ ЛЮБВИ». (16+) 08.20 «НОВАЯ ЖЕНА». (16+) 10.30 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (16+) Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Вера Шлак, Максим Щеголев. Успешная и красивая Анна Кольцова добилась в жизни всего, о чём можно было только мечтать. Успех, слава, любимая работа, муж, поклонники, друзья. 18.45 Скажи, подруга. (16+) 19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+) 22.20 «И РАСЦВЕЛ ПОДСОЛНУХ...» (16+) Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Дарья Щербакова, Анатолий Руденко. Лена Цветкова работает ассистенткой знаменитого хирурга Лазарева. 02.00 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (16+) 05.20 «6 кадров». (16+) 05.40 «Предсказания-2023». (16+)

ЧИСЛОВОЙ КРОССВОРД

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

4	5	6	5	11	18		6		4		6		
3		5		4		6	10	7	5	16	5	9	
8	23	9	11	10	1	Ш	7		3		12		
4		14		20	2	Е	12	11	15	5	12	11	18
12	11	5	4		3	Л	10	7			2		
10		16	5	4	4	К	24		14	13	3	3	10
	4		15		5	О	22	21	11		18		
11	7	13	17	2	6	П	12	9		9		12	
	13		2		7	Р	12	2	4	7	2	11	
12	11	2	6	15	8	Я	4		7		10		7
	13		17		9	Д	14	13	19	2	15	13	2
5	4	7	13	4		10		4		4		3	
	10		8		25	12	11	10	4	10	9	10	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	

По горизонтали: Копоть. Пароход. Ягдташ. Честность. Сток. Хокку. Вилла. Быт. Трицепс. Секрет. Степняк. Движение. Окрик. Эстакада.

По вертикали: Клякса. Подвох. Ткач. Парта. Колорит. Постель. Шелкопряд. Концепция. Выдержка. Критика. Дранка. Стрела. Квас.

Нам 18 лет

СТОМАТОЛОГИЯ

www.dento-lux.ru «ДЕНТО-ЛЮКС»

ВСЬ СПЕКТР УСЛУГ

Лечение зубов под микроскопом
Лазерная стоматология
Лечение ультразвуковым аппаратом Вектор

Рег. уд. №ФСЗ 2010/06682 от 14.08.2018 г.

ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»

ИМПЛАНТ DENTIUM + ЦИРКОНИЕВАЯ КОРОНКА

ТОЛЬКО ДО 28.02.2023!!! 36 000 р.

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Пломба светоотверждаемая Composite.....**950 р.**
- Металлокерамическая коронка Дисега под «ключ» (ед.).....**4500 р.**
- Съёмный протез (отечественный) под «ключ».....**9900 р.**
- Панорамный рентген.....**470 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D.....**2500 790 р.**

*АКЦИЯ ДО 28.02.2023. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!

м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
 м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
 м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27
 м. «Проспект Мира», Олимпийский проспект, д. 22, (495) 181-01-01
 ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО 77-01-020888 15 декабря 2020 года

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Волейбол. (0+) **07.50, 10.00, 13.20, 15.50** Новости **07.55** Здоровый образ. Хоккей. (12+) **08.25** Лица страны. Константин Игрок. (12+) **08.40** Страна смотрит спорт. (12+) **09.10, 10.05** Прыжки в воду. Кубок России. Трансляция из Пензы. (0+) **11.00** Влюбленные в паруса. (16+) **11.15** Баскетбол. «Матч звезд АСБ 2023». Женщины. Прямая трансляция из Красноярска **13.25** Наследники Ярыгина. (12+) **13.45** Спорт. Истоки. (12+) **14.00** Гала-концерт звезд мировой сцены и сборной России по художественной гимнастике. (0+) **15.55** Гандбол. Чемпионат России. ОЛИМПЕТ Суперлига. Женщины. ЦСКА – «Динамо-Синара» (Волгоград). Прямая трансляция

17.30 Лыжные гонки. Матч ТВ Гонка звезд. Трансляция из Москвы. (0+) **18.55** Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Женщины. «Локомотив» (Калининградская область) – «Тулица» (Тульская область). Прямая трансляция **21.00** Что по спорту? Челябинск. (12+) **21.30** Лыжный спорт. Фристайл. Акробатика. «Кубок чемпионов». Трансляция из Красноярска. (0+) **22.30** Баскетбол. «Матч звезд АСБ 2023». Мужчины. Трансляция из Красноярска. (0+) **00.30** Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Мужчины. «Зенит» (Санкт-Петербург) – «Зенит-Казань». (0+) **02.20** Многоборцы. (12+) **02.40** Гандбол. Чемпионат России. ОЛИМПЕТ Суперлига. Женщины. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) – «Кубань» (Краснодар). (0+) **04.00** Баскетбол. «Матч звезд АСБ 2023». Женщины. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Золотая лихорадка. (16+) **06.30** PRO-новости. (16+) **06.50** Плейлист. Зима. (16+) **07.30** Ждите ответа. (16+) **08.30** PRO-новости. (16+) **08.50** МузГорДвиж. (16+) Проект-афиша о самых актуальных событиях индустрии развлечений по всей стране на ближайшую неделю. **09.00** #НАМУЗТВ. (16+) **10.00** Моя волна. (16+) **11.00** WEB чарт. (16+)

12.00 PRO-новости. Лучшее. (16+) **12.30** Хит-сториз. На-На «Фанина». (16+) **13.00** Top-30. Русский плейлист недели. (16+) **15.00** 10 самых! (16+) **15.30** Хиты по-русски. (16+) **16.00** Кошмаром по жизни: фобии звезд. (16+) **17.00** DFM - Dance chart. (16+) **18.00** Плейлист. Зима. (16+) **19.00** Песня года-2021. (16+) **22.00** Танцпол. (16+) **01.00** Лайкер. (16+) **03.00** Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00 «Грузовичок Лева». (0+) **08.00** «Маша и Медведь». (0+) **09.00, 21.00** «Барбоскины». (0+) **11.00** «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+) **12.00** «Сказочный патруль. Хроники чудес. Несмешная история». (0+) **12.05** «Кошечки-собачки. Спаси дерево». (0+) **13.00** «Друзья на все времена. «Зима в Простоквашино» (6+), «Дед Мороз и лето» (6+), «Волшебное кольцо»». (0+) **14.00** МУЛЬТсюрприз. (0+) **18.00** «Простоквашино». (0+) **19.00** МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Хроники чудес. Несмешная история», «Ник-изобретатель. День взвешивания», «Кошечки-собачки. Спаси дерево». (0+) **19.20** «Ми-Ми-Мишки». (0+) **20.00** «Лунтик». (0+) **20.25** «Маша и Медведь». (0+) **20.55** «Машини сказки». (0+) **21.30** «Ник-изобретатель. День взвешивания». (0+) **22.00** МУЛЬТсюрприз. (0+)

О!

05.00 «Меня зовут Не-Не». (0+) **06.30** О! Музыка! (0+) **07.00** «Жужжалка». (0+) **07.05** «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+) **08.00** «Царевны». (0+) **09.40** «Что в тарелке?» (0+) **10.00** О! Кино! «Большое путешествие». (6+) **11.20, 02.00** «Смарт и чудо-сумка». (0+) **12.00, 00.30** «Команда Флоры». (0+) **13.30, 22.30** «Отель у овец». (0+) **14.00** «Три кота». (0+) **15.50** «Ум и Хрум». (0+) **16.00** «Magic English». (0+) **16.20** «Оранжевая корова». (0+) **18.00** «Ничего себе имя!». (0+) **18.30** О! Кино! «Тру и Радужное королевство. Зимние желания», «Казулс» (0+) **19.40** «Приключения Ам Намы». (0+) **20.00** «Фиксики». (0+) **23.00** «Смешарики». (0+) **02.10** «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+) **02.30** «Школьный автобус Гордон». (0+) **03.20** «Турбозавры». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Барбоскины». (0+) **06.55** «Чик-зарядка». (0+) **07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+) **07.30** «Чик-зарядка». (0+) **07.35** «Черепашки». (0+) **09.00** «Съедобное или несъедобное». (0+) Сегодня на кухне - повар и сочинитель Ева! Как появляются на свет динозавры, что едят лошади, и чем можно сушить лапу? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!» **09.20** «Морки Дорки». (0+) **09.45** «ДиноСити». (0+) Комедийный мультсериал о жизни города динозавров и его обитателей. **11.05** «Волшебная кухня». (0+) Малышка Майя приглашает вас на волшебную кухню! **12.55** «Смешарики. Новые приключения». (0+) **15.00** «За секунду до счастья!» (0+) Мы познакомимся с разными домашними животными, узнаем об их особенностях и повадках. Расскажем, чем кормить и как ухаживать, а заодно проверим твои знания и наблюдательность. **15.30** «Ералаш». (6+) **16.50** «Приключения Буратино». (0+) **18.00** «Три кота». (0+) Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компола и их младшей сестренки Карамельки. **20.30** «Спокойной ночи, малыши!» (0+) **20.45** «Маша и Медведь». (0+) **22.50** «Герои Гуджитсу». (6+) **23.00** «Рикки-Тикки-Тави». (0+) **23.20** «Котенок сулицы Лизюкова». (0+) **23.30** «Ёжик в тумане». (0+) **23.40** «Мы с Шерлоком Холмсом». (0+) **23.50** «Катерок». (0+) **00.05** «Дикие приключения Блики Билла». (6+) **01.05** «Новаторы». (6+) **02.00** «Навигатор. У нас гости!» (0+) **02.10** «Мальшарики». (0+) **03.35** «Супер Ралли». (0+) **04.45** «Каша-малаша». (6+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 14.00, 22.00 «Белка и Стрелка: Карибская тайна». (6+) **07.15, 15.15, 23.15** «Конь Юлий и большие скачки». (6+) **08.35, 16.35, 00.35** «Садко». (12+) **09.55, 17.55, 01.55** «Урфин Джус и его деревянные солдаты». (12+) Коварный и злобный Урфин Джус решил стать повелителем Волшебной страны, захватить Изумрудный город и переименовать его в Урфинград. Он уже готовится праздновать победу, но в дело вмешивается самая обычная девочка Элли, которая оказалась в Волшебной стране в самое подходящее время. Ей очень нужно вернуться домой, но прежде она должна помочь своим друзьям победить Урфина и его армию. **11.25, 19.25, 03.25** «Урфин Джус возвращается». (12+) **12.45, 20.45, 04.45** «Принцесса и дракон». (12+)

СОЛНЦЕ

05.00 «Буба». (0+) **09.00** «Робин Гуд: Проказник из Шервудда». (6+) **09.55** «Ералаш». (6+) **11.55** «РОДИТЕЛИ». (12+) **13.55** «Простоквашино». (0+) **18.00** «Упс... Ной уплыл!» (6+) **19.30** «Упс... Приплыли!» (6+) Уже 147 дней звери спасаются от Всемирного потопа на ковчеге. Запас продовольствия подходит к концу, и хищники начинают заглядываться на травоядных. Единственное спасение - найти сушу, где всем хватит места и еды. Когда герои обнаруживают подходящий остров, оказывается, что местные жители совсем не рады такой толпе гостей. **21.00** «Замбезия». (6+) **22.30** «СУПЕРБОБОВЫ». (12+) **00.10** «СУПЕРБОБОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+) **01.40** «Ералаш». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

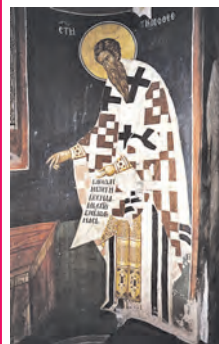
СПАС

05.00 День Патриарха. (0+) **05.10** «ДАЛЕКО ОТ МОСКВЫ». (0+) **07.10** Пилигрим. (6+) **07.45, 08.45, 04.35** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+) **08.30, 04.20** Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+) **09.25** Простые чудеса. (12+) **10.15** В поисках Бога. (6+) **10.50** Расскажи мне о Боге. (6+) **11.20** Пилигрим. (6+) **11.55** Святые России. (6+) **13.00, 13.35, 14.05** Лики Богородицы. (0+) **14.40** «ПРОСТИ МЕНЯ, АЛЕША». (12+) **16.30** «ИХ ЗНАЛИ ТОЛЬКО В ЛИЦО». (12+)

18.20 «ОДНОЛЮБЫ». (0+) СССР, 1982 г. **19.55** Святые России. (6+) **21.00** Русский мир. (12+) **22.00** Простые чудеса. (12+) **22.50, 03.20** Профессор Осипов. (0+) **23.25** Пилигрим. (6+) **23.55** Война и Библия. (16+) **00.25** «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+) **01.25** День Патриарха. (0+) **01.40** Преподобный Кирилл Белозерский. Цикл: День Ангела. (0+) **02.10** Расскажи мне о Боге. (6+) **02.40** Простые чудеса. (12+) **03.50** День Ангела. Священномученик Петр (Полянский). (0+)

Православный календарь

4 февраля
Седмица 34-я по Пятидесятнице. Глас 8.
Ап. Тимофея.



Прмч. Анастасия Персиянина. Прп. Макария Жабьинского, Беллевского, чудотворца. Мчч. Мануила, Георгия, Петра, Леонтия епископов, Сиония, Гавриила, Иоанна, Леонта, Парода пресвитера и прочих 377. Прмч. Анастасия, диакона Печерского. Сщмчч. Иоанна и Евфимия пресвитеров.

Поста нет.

« Чем больше будем делать добра, тем меньше будем говорить о себе. Таким образом можем приобрести величайшую славу у Бога и у людей... и награду, и великое воздаяние».

Свт. Иоанн Златоуст

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

30 января	Восход: 8 ч. 25 м. Заход: 17 ч. 00 м. Долгота дня: 8 ч. 35 мин.	
31 января	Восход: 8 ч. 23 м. Заход: 17 ч. 02 м. Долгота дня: 8 ч. 39 мин.	
1 февраля	Восход: 8 ч. 23 м. Заход: 17 ч. 02 м. Долгота дня: 8 ч. 39 мин.	
2 февраля	Восход: 8 ч. 21 м. Заход: 17 ч. 04 м. Долгота дня: 8 ч. 43 мин.	
3 февраля	Восход: 8 ч. 19 м. Заход: 17 ч. 06 м. Долгота дня: 8 ч. 47 мин.	
4 февраля	Восход: 8 ч. 17 м. Заход: 17 ч. 08 м. Долгота дня: 8 ч. 51 мин.	
5 февраля	Восход: 8 ч. 15 м. Заход: 17 ч. 11 м. Долгота дня: 8 ч. 56 мин.	

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 30 ЯНВАРЯ ПО 5 ФЕВРАЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

30 ЯНВАРЯ
В 1790 году впервые была испробована на море спасательная шлюпка. В 1930 году в СССР был запущен в свободный полет первый в мире радиозонд. **31 ЯНВАРЯ**
В 1714 году по приказу Петра I был создан «Государев Кабинет» – Кунсткамера (сегодня – Музей антропологии и этнографии Российской академии наук). **1 ФЕВРАЛЯ**
В 1865 году А. Линкольн подписал резолюцию конгресса о внесении 13-й поправки в Конституцию США, отменившую рабство. **2 ФЕВРАЛЯ**
В 1701 году Петром I был издан указ, положивший начало Балтийскому флоту.

3 ФЕВРАЛЯ
В 1565 году Иван Грозный учредил опричнину. В 1966 году советская станция «Луна-9» впервые в мире осуществила мягкую посадку на Луну. **4 ФЕВРАЛЯ**
В 1722 году Пётр I своим указом утвердил «Табель о рангах». В 1931 году в Курске начала работу первая в России ветроэлектростанция. В 1944 году Освальд Эйвери доказал, что носителем наследственной информации является ДНК. **5 ФЕВРАЛЯ**
В 1912 году в Москве открылась первая выставка Общества художников «Бубновый валет». В 1928 году впервые искусственным путем Адольф Виндаус получил витамин D.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

30 ЯНВАРЯ. Антоний, Виктор, Павел.
31 ЯНВАРЯ. Александр, Владимир, Кирилл, Мария, Михаил, Сергей.
1 ФЕВРАЛЯ. Арсений, Макарий, Николай, Феодор.
2 ФЕВРАЛЯ. Инна, Римма.
3 ФЕВРАЛЯ. Анна, Евгений, Илия, Максим.
4 ФЕВРАЛЯ. Георгий, Иоанн, Пётр, Тимофей.
5 ФЕВРАЛЯ. Геннадий, Евдокия, Екатерина.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

30 ЯНВАРЯ ■ День Деда Мороза и Снегурочки
31 ЯНВАРЯ ■ Международный день ювелира
■ Международный день без интернета
1 ФЕВРАЛЯ ■ День работника лифтового хозяйства в России ■ Международный день десерта
2 ФЕВРАЛЯ ■ День воинской славы – День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943 г.)
3 ФЕВРАЛЯ ■ Международный день нежности
■ День борьбы с ненормативной лексикой
4 ФЕВРАЛЯ ■ Международный день человеческого братства
5 ФЕВРАЛЯ ■ День эрудита ■ Всероссийский день памяти дипкурьеров, погибших при исполнении служебных обязанностей

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Тимофеевский мороз ползимы с собой унёс

30 января считалось дождливое лето, а сильный ветер – что весь год будет сырым. Ясная зоря **3 февраля**, в день Максима-утешителя, предвещала морозы. Про **4 февраля**, день Тимофея-полузимника, говорили: «Тимофеевский мороз ползимы с собой унес». На Тимофея было принято смотреть на оконные стекла: если они запотевают – скоро потеплеет, а если появляются узоры – холода продлятся долго. В день Агафия-полухлебника, **5 февраля**, наблюдали за птицами: утром синица кричит – к морозу, утки и гуси в снегу купаются – к оттепели. **2 февраля**, в Ефимов день, наблюдали за погодой в полдень: яркое солнце указывало на



Примета: жена вышла из дома – к затратам.

ТЕЛЕК

Газета «ТЕЛЕК пресса.ру». Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 – 77734 от 29.01.2020 г. Издается с февраля 2012 года



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

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru
Менеджер по подписке ГРИШИНА И.А. Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru

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

04 (573). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 24.01.2023 г., фактическое: 01.00 час. 24.01.2023 г. Дата производства: 24.01.2023 г. Дата выхода в свет 25.01.2023 г. Тираж 734 800. Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 207. Выходит во всех областях ЦФО. Общий тираж 844 650. Сайт газеты telek.kardos.media
Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объем 5 пл. Рекомендованная розничная цена 31 рубль.
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Копирование без указания источника запрещено. Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО Сервис ТВ.

ПЕРВЫЙ



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

- 06.00 Новости
06.10 «Как Иван Васильевич менял профессию». (12+)
07.00 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.45 «Часовой». (12+)
08.15 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
09.40 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Премьера. «Жизнь своих». (12+)
11.10 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Видели видео?» (0+)
13.25 «СТАЛИНГРАД». (12+)
СССР, 1989 г. Драма. В ролях: Пауэрс Бут, Любомира Лауцявичюс. Конец весны 1942 года. На советско-германском фронте временное затишье.
17.00 Премьера. «Добровольцы». Специальный репортаж. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Три аккорда». Новый сезон. (16+)
21.00 «Время»
22.35 «КОНТЕЙНЕР». (16+)
23.30 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)
06.40 «ХОЛОСТЯК». (16+)
10.20 «БЕЗ ПРИКРЫТИЯ». (16+)
Россия, 2022 г. Детектив. В ролях: Михаил Тарабукин, Нодар Джанелидзе, Оксана Скаун, Алина Марфина. В основе сюжета история двух братьев близнецов. Один - первоклассный вор Богдан Вольнов, любит свободу и живет по понятиям. А второй, Григорий - оперативник в полиции. Карьера не сложилась, коллеги им помыкают, «друзья» кидают на деньги...
13.55 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ». (16+)
17.40 «СЛЕД». (16+)
01.25 «НЕПОКОРНАЯ». (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым».

- 06.15 «ОДНАЖДЫ И НАВСЕГДА».** (16+)
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
12.00 Большие перемены
13.05 «ТОЛЬКО ТЫ». (16+)
Макс, раненный при побеге, умирает. Андрей возвращается в город. Беглов, узнав о том, что Андрей сбежал из тюрьмы, бросает все силы на его поиски. За Андреем также охотятся люди Крона.
17.00 Вести
18.00 «Песни от всей души». (12+)
В гостях у Андрея Малахова за одним большим столом собираются его новые герои: таланты-самородки, кому есть чем гордиться и поразить страну. В теплой дружеской обстановке они расскажут о своих мечтах, семьях, детях, бабушках и дедушках.
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым. (12+)
01.30 «Тушенка. Солонина. Разведка». (12+)
02.20 «ОДНАЖДЫ И НАВСЕГДА». (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.35 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...»** (12+)
07.15 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ». (12+)
09.00 «Новости недели». (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
10.45 «Скрытые угрозы». (16+)
11.30 «Код доступа». (12+)
12.20 «Легенды армии». (12+)
13.05 «Спецрепортаж». (16+)
13.55 «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ». (16+)
18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
19.40 «Легенды советского сыска». (16+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...» (12+)

ТВЦ



13.45 «Москва резиновая». (16+)

- 05.50 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ».** (0+)
07.30 «ДАЛЬНОБОЙЩИК». (16+)
09.10 «Здоровый смысл». (16+)
09.40 «СОНАТА ДЛЯ ГОРНИЧНОЙ». (12+)
11.30 События
11.45 «Петровка, 38». (16+)
11.55 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». (12+)
13.45 «Москва резиновая». (16+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Что бы это значило?» Юмористический концерт. (12+)
16.50 «ЖЕНА ШТИРЛИЦА». (16+)
18.40 «ВЫБИРАЯ СЕБЯ». (16+)
Россия, 2019 г. Мелодрама. В ролях: Дмитрий Пчела, Надежда Бахтина. Ольга замужем за директором крупной госкомпании Кириллом Смирновым. Она очень счастлива: любящий муж, двое детей, уверенность в завтрашнем дне.
22.25 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (12+)
События
01.05 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (12+)
01.55 «Петровка, 38». (16+)
02.05 «НА ОДНОМ ДЫХАНИИ». (16+)
05.00 «Закон и порядок». (16+)
05.30 Московская неделя. (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 14.05 «Большая страна». (12+)
06.50 «Книжные аллеи». (12+)
07.30 «Мультфильмы». (12+)
09.00 10.05 ОТРажение
09.30 15.05 «Календарь». (12+)
10.00 11.45 15.00 19.00 Новости
11.50 «На приеме у главного врача». (12+)
12.30 «Отчий дом». (12+)
12.45 «Спящая красавица». Спектакль. (12+)
15.30 «Потомки». (12+)
16.00 «Песня остаётся с человеком». (12+)
16.15 «Моя история». (12+)
17.00 «Мозг». (12+)
17.25 «КИТАЙСКИЙ СЕРВИЗ». (12+)
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
19.45 «Вспомнить всё». (12+)
20.15 «ЛЕВ». (16+)
22.15 «Я - КУБА». (12+)

НТВ



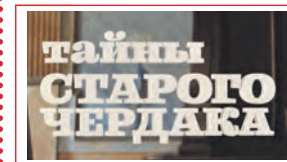
10.20 «Первая передача». (16+)

- 04.50 «СТАЖЁРЫ».** (16+)
06.30 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
11.55 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
Популярные капли для носа, которые прописывает каждый второй терапевт, токсичны и опасны для здоровья? А любимое народное лекарство «от ста бед» алоэ содержит природный канцероген? Чем лечить насморк, который в этом году особенно приставуч? Об этом расскажет Олег Солнцев в новом выпуске «НашПотребНадзор».
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.20 «Звезды сошлись». (16+)
21.45 «Основано на реальных событиях». (16+)
00.30 «ДЕМОНЫ». (16+)
Демон ищет ожерелье, похищенное Мажором.
04.25 «Их нравы». (0+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
06.40 12.45 19.15 «The City прямо». (12+)
06.55 08.55 09.55 10.55 11.55 12.55 13.55 14.55 15.55 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)
13.15 «Сделано в Москве». (12+)
13.45 «Московский спорт». (12+)
14.30 «ГОСТ шоу». (12+)
15.30 21.25 «Москва сегодня». (16+)
17.20 20.30 23.20 03.20 «The City. Едим». (12+)
18.15 00.15 «Специальный репортаж». (12+)
22.25 05.30 «Дайджест «Рейд 112»». (16+)
01.15 «Откройте, Давид». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



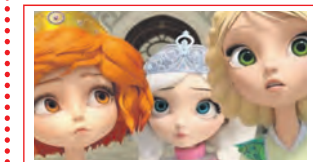
09.25 Тайны старого чердака

- 06.30 «Мультфильмы»
07.50 «ЦВЕТЫ ЗАПОЗДАЛЫЕ».
09.25 Тайны старого чердака
09.55 00.30 Диалоги о животных
10.35 01.10 «СЕМЬ НЯНЕК».
11.50 «Невский ковчег. Теория невозможного»
12.20 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
13.05 «Ирина Колпакова. Балерина - Весна»
13.45 Спектакль «Спящая красавица»
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
17.10 «Первые в мире»
17.25 «Пешком...»
17.55 Ирина Винер представляет. Ильдар Абдразаков и звезды мировой художественной гимнастики
19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
20.10 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ».
СССР, 1987 г. Приключенческая музыкальная комедия. В ролях: А. Миронов, Н. Караченцов. На Диком Западе появляется первый кинематографист мистер Фест...
21.45 «Дуэлянтки»
22.35 «ТАТУИРОВАННАЯ РОЗА».
02.25 «Лабиринт. Подвиги Тесея». «Дождливая история»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 17.00 «Будни»
06.00 «Быстрые деньги». (12+)
06.30 «Личное дело». (12+)
07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 «Звезды-работяги». (12+)
11.00 12.00 15.00 16.00 20.00 «Новости 360»
11.05 16.05 18.00 «Погода 360»
11.10 «Вкусно 360». (12+)
12.30 «Внимание! Еда!» (12+)
13.40 «Тет-а-тет с Марусей». (12+)
14.10 15.05 16.10 «Зима в Подмоскovie». (12+)
18.05 19.00 20.30 21.20 22.10 23.00 «Невероятная наука-2». (12+)
19.50 23.50 «ЧП 360». (16+)
00.00 «Итоги недели»
01.00 «Атмосферная история». (12+)
03.20 «Прогулка». (12+)

СТС СТС



07.30 «Царевны». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.30 «Царевны». (0+)
07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
08.55 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)
11.20 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+)
США, 2004 г. Фантастический боевик. В ролях: Тоби Магуайр, Кирстен Данст, Джеймс Франко. Прошло два года. Питер Паркер пытается балансировать на грани двух своих жизней: супергероя Человека-паука и обычного студента колледжа.
14.00 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3. ВРАГ В ОТРАЖЕНИИ». (12+)
16.45 Премьера! «Стражи терракоты». (12+)
19.00 «Камуфляж и шпионаж». (6+)
21.00 «МАРСИАНИН». (16+)
США - Великобритания, 2015 г. Фантастическая драма. В ролях: Мэтт Дэймон, Джессика Честейн, Чиветель Эджиофор. Земная экспедиция «Арес-3», высадившаяся на Марсе, попадает в пещаную бурю. Астронавты вынуждены экстренно эвакуироваться.
23.55 «ЖИВОЕ». (18+)
01.50 «6 кадров». (16+)
04.55 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)
06.05 06.25 07.05 08.00 16.05 17.45 20.10 22.20 23.45 «Мой район». (16+)
06.35 «Это было смешно»
07.15 «Юмор на все времена»
08.10 «ЗАПАСНОЙ ИГРОК». (6+)
09.35 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
11.20 «Кинодача». (12+)
12.10 02.20 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
13.00 «ЗАПИСКИ ЭКСПЕДИТОРА ТАЙНОЙ КАНЦЕЛЯРИИ». (16+)
16.15 «ИВАН ДА МАРЬЯ». (0+)
17.55 «ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ». (12+)
20.20 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)
22.30 «ПРОСТО САША». (16+)
23.55 «ДОСТОЯНИЕ РЕСПУБЛИКИ». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)	21.00 «Это миниатюры». (16+)	03.30 «ТРИНАДЦАТЬ». (16+)	00.45 Рюкзак. (16+)	17.25 Футбол. Чемпионат Германии.	05.45 «6 кадров». (16+)
05.00 «Тайны Чапман». (16+)	07.00 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Идеальный ужин. (16+)	06.00 Бокс. Bare Knuckle FC. (16+)	06.30 «Предсказания 2023». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)	09.00 «САШАТАНЯ». (16+)	09.15 «Слепая». (16+)	08.00 Утилизатор. (16+)	07.00, 08.55, 12.10, 21.55, 03.20 Новости	07.25 «БЕЗОТЦОВЩИНА». (16+)
08.30 12.30 «Новости». (16+)	13.10 «ОСТРОВ». (12+)	11.30 «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ». (16+)	11.00 КВН ярче. (16+)	07.05, 12.15, 21.30, 00.45 Все на Матч!	09.15 «ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)	16.00 «МАТРИЦА». (16+)	13.30 «МАЖОР». (16+)	13.00 Большое кэш. (16+)	09.00 Смешанные единоборства. UFC. Пр.тр.	11.10 «БОЙСЯ, Я С ТОБОЙ». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)	18.40 «КОНГ: ОСТРОВ ЧЕРЕПА». (16+)	13.30 Юрист Игорь Соколовский - сын богатого и влиятельного отца. После бурной вечеринки, окончившейся стычкой с полицейскими, Игорь наказан: отец лишает его содержания и отправляет служить в полицию под начало полковника Пряникова.	15.00 Улётное видео. (16+)	13.00 Биатлон. Матч ТВ. Гонка звёзд. Пр.тр.	15.10 «ТЕНИ СТАРОГО ШКАФА». (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)	21.00 «Это миниатюры». (16+)	23.00 «В ОСАДЕ: ТЕМНАЯ ТЕРРИТОРИЯ». (16+)	18.00 КВН ярче. (16+)	14.25 Футбол. «Специя» - «Наполи». Пр.тр.	Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Ирина Шейнова, Тарас Кузьмин. Чтобы спасти брата, учительница английского языка Ксения становится гувернанткой Глаши - дочери богатого бизнесмена Павла.
11.30 «Неизвестная история». (16+)	23.00 «Конфетка». (16+)	01.00 «ТРИ ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)	19.00 КВН ярче. (16+)	16.25 Лыжный спорт. Акробатика. «Кубок чемпионов». Пр.тр.	19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)
13.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ-2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)	01.00 «LAV. Лаборатория музыки Антона Беляева». (16+)	02.45 Мистические истории. (16+)	20.00 Большое кэш. (16+)	17.25 Футбол. «Штутгарт» - «Вердер». Чемпионат Германии. Пр.тр.	22.35 «ВЫШЕЛ ЁЖИК ИЗ ТУМАНА...» (16+)
14.55 «БИБЛИОТЕКАРЬ-3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)	01.55 «Импровизация». (16+)	03.30 «ТРИНАДЦАТЬ». (16+)	22.00 «+100500». (16+)	19.25 Футбол. «Вольфсбург» - «Бавария». Чемпионат Германии. Пр.тр.	Россия, 2010 г. Мелодрама. В ролях: Алла Юганова, Сергей Горобченко. Елена Бобылева, секретарша частной фирмы, воспитывает дочь Алю.
16.45 «ПИРАМИДА». (16+)	03.30 «Comedy Баттл». (16+)	03.30 «ТРИНАДЦАТЬ». (16+)	00.45 Рюкзак. (16+)	22.00 Футбол. «Winline. Зимний кубок РПЛ». (0+)	02.25 «ТАКАЯ, КАК ВСЕ». (16+)
18.25 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)	05.30 «Открытый микрофон». (16+)		01.30 Идеальный ужин. (16+)	22.40 Футбол. «Интер» - «Милан». Пр.тр.	05.45 «6 кадров». (16+)
20.40 «ДЖУМАНДЖИ: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)	06.15 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)		03.40 Улётное видео. (16+)	01.20 Волейбол. (0+)	
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)				03.25 Смешанные единоборства. (16+)	
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)				05.00 «Неизвестная хоккейная Россия». (12+)	

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

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.

Вера потеряла глаза и тряхнула головой. Бумажной работы в этот день было пруд пруди, устала.

– Слушай, Быков, давай кофейку перед выходом выпьем, а? – простонала Вера. – Домой ужасно хочется, но голова от этой бумажной волокиты тяжелее некуда. Надо как-то взбодриться.

– Ага, перед выходом, – невесело ответил Быков. – Мне тут троих подозреваемых по делу о хищении привезли. На несколько часов теперь зависну. Все рецидивисты, ушлые, сейчас начнут за нас водить.

Быков прикрыл глаза, потер кончиками пальцев виски, сделал несколько глубоких вдохов-выдохов.

– Все так плохо? – посочувствовала Вера.

– Да как тебе сказать? – пожал плечами Быков. –

За вечерним кофе



Все трое охотно общаются, но твердят все разное. Как издеваются прям. А один из задержанных трижды сидел за кражи, и вот опять попался. Но ведь гад какой, издевается по-чём зря. Говорит, мол, гаддай, начальник, если умный, допетришь. «Каждый из нас, – говорит, – и правду тебе сказал, и соврал». Бред какой-то, скажи? Может, его не в тюрьму, а в

будничным тоном проин-

Может быть, – согласилась Вера, отхлебывая из чашки. – Слушай, давай-ка все-таки я тебе кофейку сделаю. Бодрит, знаешь ли, и мозги неплохо прочищает. Сколько тебе ложек сахара?

– Три, – благодарным тоном ответил Быков.

– Сахар тебя убьёт, – будничным тоном проин-

формировала Вера коллегу, тем не менее выполняя его просьбу.

– Пусть, я все равно никогда не пойму, как ты можешь пить это горькое пойло совсем без сахара, – парировал Быков, с благодарностью принимая из рук Веры чашку с дымящимся напитком.

Та улыбнулась: **Н**у, давай, рассказывай, что там кто из подозреваемых наговорил, – Вера удобно устроилась в своем рабочем кресле и снова отхлебнула из чашки.

– Если коротко, – Быков тоже погрузился в процесс кофепития и немного успокоился, – первый, о котором я говорил и который трижды сидел за кражи, назовем его Вор, открещивается от участия в преступлении. И валит все на второго, назовем его Мошенник, потому что он сидел один раз и именно за мошенничество. Так вот, этот тип утверждает, что и он не виноват, мол, и в городе-то на момент преступления не был. И

за третьего головой ругается.

– Третий подозреваемый – это кто? – поинтересовалась Вера.

Тоже тип мутный. Назовем его Драчун, потому что этот сидел за разбой и за драку. И что интересно, активно выражает Мошенника. Вот хочу проверить, как эти двое между собой связаны. Подозрительно как-то, что выражают друг друга.

– А про первого подозреваемого, с тремя отсидками, этот твой мут-

ный тип что-нибудь говорит?

– Ага, – Быков допил кофе и отставил чашку, – уверяет, что именно тот как раз и виноват. Мол, вяжите его, братцы, пока не поздно.

– А сам что думаешь?

Да, понимаешь, Вера, есть ощущение, что преступление совершили двое. Улики все об этом буквально кричат. Вот и думаю, что не попаду я домой в ближайшие несколько часов.

– Да понятно тут все, дружище, – потягиваясь, сообщила Вера. – Двое и совершили. Вот смотри, начертим табличку и оценим вероятность совершения преступления каждой возможной парой...

Любовь АНИНА



Кого Вера подозревает в совершении преступления?

Ответ читайте в следующем номере.

Ответ на загадку в № 3: когда опрашиваемый мужчина указал из окна на свою машину, Вера обратила внимание, что в отличие от большинства припаркованных у дома, она вычищена от снега. А на капоте свернулась калачиком кошка. На улице жуткий мороз, это мы знаем, потому что Вера утром не смогла открыть примерзшие двери своего авто. Вряд ли бы кошка улеглась на ледяную крышку капота. Не в булочную, скорее всего, мужчина ходил, как утверждает, а отвезил своего сына в деревню, подальше от места правонарушения, стараясь уберечь от возможного разбирательства и постановки на учет в ПНД. К тому же мужчина обронил фразу, что наматался, мол, устал. Устал ходить в магазин за хлебом? Вряд ли. А вот если намотать триста километров до деревни и обратно, вполне мог и устать.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
08.10 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
08.20 «СОВСЕМ ПРОПАЩИЙ». (16+)
10.05 «ЗЕЛЕННЫЙ ФУРГОН». (12+)
12.40 «ИСКРЕННЕ ВАШ». (12+)
14.10 «САМАЯ ОБЯТЕЛЬНО-НАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
15.40 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!» (12+)
21.00 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
23.50 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (12+)
01.25 «ОТСТАВНОЙ КОЗЫ БАРАБАНЩИК». (12+)
02.35 «НЕ СТРЕЛЯЙТЕ В БЕЛЫХ ЛЕБЕДЕЙ». (12+)
04.50 «СТАНЦИОННЫЙ СМОТРИТЕЛЬ». (12+)
05.50 «БАБЬЕ ЦАРСТВО». (16+)

TV1000
05.30 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
06.55 «Буба». Мультсериал. (6+)
07.10 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
08.10 «ОДНАЖДЫ В РИМЕ». (16+)
09.45 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)
11.15 «ДОСПЕХИ БОГА 2: ОПЕРАЦИЯ «КОНДОР»». (16+)
13.10 «ДОСПЕХИ БОГА-3: МИССИЯ «ЗОДИАК»». (6+)
15.15 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+)
17.05 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
19.00 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ «КЛЕОПАТРА»». (12+)
20.55 «ТРОЯ». (16+)
23.50 «АЛЕКСАНДР». (16+)
02.40 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
04.05 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «Фиксики». «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.40 «Три кота». Мультсериал. (6+)
10.00, 10.50, 11.40 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
12.35 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)
14.10 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
15.30 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГ-КОК». (16+)
16.55 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)
18.25 «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (6+)
20.05 «ОН - ДРАКОН». (6+)
21.55 «ТАЙНА ПЕЧАТЫ ДРАКОНА». (6+)
00.00 «ВУРДАЛАКИ». (16+)
01.20 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (12+)
03.05 «МАФОЯ: ИГРА НА ВЫЖИВАНИЕ». (16+)

ДОМ КИНО
06.25 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
10.40 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
12.20 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
13.35 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
15.00 «КАНИКУЛЫ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.40 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!» (12+)
01.25 «ЖИЗНЬ ВПЕРЕДИ». (16+)
02.50 «ПЛУБЖЕ!». (16+)
04.30 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.45 «А ВОТ И ОНА». (12+)
03.15 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
05.20 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
06.50 «НА ГРАНИ БЕЗУМИЯ». (16+)
08.35 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (16+)
10.10 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+)
11.55 «ГОД В ПОРТУ». (16+)
13.25 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)
15.10 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)
17.05 «РМОВЫЙ ДНЕВНИК». (16+)
19.00 «ДОВЕРИЕ». (16+)
20.30 «БЫЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+)
 Комедия, США, 2020 г.
21.55 «ЧТО ТАКОЕ ЛЮБОВЬ». (16+)
 Комедия, мелодрама, США, 2007 г.
23.25 «ОТЕЛЬ МУМБАИ: ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.00 «НА МОРЕ». (16+)
07.40 «КОРПОРАЦИЯ AD LUTUM». (16+)
09.25 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
11.20 «НА РАЙОНЕ». (16+)
13.00 «ТАЙНА АМУЛЕТА». (12+)
14.40 «ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ АЛЕКСАНДРА ХРИСТОФОРОВА». (12+)
16.35 «ЭКИПАЖ». (6+)
19.10 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
21.00 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)
22.40 «ВИКИНГ». (16+)
 Драма, Россия, 2016 г.
01.05 «ВНУК КОСМОНАВТА». (16+)
02.20 «НА МОРЕ». (16+)
04.00 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
05.50 «НА РАЙОНЕ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.25 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
03.05 «НЕЗВАННЫЕ ГОСТИ». (16+)
05.15 «ЧТО МОГЛО БЫТЬ ХУЖЕ?» (12+)
07.05 «УПРАВЛЕНИЕ ГНЕВОМ». (12+)
08.55 «КРАСОТКИ В БЕГАХ». (16+)
10.35 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)
12.20 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)
14.10 «О ЧЁМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
16.00 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
17.50 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)
19.30 «ШПИОН». (18+)
21.45 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
23.25 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ-2». (16+)

РОДНОЕ КИНО
00.15, 01.30, 02.45 «ВЫГОДНЫЙ КОНТРАКТ». (12+)
04.25 «ХРОНИКА ПИКИРУЮЩЕГО БОМБАРДИРОВЩИКА». (12+)
05.50 «МОСКВА-КАССИОПЕЯ». (6+)
07.30 «В МОЕЙ СМЕРТИ ПРОШУ ВНИТЯ КЛАВУ К.» (6+)
08.55 «ИГРУШКА». (12+)
10.45 «ТРИ ПОЛУПРАВИИ». (12+)
 Драма, мелодрама, Россия, 2006 г.
13.10, 14.40, 16.10, 17.30, 19.00, 20.20, 21.40 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
 Сериал. Драма, военный фильм, история, СССР, 1981 г.
23.00 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО». (6+)

РУССКИЙ РОМАН
08.25 «МИШЕЛЬ». (12+)
11.55 «НЕВЕРНОСТЬ». (12+)
13.25 «ОПЯТЬ ЗАМУЖ». (12+)
15.00 «ЛЕТНИЙ ДОЖДЬ». (16+)
16.50 «ВЕЧНАЯ СКАЗКА». (12+)
18.35 «ПРАВО НА ОШИБКУ». (12+)
 2016 г. В ролях: Дмитрий Шевченко, Марина Зудина, Роман Мадыанов, Дарья Мороз, Владимир Симонов
21.55 «ПОДМЕНА В ОДИН МИГ». (16+)
 2014 г. В ролях: Елена Шилова, Анатолий Руденко, Елена Великанова, Дарья Иванова, Дмитрий Суржигов
00.55 «КУРИЦА». (16+)
02.30 «РАДИ ТЕБЯ». (12+)
05.15 «ГРОЗА НАД ТИХОРЕЧЬЕМ». (16+)

CINEMA
06.30 «НА ГРЕБНЕ ВОЛНЫ». (16+)
08.30 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (12+)
10.20 «ДОСПЕХИ БОГА». (12+)
11.55 «ДОСПЕХИ БОГА-2: ОПЕРАЦИЯ «КОНДОР»». (12+)
13.50 «ДОСПЕХИ БОГА-3: МИССИЯ ЗОДИАК». (12+)
16.00 «ПОИМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (16+)
18.25 «ЯМАКАСИ». (16+)
20.00 «ОГРЯБЛЕНИЕ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ». (12+)
 США, Франция, 2003 г. В ролях: Шарлиз Терон, Марк Уолберг
21.55 «КОРОЛИ УЛИЦ». (16+)
23.50 «ПЛАСТИК». (16+)
01.30 «СКОРОСТЬ: АВТОБУС 657». (18+)
02.55 «САМОВОЛКА». (16+)
04.35 «ПОИМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ». (16+)

red .RED
06.00, 05.35 Голливуд за кадром. (16+)
06.25 «КЭРРИ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)
 США, 2016 г. В ролях: Бел Паули, Нэйтан Лейн
08.05, 08.55, 09.50 Проект Подиум. (16+)
10.40, 12.00, 13.00 Правила моей кухни. (16+)
14.00, 14.40, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45, 18.30, 19.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
20.00 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
22.25 «КРАСОТКИ В ПАРИЖЕ». (16+)
 Франция, 2014 г. В ролях: Ванесса Паради, Изабель Аджани, Летиция Каства, Сильви Тестю, Марина Анд
00.25, 01.20, 02.10, 03.05, 03.55, 04.50 «РАССКАЗ СЛУЖАНКИ». (18+)

РЕТРО
06.00 «ЛЕСНЫЕ КАЧЕЛИ». (6+)
07.00 «АЛЬПИЙСКАЯ БАЛЛАДА». (6+)
08.35 «ЧАСЫ ОСТАНОВИЛИСЬ В ПОЛНОЧЬ». (12+)
10.25, 23.50 «ДЕВОЧКА ИЩЕТ ОТЦА». (0+)
12.00, 01.20 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ». (0+)
13.30 Два тайма с Николаем Озеровым. (6+)
14.15 «АМНИСТИЯ (ТРОЯНСКИЙ КОНЬ)». (12+)
15.40 Человек свободного стиля. (12+)
16.10 «ЛЕСНЫЕ КАЧЕЛИ». (6+)
17.20, 02.40 «АЛЬПИЙСКАЯ БАЛЛАДА». (6+)
19.00, 21.35 Два тайма с Николаем Озеровым. (6+)
19.50, 04.10 «ВОСТОЧНЫЙ КОРИДОР». (16+)
22.25 «АМНИСТИЯ (ТРОЯНСКИЙ КОНЬ)». (12+)

суббота! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
15.00 «Буба», «Буба-2», «Буба-3». Мультсериалы. (0+)
22.00, 23.10 Богиня шопинга. (16+)
00.20 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (16+)
 США, 2002 г. В ролях: Дженифер Лопес, Рэйф Файнс, Наташа Ричардсон
02.10, 02.40, 03.00 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)
03.30, 04.40 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
03.40 «Буба». Мультсериал. (0+)
04.05 «Буба-2». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ГОСПОДА-ТОВАРИЩИ». (18+)
12.00, 20.00, 04.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (18+)
 Сериал. Мелодрама, Россия, 2016 г.
14.00, 22.00, 06.00 «ЗАПАСНОЙ ИНСТИНКТ». (16+)
 Сериал. Детектив, Россия, 2005 г. В ролях: Максим Аверин, Анна Банщикова, Елизавета Борская, Павел Барша, Елена Бондарчук
15.00, 23.00, 07.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

СТС LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
06.50 «КУХНЯ». (16+)
 Молодой повар Макс приезжает в Москву, чтобы получить работу в модном ресторане «Клод Монэ». Но на собеседовании он сталкивается с насмешками коллектива, скверным нравом шеф-повара и... арт-директором Викой, с которой он провёл ночь накануне...
00.00 Сердца за любовь. (16+)
 «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе.
05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК
10.00, 18.00, 02.00 «СЫН». (16+)
 4 серия. Сериал. Драма, Россия, 2014 г.
10.55, 18.55, 02.55 «ЗВУКИ МУЗЫКИ». (6+)
 2 серия. Мюзикл, мелодрама, США, 1965 г.
12.15, 20.15, 04.15 «ЛЮБОВЬ НЕ КУПИШЬ ЗА ДЕНЬГИ». (16+)
 Мелодрама, США, 2020 г.
13.55, 21.55, 05.55 «МЕДВЕЖАТНИК» (субтитры). (16+)
 Криминальный триллер, США, Германия, 2001 г. В ролях: Роберт ДеНиро, Эдвард Нортон
16.00, 00.00, 08.00 «В КОНЦЕ ТУННЕЛЯ». (18+)
 Криминальная драма, Аргентина, Испания, 2015 г. В ролях: Леонардо Сбаралья, Пабло Эчарри

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 Мультфильмы. (6+)
05.40 «НЕ БЫЛО ПЕЧАЛИ». (12+)
06.50 Осторожно, вирус! (12+)
07.40 «ГАРАЖ». (0+)
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00 Новости
10.10 «ФРОНТ БЕЗ ФЛАНГОВ». (12+)
 Военный фильм, СССР, 1974 г. В ролях: Вячеслав Тихонов, Олег Жаков, Александр Денисов
13.15 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (12+)
16.00 Новости
16.15 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (12+)
16.35 «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА». (12+)
18.30 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА». (12+)
20.30 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)
00.00 Итоговая программа «Вместе»
01.00 «ПИЛОТ МЕЖДУНАРОДНЫХ АВИАЛИНИЙ». (16+)

Победа
04.50 «ГЕРОЙ 115». (16+)
05.50 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
07.30 «МОСГАЗ». (16+)
16.00 «ПАЛАЧ». (16+)
 1965 год. Во время празднования Дня Победы на окраине Москвы убит семнадцатилетний Петя Яковлев. Подозрение падает на его друга Лешу Пономарева, с которым они соперничали за внимание девушки, но майора Черкасова, расследующего дело, настораживает нетипичная жестокость преступления...
 После того как ещё несколько убийств. Майор узнаёт, что Петя готовил статью о героическом прошлом своей тети, бывшей фронтовички Раисы Ивановны, а для этого искал её однополчан. Похоже, что следы преступления уводят в годы войны.
01.00 «ПРИКАЗ: «УНИЧТОЖИТЬ»». (16+)
02.40 «ЖИВИ И ПОМНИ». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 Пятница News. (16+)
05.20 Кондитер-5. Торт «Сумоист» для Дмитрия Красилова (субтитры). (16+)
06.40 Кондитер-5. Торт для Анастасии Волоочковой (субтитры). (16+)
08.00, 08.40, 09.20 Зовите шефа (субтитры). (16+)
10.10 «ТАКСИ». (16+)
 Франция, 1998 г.
12.00, 12.30, 13.00, 13.30 «СЕСТРУХА». (16+)
 Сериал. Россия, 2021 г.
14.00 «ТАКСИ-2». (16+)
 Франция, 2000 г.
15.40 «ТАКСИ-3». (16+)
 Франция, 2003 г.
17.20 На ножах. (16+)
18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30 На ножах (субтитры). (16+)
23.40 «УБИЙСТВО». (18+)
 Южная Корея, 2015 г.
02.20 Пятница News. (16+)
02.40, 03.20 «ДРЕВНИЕ». (16+)
04.00 Пятница News. (16+)
04.30 Черный список-2. Жена на час и сигнализации (субтитры). (16+)

Ю
05.25, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
10.55 Беременная в 16. (16+)
 В новом сезоне нашумевшего реалити о подростковой беременности ещё более реальные истории и проблемы, о которых принято молчать, но о них нужно знать каждому. Девочки-подростки из разных уголков России встают перед выбором, который изменит их жизнь. Найдут ли они силы преодолеть испытания и стать счастливыми?
15.35 «КЛОН». (16+)
18.30 Битва за тело. (16+)
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Измены (субтитры). (18+)
 Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду. А что делать дальше - решать тебе!
02.55 Дорогая, я забил. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)
01.00, 05.20 Личность в истории. (12+)
01.30 Сражения с Наполеоном. (12+)
01.55, 04.40 Историкограф. (12+)
02.40 Рождённые в СССР. (6+)
03.05 Тайное становится явным. (12+)
03.20 Историада. (12+)
04.10 Книжные аллеи. (12+)
05.50 Сражения с Наполеоном. (12+)
06.15 Историада. (12+)
07.10 Книжные аллеи. (12+)
07.40 Архивы истории. (12+)
08.00 Историада. (12+)
08.50 Ступени Победы. (12+)
09.35 На пути к Великой Победе. (12+)
10.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
11.00 История Великой хартии вольностей. (12+)
12.00, 12.50, 13.45, 14.40 «ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ». (16+)
15.35 Россия научная. Великие имена. (12+)
16.00, 17.40 «МАРИЯ ТЕРЕЗИЯ». (16+)
19.30 Жил-был Дом. (12+)
20.00 Музейный феникс. (12+)
20.25 Битва оружейников. (12+)
21.10 Хроники общественного быта. (12+)
21.20 Найти и рассказать. (12+)
21.50 Живая сталь. Тепловозы и электровагоны СССР. (12+)
22.20 Обыкновенная история. (6+)
22.30 Их называли русскими. (12+)
23.15 Освободители. (12+)

VIASAT HISTORY
06.05 Тайны Бермудского треугольника: Тайны глубин. (12+)
06.55, 07.55, 08.55, 10.00 Древние сусперстроения. (12+)
11.00 Мегалиты: секреты древнего мира: Афины. (12+)
12.00 Древний Египет - хроники империи: Нил: источник жизни. (12+)
13.00 Древний Египет - хроники империи: Боги и цари. (12+)
14.00 Древний Египет - хроники империи: Мегалиты. (12+)
15.00 Древний Египет - хроники империи: Куль мертвых. (12+)
16.00 Саккара: тайные иероглифы пирамид. (6+)
17.00 Покинутые места: Тени СССР. (12+)
18.00 Покинутые места: Забытая империя. (12+)
19.00 Покинутые места: Кровавое наследие. (12+)
20.00 История без прикрас: Операция «Оверлорд»: масштабная победа? (12+)
21.00 История без прикрас: Британская империя: модель деколонизации? (12+)
22.00 История без прикрас: Швейцария и Вторая мировая: пример нейтралитета? (12+)
23.00, 00.00, 01.00, 01.55, 02.45 Великая война. (12+)
03.40, 04.35 Покинутые места. (12+)
05.30 Невероятные изобретения. (12+)

ДОКТОР
06.00, 19.05 Секретные материалы: ключи от долголетия. (12+)
06.45, 12.50, 20.50, 04.25 Медицинский репортёр. Чем рискуют пожарные на работе? (12+)
07.10, 13.20, 21.20, 04.50 Клинический случай. Спасти Пушкина. (12+)
07.40, 15.40, 23.30, 05.15 Тайны мозга. Фильм 4. (12+)
 Основанный на беседах с учеными проект поможет зрителю разобраться в возможностях мозга и границах его познания.
08.25, 16.25, 00.15 Большой скачок. Тайная жизнь клетки. (12+)
08.55, 16.55, 00.45 Большой скачок. Сигналы тела. (12+)
09.25, 17.25 Это лечится. Постинсулт. Реабилитация в стационаре. (12+)
09.50, 17.50 Это лечится. Постинсулт. Реабилитация дома. (12+)
10.20, 22.40 Невидимая власть микробов. (12+)
11.10, 01.10 Бесплодие. Проклятие человечество. (12+)
11.55, 19.55, 03.30 Большой скачок. Стать киборгом. (12+)
12.25, 20.20, 03.55 Большой скачок. Боллезни социума. (12+)
13.50, 21.45 Теледоктор. (12+)
14.45, 01.55 Аллергия. Ревмизм по жизни? (12+)
18.20, 02.45 Куда уходит память? (12+)

Усадьба
06.00, 11.55, 18.00 Красивая выпечка с Джульет. (12+)
 Настоящее вдохновение для кулинаров!
06.45, 12.45, 18.50, 21.40, 03.55 Стройплощадка. (12+)
07.15, 13.20, 19.20 Органическое земледелие. (0+)
07.45, 13.50, 19.50, 22.45, 04.50 Дачные радости с Виталием Декабровым. (12+)
08.20, 14.20, 20.40, 23.35, 05.30 Мегабанщики. (12+)
08.50, 00.10 Искатели приключений. (12+)
09.25, 15.25 Пустите строителей в дом. (12+)
10.15, 16.15, 01.25 Сам себе дизайнер. (12+)
10.30, 16.30, 01.40 Дачные радости с Мариной Рыкалюной. (12+)
10.55, 02.05 ЗаСаДа. (12+)
11.25, 17.30, 02.30 Дачные радости. (12+)
14.55, 15.05, 16.55, 17.10 Огород круглый год. (12+)
20.20, 23.15, 05.15 Мультиварка. (12+)
21.10 Дачных дел мастер. (12+)
22.15 Идеальный сад. (12+)
00.45 Муж на час. (12+)
01.10 Чужеземцы. (12+)
03.00 Кашеварим. (12+)
03.10 Народные умельцы. (12+)
03.40 Лучки&Пучки. (12+)
04.25 Декоративный огород. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
06.00, 02.00 Научи меня рыбачить. (12+)
06.30, 10.30, 14.30, 18.30, 02.30 Егерский кордон. (16+)
07.00, 11.00, 15.00, 19.00, 03.00 Мир рыболова. (12+)
07.30, 11.30, 03.30 Россия запоевдная. (16+)
08.00, 12.00, 16.00, 20.00, 04.00 Сам себе охотник. (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 20.30, 04.30 Мир охотника. (12+)
09.00, 13.00, 17.00, 05.00 Карпфишеры. (16+)
09.30, 05.30 Рыболовная школа для взрослых. (12+)
10.00, 14.00, 18.00 Делай как я. (16+)
10.10, 14.10 Нож-помощник. (16+)
13.30, 17.30, 21.35, 01.00 Рыбалка на Черемшане. (6+)
15.30, 19.30 Охота и рыбалка в... (12+)
 Развлекательно-познавательная программа знакомит зрителя с новыми местами рыбалки и охоты не только в России, но и за рубежом. Также в программе зрители познакомятся с природой, различными туристическими маршрутами, достопримечательностями и спецификой рыбной ловли и охоты в новых местах.
18.15 Кодекс охотника. (16+)
21.00 О главном. (12+)
22.05, 23.00, 00.00, 01.30 Экстремальный фидер. (16+)
22.35, 23.30, 00.30 Территория льда. (16+)

ЖИВИ!
00.00, 20.00 Танцуй Twerk. (16+)
01.00, 17.00, 22.00 «Igora Reflex» с Ириной Нельсон. (12+)
02.00, 18.00, 23.00 Дыхание стретчинга. (12+)
03.00, 13.30 Здоровые и знаменитые: Русская версия. (12+)
 Документальное шоу о здоровом образе жизни,

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00** Гала-концерт звёзд мировой сцены и сборной России по художественной гимнастике. (0+)
- 07.50, 10.00, 13.00, 15.55** Новости
- 07.55** Гандбол. Чемпионат России. OLIMPBET Суперлига. Женщины. ЦСКА - «Динамо-Синара» (Волгоград). (0+)
- 09.15** Многоборцы. (12+)
- 09.35, 03.35** Неизведанная хоккейная Россия. (12+)
- 10.05, 04.00** Баскетбол. «Матч звёзд АСБ 2023». Мужчины. Трансляция из Красноярска. (0+)
- 12.00, 00.15** Страна спортивная. (12+)
- 12.15, 22.30** Лица страны. Ульяна Баташова. (12+)
- 12.30, 21.00** Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 13.05** Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Женщины. «Локомотив» (Калининградская область) - «Тулица» (Тульская область). (0+)
- 14.55** Большой хоккей. (12+)
- 15.25** Что по спорту? Челябинск. (12+)
- 16.00** Гандбол. Чемпионат России. OLIMPBET Суперлига. Женщины. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) - «Кубань» (Краснодар). (0+)
- 17.25, 00.35** Биатлон. Матч ТВ Гонка звёзд. (0+)
- 18.55** Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Мужчины. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Зенит-Казань». (0+)
- 20.45** Наследники Ярыгина. (12+)
- 21.30** Лыжный спорт. Фри-стайл. Акробатика. «Кубок чемпионов». Трансляция из Красноярска. (0+)
- 22.50** Лыжные гонки. Матч ТВ Гонка звёзд. Трансляция из Москвы. (0+)
- 02.00** Влюбленные в паруса. (16+)
- 02.15** География спорта. Дальний Восток. (12+)
- 02.40** Ты в бане! (12+)
- 03.10** Где рождаются чемпионы. Анастасия Войнова. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00** Караокинг. (16+)
- 07.30** Муз'итив. (16+)
- 07.50** МузГорДвиж. (16+)
- 08.00** PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 08.30** Тееп чарт. (16+)
- 09.00** Перемотка. (16+)
- 10.00** DFM - Dance chart. (16+)
- 11.00** Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00** МузРаскрутка. (16+)
- 12.30** Лига свежих клипов. (16+)
- 13.00** С кошмаром по жизни: фобии звезд. (16+)
- 14.00** Моя волна. (16+)
- 15.00** 10 самых! (16+)
- 15.30** Хиты по-русски. (16+)
- 16.00** Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00** Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 17.00** Самый топ трендовых клипов твоих любимых российских исполнителей за неделю!
- 19.00** Песня года-2021. (16+)
- 50-летний юбилей легендарного ежегодного телефестиваля.**
- 01.00** Муз'итив. (16+)
- 03.00** Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00** «Смешарики». (0+)
- 07.00** «Время малышей». (0+)
- 08.00, 16.00, 20.25** «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00** «Кошечки-собачки. Спасти дерево». (0+)
- 09.50, 21.25** «Сказочный патруль. Хроники чудес. Несмешная история». (0+)
- 10.00** «Морики Дорики». (0+)
- 11.35, 22.00** МУЛЬТсюрприз. (0+)
- 14.00** «Буба». (6+)
- 15.00** «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
- 17.00** «Фиксики». (0+)
- 18.00** «Тайны Медовой долины». (0+)
- 19.00** МУЛЬТпреьера! «Тайны Медовой долины. Музыкальный патруль. Сказочные песни. Обыкновенный герой», «Кошечки-собачки. Хорошо быть маленьким!», «Черепашки. Сюрприз для мамы», «Фиксики. Дай пять!», «Простоквашино: Матроскошарик, Вальс», «Волшебная кухня. Драники», «Енотки. Первые слова». (0+)
- 20.55** «Машины сказки». (0+)
- 21.00** «Барбоскины». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00** «Бинг». (0+)
- 06.30** О! Музыка! (0+)
- 07.00** «Жужжалка». (0+)
- 07.05** «Рейнджер Лео и дикая природа». (0+)
- 08.00** «Турбозавры». (0+)
- 09.40** «Что в тарелке?» (0+)
- 10.00** О! Кино! «Йоки и друзья». (0+)
- 11.20** «Смарт и чудо-сумка». (0+)
- 12.00, 00.30** «Команда Флоры». (0+)
- 13.30** «Отель у овец». (0+)
- 14.00** «Три кота». (0+)
- 15.50** «Дракошия». (0+)
- 16.00** «Студия Каляки-Малаяки». (0+)
- 16.20** «Оранжевая королева». (0+)
- 18.00** «Ничего себе имя!». (0+)
- 18.30** О! Кино! «Большое путешествие». (6+)
- 19.55** «Приключения Ам Няма». (0+)
- 20.00** «Фиксики». (0+)
- 22.30** «Отель у овец». (0+)
- 23.00** «Смешарики». (0+)
- 02.10** «Лабораторию. Маленькие исследователи». (0+)
- 02.30** «Школьный автобус Гордон». (0+)
- 03.20** «Царевны». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 14.00, 22.00** «Снежная королева». (0+)
- 07.20, 15.20, 23.20** «Снежная королева-2: Перезаморозка». (0+)
- 08.35, 16.35, 00.35** «Снежная королева-3: Огонь и лёд». (6+)
- 10.05, 18.05, 02.05** «Алеша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- Когда подступила к Ростову вражеская орда во главе с Тугарином Змеем, Алеша Попович не сумел уберечь жителей от выплаты дани. Теперь богатырь должен восстановить доброе имя, вернуть золото и прогнать неприятеля с земли русской. Он отправляется в путешествие, а помогут ему в этом дядка Тихон, девушка Любава, ее бабушка и говорящий конь Юлий.
- 11.25, 19.25, 03.25** «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (12+)
- 12.35, 20.35, 04.35** «Илья Муромец и Соловей-разбойник». (12+)

СОЛНЦЕ

- 05.00** «Буба». (0+)
- 09.00** «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)
- 09.55** «Ералаш». (6+)
- 11.55** «РОДИТЕЛИ». (12+)
- 13.55** «Простоквашино». (0+)
- 18.00** «Улс... Приплыли!». (6+)
- 19.30** «100% волк». (6+)
- Юный наследник семьи оборотней Фрэди Лупэн мечтает стать таким же свирепым и сильным, как и его предки. Но в заветный момент превращения в волка Фрэди неожиданно становится... пуделем. Теперь, чтобы остаться в стае, он должен доказать, что несмотря на внешность, в нем течет кровь настоящего оборотня.
- 21.15** «НЯНЬКИ». (16+)
- Россия, 2012 г.
- 23.00** «ЛЁГКО НА ПОМИНЕ». (12+)
- 00.25** «Ералаш». (6+)
- 04.00** «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00** День Патриарха. (0+)
- 05.10** Молитвослов. (0+)
- 05.20** Новомученики. (0+)
- 06.55** Профессор Осипов. (0+)
- 07.30** Пилигрим. (6+)
- 08.05** Простые чудеса. (12+)
- 08.55** Валаам. Остров спасения. (0+)
- 10.00** Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45** Завет. (6+)
- 13.50** Бутовские новомученики. Цикл: День Ангела. (0+)
- 14.20** Русский мир. (12+)
- 15.25** Святыни России. (6+)
- 16.30** «У ТВОЕГО ПОРОГА». (12+)
- 18.00** Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.50** «ПЕРЕД РАССВЕТОМ». (16+)
- СССР, 1989 г. В ролях: Валерий Рыжаков, Александр Панкратов-Черный
- 21.30** Парсуна. С Владимиром Лейгойдой. (6+)
- 22.30** Щипков. (12+)
- 23.05** День Патриарха. (0+)
- 23.20** Русский мир. (12+)
- 00.20** Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 02.00** Святыни России. (6+)
- 03.30** В поисках Бога. (6+)
- 03.30** Щипков. (12+)
- 04.00** «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

Православный календарь

5 февраля
Неделя о мытаре и фарисее. Глас 1.
Собор новомучеников и исповедников Церкви Русской.



Сщмч. Климента, еп. Анкирского, и мч. Агафангела. Прп. Мавсими Сирина. Прп. Саламана молчальника. Свт. Павлина Милостивого, еп. Ноланского. Воспоминание VI Вселенского Собора. Прп. Геннадия Костромского и Любимовградского. Перенесение мощей свт. Феоктиста, архиеп. Новгородского. Собор Костромских святых. Прмч. Серафима, прмцц. Евдокии и Екатерины. Мц. Милицы. Поминание всех усопших, пострадавших в годину гонений за веру Христову.

Поста нет.

«Злоба не уничтожает злобы. Но если кто делает тебе зло, тому ты делай добро, чтобы добрым делом уничтожить злобу». Прп. Пимен Великий

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«Боже! будь милостив ко мне грешнику...»



Два человека вошли в храм помолиться: один фарисей, а другой мытарь. Фарисей, став, молился сам в себе так: Боже! благодарю Тебя, что я не таков, как прочие люди, грабители, обидчики, прелюбодеи, или как этот мытарь: пощусь два раза в неделю, даю десятую часть из всего, что приобретаю. Мытарь же, стоя вдали, не смел даже поднять глаз на небо; но, ударя себя в грудь, говорил: Боже! будь милостив ко мне грешнику! Сказываю вам, что сей пошел оправданным в дом свой более, нежели тот: ибо всякий, возвышающий сам себя, унижен будет, а унижающий себя возвысится.

Этот отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах 5 февраля, в воскресенье.

В древний Иерусалимский храм приходили самые разные люди. То же самое можно сказать и про современные православные храмы. Причины, которые побуждают человека зайти в храм, можно перечислять почти бесконечно, но любое такое перечисление заведомо ущербно, ведь истинную причину может не осознавать даже сам пришедший, о ней ведаёт только Бог. Есть среди посетителей храмов и те, на кого неизбежно будут обращать внимание другие молящиеся: во-первых, к таким людям можно отнести людей известных, а во-вторых, не могут не обратить на себя внимания и те, кто выглядит и ведёт себя не так, как того требует традиция.

Можно обозначить ещё одну категорию особенно заметных людей: это те, кто по тем или иным причинам оказался на социальном дне. Мытарь из притчи Христа Спасителя умудрился попасть во все эти три категории заметных людей: он был известен, так как активно сотрудничал с римской оккупационной властью, он вел себя в храме вовсе не так, как того требовала традиция, а его профессиональная деятельность привела к отвержению его

социумом, в этом смысле он был на дне, хотя, конечно, в деньгах и ни в чем материальном не нуждался. Мы не знаем, как бы он ответил на вопрос о причине своего посещения храма, но мы в полной мере можем доверять Христу, тем более что эта история – притча. Христос говорит, что мытарь пришел помолиться.

Тогда же пришел сделать и другой человек – благочестивый, верный традициям и устоям, знаток Писания и преданий уважаемых учителей, безоговорочно принимаемый обществом фарисей. Молитва фарисея по своей сути прекрасна и правильна: он благодарит Бога, он не приписывает себе свои религиозные подвиги и в высшей степени справедливо полагает, что первопричина его благочестия – Бог. Но суть молитвы фарисея портит ее содержание: он сравнивает себя с другими людьми, а этого делать категорически не стоит, потому что такое сравнение уничтожает саму суть молитвы благодарения: если фарисей верит, что Бог промышляет о нем и дает ему силу для благочестия, то разве не логичным было бы и продолжение этой мысли? Бог промышляет о всех и о каждом, каждому Он дает и силу, и саму жизнь, каж-



Комментирует епископ Переславский и Угличский Феоктист

дого Он ведёт своим, особенным путем.

Со стороны путь другого человека может показаться дорогой не туда, очень может быть, что так оно и есть, ведь свободу воли никто не отменял, но наверняка об этом может судить лишь Бог, человеку это недоступно, ведь вряд ли кому-то из нас придет в голову, что путь, который состоит из греха, способен в конечном итоге привести к одной единственной молитве – «Боже! будь милостив ко мне грешнику!» – и эта самозабвенная молитва будет услышана Богом, она оправдывает человека, станет смыслом всего его такого неприглядного и крайне странного жизненного пути.



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

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ОКНА ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, АЛ, ДЕРЕВО

Ремонт окон, балконов, жалюзи

• ОТДЕЛКА
• УТЕПЛЕНИЕ
• КРЫШИ
• ШКАФЫ

пенсионерам – скидка до 35%

8 (495) 740-76-09
8 (495) 941-96-29

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

ЗАМКИ
ВРЕЗКА
ЗАМЕНА
РЕМОНТ
УСТАНОВКА
УКРЕПЛЕНИЕ
ВСКРЫТИЕ

(495) 740-21-51
круглосуточно

РЕМОНТ
ВАННЫХ КОМНАТ
АКРИЛОВЫЙ ВКЛАДЫШ
ПАНЕЛИ ПВХ, ПЛИТКА,
САНТЕХНИКА, НЕДОРОГО!

8-495-761-36-10

■ 8 (495) 902-77-12, 8 (966) 099-99-53 КОСМЕТИЧЕСКИЙ РЕМОНТ КВАРТИР. СЕМЕЙНАЯ ПАРА. Без предоплаты! Поклейка обоев любых видов за 1 день (малярка, покраска, ламинат). НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ – большой ассортимент расцветок и фактур, материалы от лучших, проверенных производителей. Ванна под ключ. Пенсионерам скидки! Тел.: 8 (495) 902-77-12, 8 (966) 099-99-53

■ 8 (985) 212-60-60 Надоело уговаривать мужа поменять кран на кухне? Некому заменить лампочку? Хотите перекрасить потолок? Отклеились обои? Протекает бачок унитаза? Потемнела затирка на кафеле? Некому повесить полку на балконе? Не беда! Я готов Вам помочь! Качественно и недорого. Пенсионерам скидка. Тел.: 8 (985) 212-60-60

■ 8 (905) 557-77-37 Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плинтуса. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

МЕБЕЛЬ

■ 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25 ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-matras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25.

■ 8 (495) 740-79-43 Ремонт и перетяжка диванов, кресел, стульев на дому. Недорого. Тел.: 8 (495) 740-79-43

■ 8 (968) 089-44-57 Абсолютно любой ремонт и обивка мяг. мебели. Кожаной, корпунской. Большой выбор тканей, кожи, кожзам. Замена различных механизмов, пружин. Нестандартная мебель. Тел.: 8 (968) 089-44-57

■ 8 (926) 981-93-63 Обивка мягкой мебели на дому и в организациях. В Москве и Подмоскowie. Выезд мастера с образцами. Большой выбор ткани, искусственной и натуральной кожи. Тел.: 8 (926) 981-93-63

СООБЩЕНИЯ

■ Утерян паспорт гражданина Афганистана серии P02769831 на имя Джафар Ахмад Фавад. Дата рождения: 24 августа 1991 года. В связи с утерей прошу считать недействительным.

■ Утерян паспорт гражданина Афганистана серии P01353476 на имя Ариан Мустафа. Дата рождения: 15 ноября 2002 года. В связи с утерей прошу считать недействительным.

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- помощь обманутым вкладчикам
- реестр недобросовестных юристов
- расторжение договора с юристами и помощь по возврату денежных средств
- жилищные и наследственные споры
- улучшение жилищных условий
- расторжение договоров аренды
- банкротство физ. лиц

8 (499) 938-96-11

ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ ЮРИСТА?
Московская Коллегия Юристов «ВАШ ЗАЩИТНИК»

поможет

- Вернуть деньги обманутым вкладчикам
- Расторгнуть договор с юристами
- Выписать из квартиры
- Разрешить жилищные и наследственные споры и т.д.

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!
КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНАЯ

Пенсионерам и инвалидам ВЫЕЗД СКИДКИ до 50% до конца месяца!

8 (495) 223-09-79

■ 8 (499) 409-91-42 Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч.: вернём или расслужебим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42



ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

ГЛАВСКУПКА

Награды, знаки, медали, монеты, банкноты, часы, ЗОЛОТО, КОРОНКИ, СЕРЕБРО, статуэтки СССР, вазы, марки, сервизы, бронзу, картины, книги, фото, открытки, АВТОГРАФЫ, шкатулки, янтарь, дом.архив и т.д.

КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД 24ч
Тел. 8 (903) 666-33-55

Очень дорого куплю:
Сервизы • Посуду • Цветное стекло • Иконы • Картины • Фарфор • Награды • Столовое, ювелирное серебро • Золотые изделия (зубные коронки) • Коньяк времён СССР. Деньги сразу. Выезд бесплатный.

8 (926) 050-12-40

■ 8 (926) 705-30-59 Куплю чугунные, бронзовые, фарфоровые статуэтки ЛФЗ, Гарднера, Кузнецова, самовары, подстаканники, картины, монеты, значки, фото, архивы, документы, мундиры, открытки, старые детские и ёлочные игрушки, патефоны, часы, иконы, янтарь и др. старинные вещи. Тел.: 8 (926) 705-30-59

■ 8 (903) 544-38-10 Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугун, статуэтки, Будду, нагруд. знаки, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, ювелир. изделия, золотые и серебрян. монеты, часы, столовое серебро, иконы, самовары, фото на картоне, открытки, книги, мельхиор. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.: 8 (903) 544-38-10, Наталья, Сергей

■ 8 (916) 993-36-64 Куплю. Ткани СССР, духи, парфюм, журналы мод, старинную одежду, вышивки, кружева, бижутерию, сумочки и шляпки, наручные часы, кофьяк СССР. Тел.: 8 (916) 993-36-64

■ 8 (916) 155-34-82 Ёлочные игрушки, кукол, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытки, посуду, подстаканники, радиоаппаратуру, серебро, пластинки и статуэтки из бронзы, дерева, камня, чугуна, фарфора; фотоаппараты, самовары, иконы. Янтарь. Весь Китай до 1965 года. Тел.: 8 (916) 155-34-82

■ 8 (967) 273-29-40 Иконы, серебро 875, 84, 916, 88 пробы, коронки, монеты юбилейные, золото, мелочь 1961-93, фарфор, чугунные статуэтки, Касли, Будду, знаки, медали, значки, фото, открытки, книги, янтарь, мельхиор, подстаканники, портсигары, самовары и др. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.: 8 (967) 273-29-40, Дмитрий, Ирина

■ 8 (495) 128-50-09 Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Тел.: 8 (495) 128-50-09

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ Г. МОСКВЫ

ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА ОТ 30 000 рублей

МосГорСкупка ДОРОГО КУПИТ!

- ◆ Иконы. Статуэтки Будды.
- ◆ Янтарь, янтарные бусы до 250 т.р.
- ◆ Статуэтки, фарфор.
- ◆ Серебро, бронзу, часы.
- ◆ Монеты, значки, автографы.
- ◆ Картины, соцреализм.
- ◆ Старинную мебель.
- ◆ Любой антиквариат и многое др.

Оценка. Оплата сразу. Выезд бесплатно. **8-925-403-68-83**

■ 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93 СПАСИБО ЗА ЗВОНОК. КУПЛЮ советские и дореволюционные: книги, плакаты, афиши, документы, архивы, картины, графику, открытки, фото, приглашения, значки, игрушки, статуэтки, изделия из фарфора и любого металла. ВСЁ О ДИРИЖАБЛЯХ, САМОЛЁТАХ, КОСМОСЕ, РЕКЛАМЕ и МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93

■ 8 (963) 921-08-38 Книги, архивы, иконы, монеты Царской России и СССР, юбилейные рубли, знаки ударников, значки, старые награды, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, мельхиор, столовое серебро до 350 р/гр, фотоаппараты, открытки, фото, фарфор. статуэтки, самовары. КУПЛЮ ДОРОГО, ВЫШЕ КАТАЛОГОВ. Тел.: 8 (963) 921-08-38, Дмитрий

■ 8 (905) 796-72-32 Серебро столовое, коронки, ювелирку, янтарь, подстаканники, портсигары, фотоаппараты, патефоны, самовары, мельхиор, монеты, банкноты, медали, значки, знаки, архивы, фото, открытки, статуэтки, сервизы, Касли, Федоскино, Палех, ёлочные игрушки, книги, картины. ДОРОГО, выезд и оценка сразу. Тел.: 8 (905) 796-72-32

КОЛЛЕКЦИОНЕР ДОРОГО. Награды, значки, медали, монеты, банкноты, подстаканники, портсигары, фарфор. посуду, статуэтки, Касли, столовое серебро, иконы, игрушки СССР, ГДР, кортики, сабли, интересные старинные предметы. ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО. БУДНИ, ПОСЛЕ 19.00 ИЛИ В ВЫХОДНЫЕ. ОПЛАТА СРАЗУ. Тел.: 8 (985) 179-79-30, ВЛАДИМИР

■ 8 (925) 509-28-94 Выкуп книг, посуды, фотоаппаратов, картин, подстаканников, швейных машин, мельхиора, статуэток, биноклей, игрушек (машинки, солдатки, куклы), значков, магнитофонов, часов, духов. Тел.: 8 (925) 509-28-94

■ 8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т.д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое студийное концертное оборудование. Дмитрий. Тел.: 8 (916) 774-00-05

■ 8 (916) 993-36-64 Времени СССР: пригласительные билеты, меню, этикетки, рекламные листовки и буклеты, каталоги, преискурранты, акции времён приватизации. Довоенные: альбомы военных заведений, карты географические и военные, чертежи техники, открытки и конверты, боны и купюры, вексели, счета и прочее. Тел.: 8 (916) 993-36-64

■ 8 (905) 777-77-75 Дет. книги, игрушки, ФАРФОР, статуэтки, сервизы, значки, МАГНИТОФОН, кассеты, духи, готовальню, СЕРЕБРО, мельхиор, часы, муз. инструменты, фотооборуд-ие, ВКЛАДЫШИ, киндер, модели, ОТКРЫТКИ, фото, ёлоч. игр., подстаканники, самовары, богемию, хрусталь, пив. кружки. Картины, радиоприемники, спорт. награды, наст. лампы. Шв. машинки, иконы, форму, документы. Броши, сувениры СССР, портсигары, диафильмы, янтарь. Китай, наст. игры. Приборы. Вазы, кноп. телефоны, видеокамеры. Кубки, грамоты, подсвечники, коллекции, ковры, библиотеки, бижутерию, мебель, пластинки, бронзу. Электронику. Царизм. Тел.: 8 (905) 777-77-75

8 (495) 643-72-12 Книги куплю, значки, ИКОНЫ, янтарь, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары, Будды, шкатулки, монеты, ёлочные и детские игрушки СССР, открытки до 1940 г., фарфор, столовое СЕРЕБРО, фотоаппараты, часы и прочее. Оплата сразу. Выезд бесплатно. Тел.: 8 (495) 643-72-12

■ 8 (915) 287-71-38 Куплю предметы старины, СССР: книги, открытки, мебель, иконы, картины, медали, значки, статуэтки, сервизы, фарфор, хрусталь, гжель, приборы из мельхиора, серебро, золото, часы, подсвечники, подстаканники, портсигары, самовары, патефоны, бижутерию, шкатулки, игрушки СССР, бинокли, аудио-, фотоаппаратуру. Выезд бесплатно. Тел.: 8 (915) 287-71-38

■ 8 (495) 508-53-59 Модели авто, железную дорогу, старые фото, военную форму, генеральские вещи, фарфор, хрусталь, подстаканники, самовары, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, патефоны, фотоаппараты, хронометры, игрушки и духи СССР, Касли, солдатки, кукол, часы, марки, открытки, документы, знаки, этикетки, радиоаппаратуру, игровые приставки. Тел.: 8 (495) 508-53-59

МОСКОМИССИОНТОРГ

ВЫКУПИТ ДОРОГО

ВСЁ ДО 1980 г., в том числе: статуэтки, СЕРВИЗЫ (остатки), вазы, чугун, бронзу, награды, ФАРФОР Кузнецова, Гарднера, ЗНАЧКИ, подстаканники, ИКОНЫ, серебро, часы, фототехнику, ЯНТАРЬ, монеты, портсигары, всё из Китая, КОСТЬ, хрусталь.

Выезд (Москва, МО), оценка бесплатно

8 (916) 359-05-00
8 (968) 907-44-82

Библиотеку домашнюю: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую лит-ру, книги по истории, философии, архитектуре, а также книги до 1917 г. Куплю. Выезд. Тел.: 8 (495) 721-41-46

■ 8 (925) 585-40-56 Покупаю книги до 1945 г. от 1 000 руб. до 500 000 руб. Полки, библиотеки, техническую литературу, ноты, фото, архивы, открытки, живопись, фарфор, мебель, самовары, значки, статуэтки, бронзу, монеты, модели машинок, ёлочные игрушки, иудаику и любой антиквариат. Тел.: 8 (925) 585-40-56

■ 8 (985) 724-42-35 Куплю ёлочные игрушки и посуду СССР. Екатерина. Тел.: 8 (985) 724-42-35

■ 8 (999) 715-35-60 Куплю старые банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, книги (домашние библиотеки целиком), иконы, картины, портсигары, рог носорога, фарфор, янтарь, часы, ювелирные изделия, литые фигуры, импортную музыкальную аппаратуру до 1989 года выпуска. Тел.: 8 (999) 715-35-60

■ 8 (905) 744-11-33 Посуду, хрусталь, фарфор, игрушки СССР, сервизы, кукол, значки, книги, фотоаппараты, военную форму, пластинки, выезжаю, оплата сразу. Тел.: 8 (905) 744-11-33

■ 8 (925) 514-36-14 Открытки, актёры, фотографии, журналы, календари, фантики, афиши, грамоты, ноты, кубки, статуэтки, сервизы. Предметы искусства, фарфор, марки, ёлочные игрушки, бижутерию, телефоны, магнитофоны, кассеты, CD, серебро, военную амуницию; масштаб. мод. машин, самолётов, желез. дорог, кукол, юбилейные рубли, значки. Тел.: 8 (925) 514-36-14

■ 8 (916) 428-41-93 ФАРФОРОВЫЕ СТАТУЭТКИ, ЗНАЧКИ, ёлочные и старые игрушки, хрусталь, цветное стекло, столовые приборы, остатки сервизов, чайные пары, часы, зеркала, бижутерию, награды, ИКОНЫ, монеты, марки, картины, курительные трубки, опасные бритвы, железную дорогу, солдатиков, самовары, сувениры СССР. Люстры. Тел.: 8 (916) 428-41-93

■ 8 (968) 665-20-06 Продавец билетов гостлото. 3/п от 21 500 руб. 7 работаете – 7 отдыхаете. М. «Пятницкое шоссе», ул. Пятницкое шоссе, 39; м. «Савеловская», 1-я Квессиская ул., 18; м. «Пинерская», ул. Кастанаевская, 54/3; м. «Свиблово», ул. Снежная, 16. Бесплатное обучение. Есть подработка. Знание ПК на уровне пользователя. Тел.: 8 (968) 665-20-06

ПРОЧИЕ УСЛУГИ

■ 8 (985) 782-22-34, 8 (916) 527-82-60 Предлагаем парики, хвосты, шиньоны, косы, локоны. Искусственные и натуральные. В наличии и на заказ. Изготовление париков. Подбор и консультация. Мастерская рядом с м. «Чертановская». Телефоны: 8 (985) 782-22-34, 8 (916) 527-82-60

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

ДОК ПРОИЗВОДСТВО ДВЕРЕЙ
ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ ВХОДНЫЕ ДЕРЕВЯННЫЕ И СТАЛЬНЫЕ

• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА • 100% КАЧЕСТВО

СКИДКИ до 30%

ВETERANAM НОВОСЕЛАМ СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ: межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, порталы, шкафы, антресоли.
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решетки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т.п.

Более 1000 моделей от простых до элитных любых размеров
ДВЕРНЫЕ ЗВОНКИ, ВИДЕОГЛАЗКИ ДЛЯ СЛАБОВИДЯЩИХ И СИГНАЛИЗАЦИЯ

ОТДЕЛ ПРОДАЖ 7:00 – 23:00 ЕЖЕДНЕВНО

8 (495) 208-03-88

• РАССРОЧКА: 0%
• ДОСТАВКА: 0₽
• ВЫЕЗД ЗАМЕРЩИКА: 0₽

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80 Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. «Газель». Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. Тел.: 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80

■ 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

■ 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99 Грузовые и легковые перевозки недорого. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. Тел.: 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99

■ 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58 Доставка, перевозка квартирные, дачные и др. Москва, МО, регионы. Работаю сам – БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ, диспетчеров и т.п. Время не ограничено. Цельнометаллический фургон «Пежо Боксер» (свой, не аренда). Человеческий подход к делу. Без выходных и праздников. Тел.: 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

РЕМОНТ НА ДОМУ
• Стиральных машин
• Холодильников

от 400 р.
Гарантия
Скидки 30%
Выезд бесплатно

8-495-109-33-56
8-977-000-93-81

■ 8 (495) 796-14-08, 8 (903) 790-17-82, 8 (977) 753-51-48 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ Стиральных машин, Холодильников всех моделей, Телевизоров плазмы ж/к, кинескопных, Газовых плит, Электрических плит, ремонт Швейных машин, оверлоков, Настройка ТВ, ремонт Антенн, прокладка ТВ-кабеля. Ремонт с выездом мастера на дом. Соцскидки. Тел.: 8 (495) 796-14-08, 8 (903) 790-17-82, 8 (977) 753-51-48

■ 8 (495) 943-90-98, 8 (963) 711-51-48 РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ от 300 руб. Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТ-ЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 40%. ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО. Тел.: 8 (495) 943-90-98, 8 (963) 711-51-48

■ 8 (499) 703-41-94 Ремонт: телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: стиральных и посудомоечных машин! Электро- и газовых плит! Тел.: 8 (499) 703-41-94

РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

8 (495) 973-29-17
8 (901) 519-52-48
Вызов бесплатно
Пенсионерам скидки

■ 8 (495) 175-65-18, 8 (926) 448-38-05 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ НА ДОМУ, СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, МОРОЗИЛЬНЫХ КАМЕР И КОНДИЦИОНЕРОВ, духовых шкафов, посудомоечных машин. В Ы Е З Д Б Е С П Л А Т Н О, пенсионерам скидки, без выходных, 8-22. Тел.: 8 (495) 175-65-18, 8 (926) 448-38-05

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ
ДВЕРИ АРКИ АНТРЕСОЛИ ШКАФЫ

• ДЕРЕВЯННЫЕ
• СТАЛЬНЫЕ
• МЕЖКОМНАТНЫЕ
• ВХОДНЫЕ

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА!
3-я дверь в подарок!

Сервисное (обивка дверей, замена замков) и гарантийное обслуживание.

8 (499) 408-40-71
ЗАМЕР, ДОСТАВКА - БЕСПЛАТНО. УСТАНОВКА.

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ 8 (495) 999-28-82, 8 (985) 999-28-82 Квартиру/комнату СНИМУ у добропорядочных хозяев. Чистоту, порядок, своевременную оплату гарантирую. Срочно! Тел.: 8 (495) 999-28-82, 8 (985) 999-28-82

■ 8 (909) 641-37-99 Срочно, сниму комнату или квартиру в любом районе Москвы. Тел.: 8 (909) 641-37-99

■ 8 (495) 772-50-93 1–3-комнатные квартиры, комнаты снимет мед. центр для своих сотрудников-москвичей, европейцев. Есть одинокие, семейн. Возможна предоплата, можно без мебели. Порядочность гарантируем. Тел.: 8 (495) 772-50-93. Спасибо

■ 8 (903) 515-85-33 Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями и др. проблемами. Выкуплю из ипотеки. Тел.: 8 (903) 515-85-33, Лина

ПОШИВ ОДЕЖДЫ

■ 8 (965) 290-04-18 Модельер предлагает изящные халатки тёплые и лёгкие. Качественные и недорогие. Р. 46-58. Принимаю заказы на пошив одежды. Телефон: 8 (965) 290-04-18, Елена.

ФИНАНСЫ

■ 8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43 Деньги срочно! День в день! Ставка от 0,2%, от 10 тыс. руб., от 1 мес. Нужен только паспорт. Одобрение 99%. Пенсионерам скидки! Тел.: 8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43. ООО МКК «Выручай-деньги» СРО «Мир» № 32.000068, Рег. № 2110132000808. ОГРН 1113256019469.

■ 8 (800) 222-56-52 Займы только пенсионерам! Специальные условия! Тел.: 8 (800) 222-56-52. ООО «МКК «Почтенный возраст». Рег. №: 1703045008184. ОГРН: 1177746086462. СРО «Союз «Микрофинансовый Альянс».

СРОЧНЫЙ РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН И КОНДИЦИОНЕРОВ

■ 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%. Без выходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28

«ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА РЕМОНТА»

РЕМОНТ стиральных машин и холодильников, сушильных и посудомоечных машин, электроплит и духовых шкафов, бойлеров и водонагревателей... СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ ДО 50%. Выезд БЕСПЛАТНЫЙ по Москве и МО за 1 час. Консультация по телефону БЕСПЛАТНАЯ. Звоните: 8 (495) 106-25-69

ЗДОРОВЬЕ

НАРКОЛОГИЯ
ЛЕЧЕНИЕ АЛКОГОЛИЗМА
24 часа
Скорая, круглосуточная наркологическая помощь
8 (495) 776-76-03
Лиц. № ЛО 77-01-018861
ИМЕЮТСЯ ПРОТОКОЛЫ ЛЕЧЕНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

■ 8 (922) 519-00-36 Продаю сухие травы: венерин башмачок, боровая матка, манжетка, ярутка полевая, копытень, Петров крест, грушанка, багульник, синеголовка, лист земляники, исландский мох, чертополох, чага (гриб), корни сабельника, цикория, одуванчика, бальзам на травах и корнях. Лапти липовые. 427433, Удмуртия, г. Воткинск, ул. Орджоникидзе, д. 4, корп. 1, кв. 45. Тел.: 8 (922) 519-00-36, Пэлтру Татьяна Анатольевна

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

ВЕТКЛИНИКА
ВЫЕЗД ВЕТРАЧА 24 Ч. (срочный). АНАЛИЗЫ. Биохимия. СТРИЖКА. БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ. КРЕМАЦИЯ.

Тел.: 8 (495) 142-40-67,
8 (495) 728-45-03

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ. Усыпление. Вывоз. Кремация. Тел.: 8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72

ЛЕЧЕНИЕ ЖИВОТНЫХ на дому. ВЫЕЗД 24 часа (срочный). Безболезненное усыпление. Кремация. Телефоны: 8 (977) 927-97-37, 8 (495) 231-05-58

ЗНАКОМСТВА

■ 8 (985) 985-60-25 Устали от одиночества? Звоните! Знакомства для Москвы и Московской области. До 90 лет. Профессиональная свaha. Тел.: 8 (985) 985-60-25

■ 8 (968) 056-36-75 Ильяс, 33 года, москвич, без вредных привычек, познакомлюсь с девушкой до 25 лет для серьёзных отношений. Писать в WhatsApp: 8 (968) 056-36-75

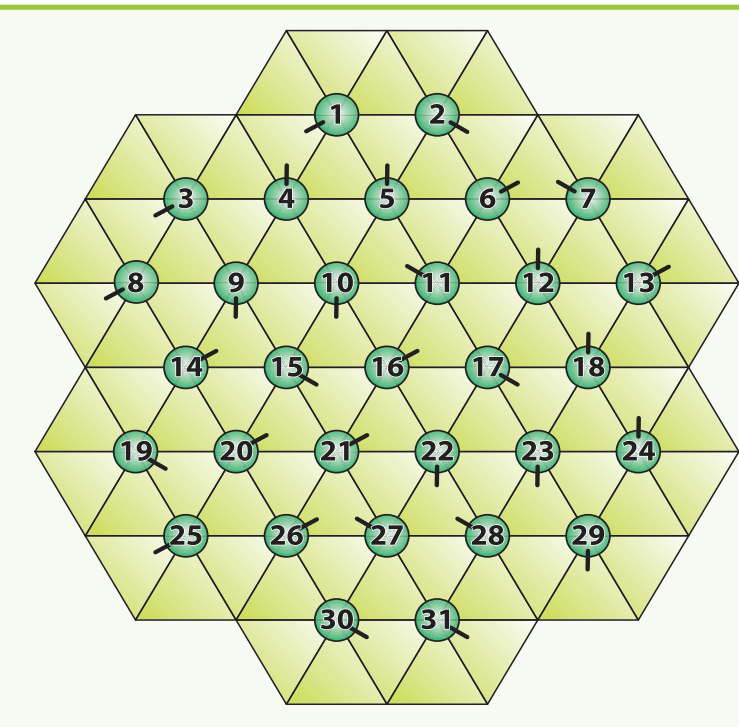
■ 8 (903) 152-83-16 Москвичка 47 лет симпатичная. Познакомится с порядочным и добрым мужчиной, умеющим быть заботливым во всех отношениях. Тел.: 8 (903) 152-83-16

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ 8 (909) 150-07-71 САНЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА. Уничтожение тараканов, клопов, блох, грызунов, плесени и запахов холодным туманом. Стоимость от 800 руб. Препараты без запаха. Безопасно для детей и животных. Вредители не вернутся! Барьерная защита от соседей в подарок! Анонимно. Тел.: 8 (909) 150-07-71

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

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»: 8 (495) 792-47-73



ШЕСТИУГОЛЬНИК

1. Пообщавшись с ним, самые тупые ножи становятся острьями. 2. Организм, сохранившийся как пережиток древних эпох. 3. Русский поэт из села Константинова. 4. Автор трилогии «Властелин колец». 5. «Скрипичный ключ» для чертежа выкроек. 6. Американское название европейского футбола. 7. Акробатический переворот через голову. 8. Командира самолета в фильме «Экипаж» сыграл Георгий ... 9. Аросева как пани из «Кабачка». 10. В нем остаются при убытках. 11. «Комбинация из трех пальцев» для гитариста. 12. Задний ход мяча от стенки. 13. Чувство, от которого кулаки чешутся. 14. Туманная дымка над речкой в жару. 15. Звание Стеньки Разина. 16. «Неистовый» герой эпоса. 17. Бедро, с точки зрения мясника. 18. Приземление с коня всадника или гимнаста. 19. Врач, что слышит первый крик младенца. 20. Царица, навещавшая взбравшегося на скалу отца Федора («12 стульев»). 21. «Палка-копалка» у дачника. 22. «Вода» в сказочной реке с кисельными берегами. 23. «Фривольный» стиль в искусстве XVIII века. 24. Бритвенный или фрезерный. 25. Как по-другому можно назвать лавку? 26. Дерево из финиковой косточки. 27. Алеет на губах. 28. Дело, доставившее кучу хлопот. 29. «Гребень» пахаря сзади трактора. 30. Стена отчуждения между влюбленными. 31. «Мансарда», где располагался штаб Тимура и его команды.

Ответы: 1. Точило. 2. Точило. 3. Есенин. 4. Толкин. 5. Лекало. 6. Борова. 30. Раззад. 31. Черпак. 29. Сокко. 19. Акушер. 20. Тамара. 21. Лопата. 22. Молоко. 23. Рюк. 18. Сокко. 13. Злотост. 14. Марсело. 15. Атаман. 16. Ронанд. 17. Окорок. 25. Сокко. 7. Злотост. 8. Наканда. 11. Аккорд. 12. Сокко. 2. Реликт. 3. Есенин. 4. Толкин. 5. Лекало. 6. Борова. 30. Раззад. 31. Черпак.

Муж пришёл с работы злющий и неразговорчивый.

Стянул в прихожей и бросил как попало грязные ботинки, не глядя кинул на вешалку куртку. От моих расспросов спрятался в ванной. Зашумела вода. Я вздохнула, ушла на кухню разогревать ужин. Опять неприятности на работе. Что-то с самого начала не заладилось у него с этим объектом.

«Ты дура, да?»

— Вань, тебе сколько котлет положить? — крутилась я возле смурного мужа, пытаюсь угодить и хоть немного, котлетами вот, разрядить обстановку.

— Шестивалентный хром, как тебе это, а? — не обращая на меня никакого внимания, муж покрутил над головой вилкой. — Хоть бы одна собака намекнула, что там залежи этого хрома, будь он неладен! А я еще недоумевал, почему такой лакомый кусок земли за смешные деньги продают. И что мне теперь с ним делать? Как разрешение на жилую застройку добывать?

— Вань, а надо? — тихонечко присела я на табуретку рядом с мужем.

— Что надо? — не понял он, кажется, даже удивившись, что с ним рядом кто-то есть и даже ему отвечает.

— Ну, добывать это разрешение, — пояснила я.

— Не понял, — муж вперился в меня изумленным взглядом.

— Ну, если там залежи этого, ну как его? Хрома, да? Может, и не нужно добывать разрешение? Ну как там люди жить-то будут? Детей рожать, растить. Ведь это опасно, наверно, раз тебе разрешение не дают.

— Ты дура, да? — искренне, с тоской в голосе спросил меня муж. — Ты правда

Я спешила туда, где ждут



«Одно слово освобождает нас от всех тяжестей и болей жизни: это слово — любовь. Софокл»

не понимаешь, что я кучу денег в этот проект вбухал, кредиты брал? Что это моя работа — строить? Да наплевать мне на то, кто там и как рожать будет, хоть вниз головой. Моя задача — вложенное мной вернуть и приумножить. Или ты думаешь, котлеты вот эти, — муж с размаху, словно копье, вонзил вилку в румяный бок котлеты у себя на тарелке, — они задарма, что ли, нам достаются? Лохмы свои вон опять в цыплячий цвет выкрасила. Тоже не задаром, поди?

«Не жена я, что ли?»

Завернувшись в одеяло, я забила в угол дивана в гостиной и тихонечко плакала. Иван несправедливо ко мне. Я стараюсь быть хорошей женой, привечать, вкусно кормить. И про котлеты это он зря. Батяка в деревне хряка забил, отсюда и котлеты. Не бесплатные, да. Попробуй хряка вырастить, пока он мясо да жир нагуляет. Денег немало надо. Так мы-то не вкладывались в

это с Ваней. Родители сами, а мясо нам по доброте душевной, в качестве помощи.

И не лохмы у меня никакие, а волосы. Мне их подруга утром красила. Она учится на колориста, вот и тренируется. Цвет и правда не очень вышел, решила через неделю протонировать. Но все бесплатно. Говорю же, тренируется Катя, экспериментирует, набивает руку.

Да и не в хряке и волосах дело. Обидно. Ванька после свадьбы совсем другим стал. До загса-то ласковым был, обнимет, на ушко зашепчет — сердце того и гляди из груди от счастья выскочит.

«В город, — говорил, — из села уедем. Мне отец денег дает, я колледж строительный закончу, бизнес свой открою. Заживем не хуже других. Машины купим. Квартиру. Детшек нарожаем».

Квартира у нас съемная. Машины нет... А дети не получаются. И бизнес у Вани не получается. Вот и стал смурной, а срывается на мне, как будто я во всем виновата.

Сама я, конечно, тоже звезд с неба не хватаю, но работаю продавцом в гастрономе, зарплата ничего, и на жизнь хватает, и откладывать немножечко

получается. Я все об ЭКО мечтаю, на то и коплю. Ванька против, правда, но я лаской да заботой уговарю. Не жена я, что ли?

Хороший же парень...

Я тряхнула головой, отгоняя накотившие вдруг воспоминания.

— Люда, ты чего? — подруга, с которой мы сегодня вместе ужинали, пристально на меня посмотрела, попыталась поймать взгляд. — Неужели о Ваньке думаешь?

— Думаю, — кивнула я. — Ну ты и чудная у меня, — покачала она головой. — Забыть давно пора как страшный сон. Сколько лет назад вы развелись?

— Семь, — подсказала я. — Семь! — подруга воздела руки к небу и выразительно ими потрясла. — И ты все еще его вспоминаешь? А действительно, давай-ка вспомним. Что он тебе сказал, когда ты заговорила про ЭКО?

— «Идиотка», — послушно ответила я. — Сказал, что ему не нужны дети из пробирки и что это настоящие дети вообще.

— Так-так, а когда ты поступила на заочное, решив получить высшее экономическое образование?

— Что я больна на голову и только трачу кровно им заработанные.

— А ты тратила его деньги?

— Свои, — я опустила взгляд в бокал с соком, поболтала в нем соломинкой. — Я понимаю, что ты хочешь мне сказать, Юль. И ты права, конечно. Но жалко его. Таким хорошим парнем был. И что с ним случилось?

— Спился твой хороший парень, — с готовностью повторила новости подруга. — Обрюхатил Вальку Бубнову, бросил с ребенком на руках, пропил все деньги, мать из дому выгнал. Вот что с ним стало. И не вздумай его спасать ехать, а то знаю я тебя. У тебя муж, сын, работа хорошая. Ты у нас теперь кто? Управляющая сеть магазинов здорового питания? Вот и управляй. Расти сына, люби мужа, а этого маляхольного забудь пора.

Потеплело на душе

Я вздохнула. Юля права, сто раз права. Я нашла свое призвание, встретила хорошего человека, полюбила, вышла замуж, родила сына. Все у меня хорошо... а у Ваньки нет. И больно было от этого, и грустно.

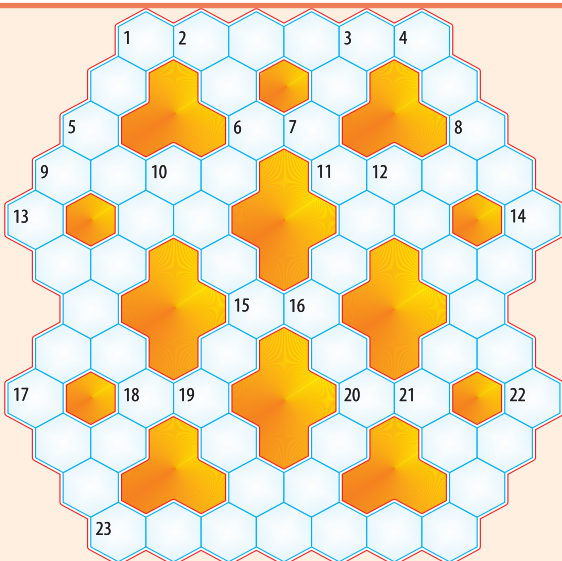
— Я его маме, Ваниной, тете Марусе, когда своих в деревню навещать поеду, подарок куплю, — сказала я Юле. — Она хорошая, жалко ее.

— Купи, — согласилась Юля. — А этого даже навещать не вздумай.

— Не буду, — кивнула я и засобираюсь домой. Сыну обещала поиграть с ним в морской бой, а надо еще мужу ужин приготовить. На душе стало теплее, я спешила туда, где меня любят и ждут.

ЛЮДМИЛА

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



ТРИ ДОРОГИ

По горизонтали: 1. Актер, с блеском сыгравший роль участкового врача Жени Лукашина. 9. «На свой страх и ...» 11. «Подмигнет» мореходам. 23. Детская шалость.

Слева-вниз-направо: 2. Отражение главной героини из сказки «Королевство кривых зеркал». 4. Мультяш «... в тридевятом царстве». 5. И обивочная ткань, и подергивание глаза. 7. Его встарь выбирали в святцах. 10. ... Норен - главная героиня датско-

шведского сериала «Мост». В российском ремейке ее переименовали в Ингу Веермаа. 12. Корнет в «Гусарской балладе». 13. Блюдо из яиц. 16. Его рубит под собой желающий наверхнуться с дерева. 17. Пятикратный Джек Воробей. 19. Путь в обход. 21. Какое слово предваряет имя человека, посвященного в английские рыцари? **Справа-вниз-налево:** 1. Электрички во чреве мегаполиса. 3.

Предстать пред ясны ... князя. 6. Правый приток Волги. 8. Близкий родственник береста, ильма и карагача. 10. Бард, развлекавший викингов. 12. Футбольный клуб из Амстердама. 14. Линейное очертание предмета. 15. «Упаковка» для споров сумчатых грибов. 18. Ранг между царством и классом в биоиерархии. 20. Громкая просьба о помощи. 22. «Поднимаем!» у стропальщиков.

Ответы. По горизонтали: 1. Метро. 3. Очип. 6. Вяз. 10. Скальд. 12. Аякс. 14. Абриль. 15. Аск. 18. Тип. 20. Крик. **Слева-вниз-направо:** 2. Яно. 4. Вовка. 5. Тик. 7. Имья. 10. Сара. 12. Азаров. 13. Омлет. 16. Сук. 17. Денп. 19. Крюк. 21. Сэр. **Справа-вниз-налево:** 1. Мятков. 9. Риск. 11. Маяк. 23. Проказа.

Реклама **LEOMAX**

Оформи заказ по телефону:

8 (800) 500-29-54 и получи **ПОДАРОК***!

Скидки
на ТВ-ХИТЫ
до **-70%**

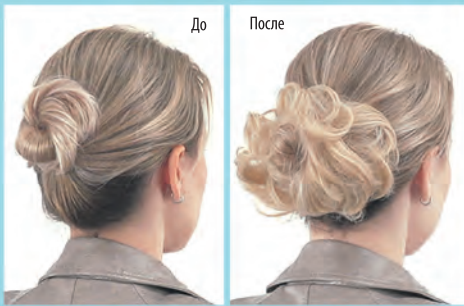
Меховая шапка «Аиша» лот 308240 ~~2799~~ **999.-**



Шиньон «Интрига»

лот 69545 ~~999~~ **599.-**

• Изготовлен из искусственных волос с эффектом легкого мелирования.
• Можно мыть шампунем и сушить феном.
Материал: канекалон.
Объем пучка: 6 см.



Термоноски «Аляска», 2-я пара в ПОДАРОК!

лот 45368 ~~999~~ **599.-**

Материал: 70% хлопок, 27% ПЭ, 3% спандекс.
Размер единый: 34-41 (жен.), 40-46 (муж.).



Термобелье «Нежные объятия»

лот 43363

~~1999~~ **999.-**



Брюки на резинке «Стрелочка»

лот 305634

~~2699~~ **1499.-**

до **60-го** размера



Жилет из шерсти «Ласковое тепло»

лот 305659

~~1999~~ **1499.-**

Материал: 60% акрил, 40% шерсть.
Размер: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64.
Длина по спинке для 50-52-го размера: 72 см.
Цвет: черный, серый.



Утепленные тапочки-бабуши «Маруся»

лот 701978 ~~2799~~ **1299.-**



Одеяло с кантом «Доброе утро», 2-сп.

лот 100573-02 ~~2799~~ **999.-**

• Воздушное легкое одеяло.
• Кант по периметру.

Материал: 100% ПЭ.
Размер: 2-сп. 172×205 см.
Страна-производитель: Россия.

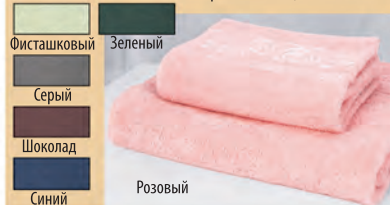


Полотенце «Олимпия»

лот 102205 от ~~999~~ **499.-**

• Хорошо впитывает влагу.
• Гипоаллергенное.
• Не мнется, не нуждается в глажке.

Материал: 100% хлопок.
Размер: 50×90 см, 70×140 см (серый); 50×90 см (персиковый, зеленый, шоколад, синий); 50×85 см, 70×135 см (розовый, фиолетовый, фиолетовый).



Специальные носки без резинки «Комфорт», 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!

лот 45988 ~~999~~ **699.-**

• Предупреждают тяжесть и усталость в ногах.
• Не нарушают кровообращение.
• Рекомендованы при возрастных проблемах с голеностопом.

Материал: 87% хлопок, 13% ПЭ.
Размер: 35-37, 38-40, 41-43, 44-46.
В комплекте 2 пары: черные + светло-серые или черные + синие.
2 пары того же цвета в ПОДАРОК!



Простыня на резинке

лот 27839 от ~~1899~~ **1299.-**

Белый, оливковый, персиковый
лот 16558
Мятный, розовый, желтый, кофейный, синий

Материал: 100% хлопок.
Размер: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.



Комплект жаккардовых полотенец «Сюита», 5 шт.

лот 102672-01

~~1899~~ **999.-**

• Плотные и долговечные, хорошо впитывают влагу.



Складные очки «Фокус Плюс»

лот 43063 ~~1499~~ **599.-**

• Визуальное увеличение до 160%.
• Складная конструкция.
• Подходят мужчинам и женщинам.
Материал: пластик.
Расстояние между дужками: 13,5 см.
В комплекте: очки с футляром.



Усилитель звука «Чуткий слух»

лот 402930 ~~1499~~ **999.-**

• Может усиливать звуки до 40 дБ.
• 6 уровней громкости.
Материал: металл, пластик, силикон.
Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см.
Длина обода: 4 см. Вес: 10 г.
В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция.



«Браслет здоровья»

лот 44663 ~~2999~~ **1999.-**

• Не требует подключения к Интернету.
• Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, расчет потраченных калорий.
Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность).
Материал корпуса: гипоаллергенный пластик и силикон. Водонепроницаем.
Встроенный аккумулятор.



Корректор осанки «Здоровая спина»

лот 400573

~~1999~~ **999.-**

• Эффективный способ сформировать правильную осанку.
• 10 специальных магнитов вдоль линии позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.
Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3).
Материал: неопрен.
Цвет: черный, бежевый.

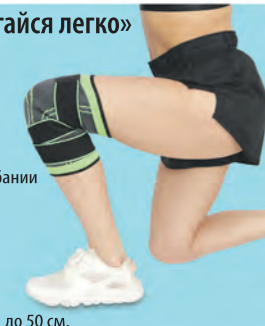


Наколенник «Двигайся легко»

лот 45295

~~1999~~ **599.-**

• Уменьшает нагрузку на сустав.
• Не нарушает кровоток.
• Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
• Незаметен под одеждой.



Материал: 68% нейлон, 32% спандекс.
Размер универсальный.
Высота: 28 см.
Максимальный обхват ноги до 50 см.

Велотренажер «Кардио»

лот 401808 ~~2999~~ **1999.-**

• Для тренировки ног и рук.
• Регулируемый уровень нагрузки.
• Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
• Компактный.



Комплект постельного белья «Ловец снов»

лот 103245

1,5-сп. ~~3199~~ **899.-**

2-сп. ~~3599~~ **1199.-**

Материал: полисатин (100% ПЭ).
В комплекте: простыня без резинки (1,5-сп. 215×160 см, 2-сп. 215×180 см), пододеяльник (1,5-сп. 215×145 см, 2-сп. 215×175 см), наволочка (1,5-сп. 1 шт. 70×70 см, 2-сп. 2 шт. 70×70 см).
Цвет: сиреневый, бежевый, зеленый.



Покрывало «Нежный бархат»

лот 102180

~~4699~~ **1599.-**

• Покрывало из бархата преобразит интерьер.
• Прослужит долго.

Материал: жаккард (100% ПЭ).
Наполнитель: синтепон, плотность 80 г/кв.м.
Ткань подклада: микрофибра.
Размер: 220×220 см.
Дизайн: «Коричневые розы», «Розовые лилии».



*** ВАШ ПОДАРОК:**

Комплект «Рубиновая страсть»

при заказе от 1000 р.



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

* При одновременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-29-54. Предложение действительно до 31.03.2023. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

8 (800) 500-29-54

Хиты продаж со скидками до

-81%

АКЦИЯ до 28.02!

TV
РЕКЛАМА



Размеры
37 – 43

Теплые ботинки «Комфорт Норд»

Теплые ботинки защитят от весенней непогоды. Широкий проём с фиксирующей резинкой комфортен для ног с любой полнотой и подъемом, застёжка-липучка обеспечивает плотную фиксацию на ноге. Антискользящая подошва с протектором защитит от падений, а амортизирующая пяточная вставка облегчает нагрузку на ноги.



- Теплый мех согревает
- Подошва не скользит
- Подходит для ног с любой полнотой

Трикотажный слой
Термоизоляционный слой
Слой экомеха



Материал: верх – полиэстер 100%, внутри – иск. мех. Подошва – ПУ. Высота подошвы: 3 см. Размеры 37–43. КНР. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

Лот 137 0832 Черные
Лот 137 0784 Бордо

скидка
50%

~~2990~~ Р

1490 Р



ПАРФЮМ
В ПОДАРОК
за заказ от 1 000 руб.



Ваш подарок – нежный женский цветочный парфюм с жасмином. Стильный золотой флакончик идеален для ношения в сумочке! Россия. 15 мл.

БЕСПЛАТНО



4 пары
в наборе

Мужские носки «Релакс»

Носки без резинки

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



3 пары
в наборе

Женские носки «Отдых»

скидка 45%

~~1450~~ Р

790 Р

Сапоги «Эверест»

Изготовлены из очень легкого водонепроницаемого материала со 100% защитой от влаги – теперь осенне-зимняя распутица Вам будет нипочем! Модель утеплена мягким мехом. Легко надеваются и подходят людям с разным подъемом стопы. Легко моются и быстро сохнут.

Материал: ЭВА, иск. мех. КНР. Размеры: 37–43. Большемерят. Уточните у оператора при заказе! Лот 155 9514 Черные

TV
РЕКЛАМА



скидка
50%

~~2990~~ Р

1490 Р

690 Р

Халат «Мария»

Халат из легкой дышащей хлопковой ткани идеален для дома. Застежка на молнию, оптимальная длина, карманы в боковых вставках – все для вашего комфорта! Специальный контрастный вставки другого цвета визуально стройнят. Длина: 102 см. Материал: хлопок 100%. Р. Узбекистан. Размеры: 46–72. Уточните при заказе у оператора! Рекомендуем покупать на размер больше (хлопок после стирки может дать усадку). Лот 147 0198



TV
РЕКЛАМА

скидка 81% от 2 шт.

~~2700~~ Р

490 Р

Кожаная сумка «Флоренция»

Элегантная, удобная и вместительная сумка с множеством отделений и карманов идеальна для любых ситуаций – и на работу, и для вечеринки. Регулируемая ручка позволяет носить сумку как в руках, так и через плечо.

Материал: кожа пчворк. Размеры: 30x24x8 см. КНР. Лот 141 8936



скидка
75%

~~3990~~ Р

990 Р

Ножницы для плотных ногтей + щипцы

С длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног. Ножницы. Материал: сталь, пластик. Размер: 21 см. КНР. Лот 689 883



Щипцы. Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11x6 см. КНР.

+ ПОДАРОК

790 Р

МОИ
МИР

Звонок по России и с городского, и с мобильного БЕСПЛАТНЫЙ:

8 (800) 350-35-73

код заказа:
ТЕЛ_101_23_НОРД

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 179 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам АО «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2,5% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шопинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 25.01.2023 г. до 15.03.2023 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте www.moi.ru. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ_101_23_НОРД. Реклама.