

№13
(490)
ЧЕРНОЗЕМЬЕ

ТВ-программа с 31 марта по 6 апреля 2025 года

ТЕЛЕК

36
КАНАЛОВ
ТВ

**5 ШАГОВ
К ЖЕНСКОЙ
УВЕРЕННОСТИ
В СЕБЕ**

стр. 4

**КАК ВЫБРАТЬ
КИСТИ ДЛЯ
МАКИЯЖА**

стр. 7

**ВИОЛЕТТА
НЕКЛЮДОВА**

**ВАША МЕЧТА – ЭТО ВАЖНЫЙ
ДВИГАТЕЛЬ В ЛЮБОМ ДЕЛЕ**

**КАЛЕНДАРЬ
КРАСОТЫ
И ЗДОРОВЬЯ
НА АПРЕЛЬ**

стр. 8

**АХ, КАКАЯ
АППЕТИТНАЯ
КУРОЧКА!**

стр. 29

**ЕЖЕВИКА:
ВЫРАЩИВАЕМ
КРУПНЫЙ
УРОЖАЙ**

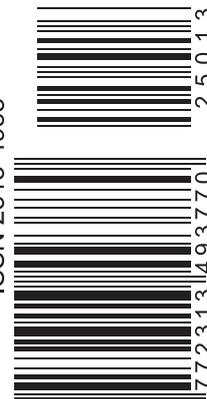
стр. 26

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фотограф Евгений Мальков

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 25013

стр. 2

Вот уже год, как Виолетта Неклюдова является ведущей РЕН ТВ.

Помимо работы, она постоянно учится, совершенствует свои знания, правильно понимая, что предела совершенству нет. Любимой профессией она занимается со второго курса журфака Санкт-Петербургского университета. Работала ведущей и спецкором на различных федеральных телеканалах. В 2024 году перешла на РЕН ТВ, где с успехом ведет популярную программу «Экстренный вызов 112».

Главное – не впасть в депрессию

– Виолетта, о профессии телеведущего мечтают многие, но осуществить желаемое получается у единиц. Как вы достигаете, почему?

– Наверное, не у каждого хватает терпения и силы воли. Например, я знала, если хочу быть ведущей, к этому надо приложить не просто много, а очень много усилий. Я была готова к тому, что предстоит пройти тяжелый путь, что не сразу окажусь там, где мечтала. И постоянно совершенствовала свои навыки: ежедневная работа с голосом, чтение сценария, работа в кадре, самоподача и десятки трактовок на разных каналах. Конечно, были среди них успешные, но и отказов было достаточно. И я работала над ошибками, не впадала в депрессию. Благодаря исключительному упорству и постоянной работе над собой у меня все получилось.

– Что было самым трудным на этом пути?

– Не опускать руки после неудач, не поддаваться мысли, что, может, лучше выбрать другую профессию. Продолжать ходить на кастинги и тракты после того, как тебе отказали. И тогда воздастся по трудам твоим.

«А готовили меня в пианистки»

– Об этом рассказывали ребятам на недавнем мастер-классе?

– Рассказывала о том, как важна учеба, что необходимо как можно раньше погружаться в профессию, узнавать, как работают СМИ. В студенческие годы

Виолетта НЕКЛЮДОВА:

Главная моя мечта осуществилась

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Если у вас есть мечта, не сдавайтесь. Помните, ваша мечта – это важный двигатель в любом деле. Обращайте внимание на то, что происходит вокруг, будьте внимательней. Мы в силах на многое повлиять. И не теряйте интереса к жизни, даже в заурядном событии можно найти что-то удивительное.



Подробности

«Сегодня испытываю абсолютное счастье»

– Многим кажется, что жизнь журналиста, телеведущего невероятно интересна. Откуда такое мнение?

– Наверное, оно сложилось потому, что журналисты постоянно общаются с людьми, ездят в командировки, находятся в эпицентре событий и бывают в самых разных, иногда опасных и порой недоступных местах для зрителей. Во время поездок, съемок и интервью расширяется кругозор, появляется огромное количество интересных знакомств. Что касается работы телеведущего, думаю, здесь многих привлекает красивая студийная картинка, романтика закулисья прямых эфиров. При этом бытует ошибочное мнение, что у ведущих работы меньше и она не такая уж сложная. Это совсем не так. В течение всего дня мы работаем над выпусками, с новостями, пишем множество текстов. Также на нас лежит огромная ответственность – ведение прямого эфира. Это сложная командная работа, требующая высокого про-

фессионализма и серьезной подготовки. Вообще, телевидение – удивительный мир, многогранный и насыщенный событиями. Так же, как и наша жизнь. Если внимательно присматриваться к окружающему, прислушиваться к людям, то каждый день будет удивлять чем-то новым, и даже обычная поездка на автобусе обернется приключением.

– Вы всегда жили мечтой. О чём сегодня мечтаете?

– Сейчас я проживаю период осознания, что главная мечта моей жизни осуществилась, и, прежде чем ставить перед собой новую цель, хочу прожить этот момент. Считаю, что важно уметь не только добиваться и достигать, но и радоваться, наслаждаться своими результатами и достижениями. После десяти лет постоянного стремления к исполнению цели я, наконец, выдохнула и ощущаю абсолютное счастье. Теперь я знаю, что в жизни все возможно, если чего-то очень захотеть и не сдаваться перед трудностями.

быстро, на бегу, так что смены ритма я не заметила.

– Несмотря на большой объём работы, вы много чем увлекаетесь, например, историей Древнего Египта, астрономией, любите шахматы и картинг, настольный теннис и музыку. Где берёте на это время?

– Подстраиваю увлечения под график работы. Кстати, у меня замечательный график, работаю неделю через неделю, и это позволяет уделять время семье и своим увлечениям.

– Вы сказали, что всё время учитесь. Чему научились, став ведущей телепередачи «Экстренный вызов»?

– За тот год, что веду программу, заметила, как стала лучше разбираться в правовой терминологии, в различных юридических тонкостях. Конечно же, продолжаю ежедневно работать над подачей, речью, голосом, оттачиваю навык письма, продолжаю совершенствоваться в своей профессии.

Мария СУХАНОВА

я после пар бежала в учебную телестудию, со второго курса снимала репортажи, ходила на лекции старшекурсников, чтобы как можно больше всего узнать.

– Откуда у вас, молодой девушки, была такая правильная установка?

– У меня был хороший пример перед глазами – моя семья. Я росла в творческой среде: мама была балериной, бабушка – солисткой вокально-инструментального ансамбля «Калинка». Я с детства выступала с ней на сцене, видела, как она

работает, как трудится мама. И когда сама начала выходить на сцену, они поддерживали всегда и во всем, хотя изначально видели меня пианисткой (смеется).

«Смены ритма я не заметила»

– Коренная петербурженка, вы переехали жить в Москву. Захотелось более динамичной жизни?

– Меня пригласили сюда работать, и переезд мне дался несложно. Я и в Петербурге жила очень

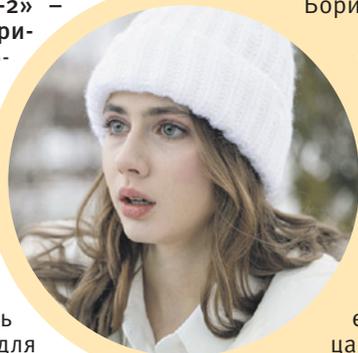


«Художник» возвращается

В Москве стартовали съёмки многосерийного детектива «Художник-2» – продолжения полюбившегося зрителям сериала «Художник». Проект создается компанией «ВайТ Медиа». Роли в картине исполняют Виктор Добронравов, Марина Александрова, Андрей Мерзликин, Кирилл Зайцев, Сергей Газаров.

Действие фильма разворачивается в 1946 году. В Москве происходит череда дерзких ограблений, истинная цель которых – служить прикрытием для срыва вражескими агентами советского атомного проекта. Следователь Рудаков (Виктор Добронравов) разыскивает таинственного «Ювеля» – руководителя шпионской сети. Каждый шаг расследования подталкивает его к неутешительному выводу: даже в его ближайшем окружении может оказаться кто-то, кого завербовал враг...

Фото телеканала «Россия»



Лолита Таборко представила свою героиню

Телеканал «Домашний» завершил съёмки мелодрамы «Выбираю нас». Роли в проекте исполнили Лолита Таборко, Дарья Борисенко и Владислав Калашников.

По сюжету, у дочери успешного бизнесмена Марии (ее играет Лолита Таборко) все отлично складывается в жизни: любящий отец, хорошее образование, долгожданная встреча со сводной сестрой и красавец жених – о чем еще можно мечтать? Но жизнь меняется в один миг: отец погибает, а за его наследство начинается жестокая борьба...

– Машу мы застаем беззаботной и счастливой девчонкой, у которой, на первый взгляд, есть все, – рассказывает о своей роли Лолита Таборко. – Череда жестоких событий, ломающих ее привычный мир, делает из нее настоящего бойца, способного устоять перед любыми трудностями. Главная мысль кинопроекта: нужно оставаться человеком честным и сильным, крепко держаться тех, кто будет светить, даже когда вокруг – темнота...

Фото пресс-службы телеканала «Домашний»

«САШУТАНЮ» ждут новые испытания

На телеканал ТНТ 31 марта возвращается сериал «САШАТАНЯ» с новым – девятым – сезоном. Сергеевы снова окажутся в центре комичных ситуаций, где бытовые трудности превращаются в настоящие приключения. В этот раз испытания ждут не только Сашу (Андрей Гайдулян) и Таню (Валентина Рубцова), но и их друзей, коллег и даже новых персонажей.

– Саша остается Сашей – он по-прежнему изобретателен, упрям и уверен, что любые проблемы можно решить, – говорит Андрей Гайдулян. – Но в новом сезоне его ждут такие повороты, которые выбьют почву из-под ног даже у него. Мне нравятся эти вызовы, потому что они делают героя живым, а комедию – еще смешнее.



Финал «Один в один» обещает сюрпризы

28 марта на телеканале «Россия» – финал нового сезона музыкального гранд-шоу «Один в один». На протяжении трех месяцев 10 звездных участников представляли на суд строгого жюри перевоплощения в известных артистов разных эпох. Лидеры турнирной таблицы постоянно менялись местами, заставляя зрителей сильнее переживать за своих фаворитов. По итогам восьми прошедших выпусков на первом месте оказалась Мария Зайцева, на втором – Вячеслав Макаров, а на третьем – Алиса Мон.

В финале за столом жюри, как и прежде, Юрий Стоянов, Алексей Чумаков и Марина Мещерякова. В кресле четвертого, приглашенного гостя, окажется Филипп Киркоров. Телезрителей ожидают образы таких ярких артистов, как Людмила Зыкина, Эдит Пиаф, Монсеррат Кабалье, Владимир Пресняков, Майкл Джексон, Николай Носков. И, конечно же, не обойдется без перевоплощения в члена жюри – Филиппа Киркорова. Ведущие шоу Николай Басков и Клава Кока также подготовили свой незабываемый музыкальный сюрприз.

Фото телеканала «Россия»

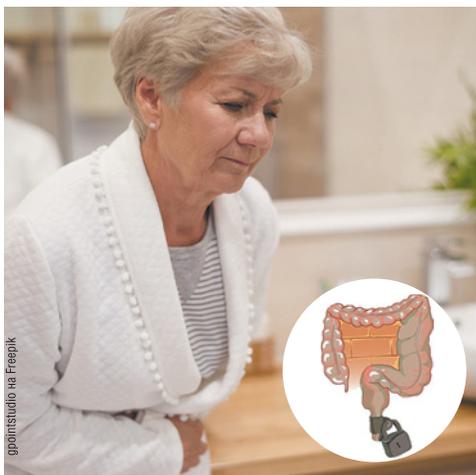
Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА» и пресс-инф.

У ВАС ЗАПОР?

ВАША КРОВЬ ОТРАВЛЕНА!

Срочно: ультратонкое очищение кишечника, крови и сосудов!

Миллионы людей каждый день мучаются из-за проблем со стулом, особенно это тяжело для пожилых людей. Но мало кто знает, насколько это опасно! Представьте, массы переваренной пищи не могут покинуть кишечник, они скапливаются, гниют, твердеют и начинают растяги-



Для прекращения отравления организма необходимо:

- ИЗБАВИТЬСЯ от проблем со стулом;
- ЗАКРЫТЬ «кишечные дыры»;
- ОЧИСТИТЬ кровь!

Это под силу только СИВИДАЛУ!

вать и царапать нежную слизистую кишечника. Клетки эпителия начинают рваться, появляются микротрещины, а потом и «кишечные дыры». Накопившиеся в кишечнике гнилостные токсины, шлаки, вирусы попадают прямо в кровь, стремительно разносятся по всему организму и по всем жизненно важным органам и особенно сердцу, печени, почкам, мозгу. Начинается отравление организма. Появляется тревожность, бессонница, скачет давление, боли в суставах, в голове. Вот к чему может привести нерегулярный стул. И исправить это простыми слабительными невозможно!

СИВИДАЛ – это живые микромолекулы, полученные из дикой водоросли ламинарии Охотского моря по уникальной запатентованной

БЛАГОДАРИ ГЕЛЕВОЙ ФОРМЕ СИВИДАЛ:

- ✓ бережно и мягко проходит по кишечнику;
- ✓ выводит камни, скопившиеся в кишечнике;
- ✓ собирает всё ядовитое;
- ✓ выстилает стенки кишечника защитной микроплёнкой;
- ✓ заживляет повреждённую воспалённую слизистую.

технологии кавитации (патент РФ RU 2384342). Ламинария – это самое мощное растение, которое миллионы лет очищает океаны и моря! Микромолекулы водоросли в СИВИДАЛЕ способствуют ультратонкому очищению кишечника на клеточном уровне! Одновременно с этим в кровь поступают миллионы живительных микромолекул СИВИДАЛА, которые очистят кровь и сосуды вплоть до самых маленьких капилляров. В результате СИВИДАЛ избавит от нерегулярного стула, ядов и токсинов и очистит кровь и сосуды на микроуровне! Тонкая работа.

Звоните прямо сейчас:
8-800-100-55-60

Звоните с мобильного:
***2031**

Код вашего подарка*:
«ОЧИЩЕНИЕ»

ВСЕ ЗВОНКИ и консультации
БЕСПЛАТНЫЕ И АНОНИМНЫЕ

*При покупке комплекса. Не является БАД. Не является лекарственным средством. Необходима консультация специалиста. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр., д. 29, стр. 4, эт. 1, пом. 1, комн. 28. СГР № RU.77.99.19.004.E.004350.10.18 от 01.10.2018. Акция действует с 01.12.2024 по 01.06.2025 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8-800-100-55-60. РЕКЛАМА

РЕКЛАМА

1 банка Сивидала
В ПОДАРОК*
при покупке
в течение
7 дней

Ламинария
гомогенизированная
желированная

СИВИДАЛ®

Специализированный
пищевой продукт

2 проблемы
решение 1

ПОДАРОК ВОДОРОСЛИ ЛАМИНАРИИ

СЕКРЕТ УСПЕХА

Как решиться на самозанятость?

Самозанятость – это возможность стать хозяином своего времени, выбирать проекты, которые вдохновляют, и самостоятельно управлять доходами. Однако для этого нужны не только профессиональные навыки, но и психологическая готовность. Вот несколько шагов к этому.



Оценить свои навыки и ресурсы

Важно понять, какие услуги или продукты вы можете предложить рынку. Составьте список своих сильных сторон, опыта и знаний. Также оцените финансовую подушку безопасности, которая позволит вам комфортно пережить первые месяцы, когда доходы могут быть нестабильными.

Изучить рынок

Поговорите с потенциальными клиентами, изучите конкурентов и определите свою уникальность. Это поможет вам понять, насколько востребовано то, что вы предлагаете.

Начать с малого

Не стоит сразу бросать основную работу. Попробуйте начать с фриланса или подработок в свободное время. Это позволит вам постепенно наработать клиентскую базу.

Составить план

Самозанятость требует дисциплины. Определите, сколько времени вы готовы уделять своему делу, как будете искать клиентов и какие цели ставите перед собой.

Не бояться ошибок

На старте возможны неудачи, и это нормально. Главное – учиться на них и не опускать руки. Самозанятость – это постоянное развитие и адаптация к новым условиям.

Оформить документы

В России самозанятые могут легально работать, зарегистрировавшись в налоговой службе. Это даст вам доступ к упрощенной системе налогообложения и защитит от возможных проблем с законом.

В современном мире уверенность – не врожденное качество, а привычка, которую можно развить.

Часто женщины, чувствуя себя скованно, пытаются решить проблему очевидными способами: меняют гардероб, читают мотивационные книги, повторяют аффирмации. Но реальное преображение требует более глубоких изменений. Если вам кажется, что вы недостаточно ярки, сильны или харизматичны, попробуйте эти пять нетривиальных шагов. Они помогут вам измениться не только внешне, но и внутренне.

Измените скорость движений

1 Один из самых явных признаков уверенности – отсутствие суеты. Люди, которые знают себе цену, не торопятся, не мечутся и не делают резких движений. Они двигаются плавно, осознанно, с ощущением контроля. **Что делать?** Замедлитесь. Представьте, что каждое ваше движение – это танец. Как вы подносите чашку к губам? Как кладете телефон на стол? Сделайте все это медленнее и осознаннее. Контролируйте походку. Перестаньте торопиться, держите осанку, представляя, что на голове у вас невидимая корона.

5 шагов из «серой мышки» в уверенную женщину



Добавьте дерзости в гардероб

2 Дело не в дорогих вещах, а в деталях, которые транслируют уверенность. Уверенные женщины не боятся акцентных вещей: массивных украшений, яркой помады, необычных аксессуаров. Они не стремятся быть незаметными. **Что делать?** Добавьте в образ что-то «слишком» – массивные серьги, необычные очки. Экспериментируйте с цветом. Даже если вы не готовы к радикальным изменениям, начните с аксессуаров: сумки, шарфа или обуви.

Начните говорить с паузами

3 Неуверенные люди часто тараторят, боятся пауз и извиняются даже за воздух, которым дышат. Уверенная женщина не спешит – она говорит так, словно ее слова имеют вес. **Что делать?** Практикуйте паузы. Перед тем как ответить на вопрос, делайте секундную паузу. Это создаст впечатление, что вы обдумываете ответ, даже если вы его уже знаете. Следите за тоном. Говорите чуть медленнее и глубже – это автоматически придаст вашему голосу убедительности.

Принимайте комплименты без неловкости

4 Неуверенные женщины часто обесценивают себя, даже не замечая этого. Им сложно принять похвалу, они сразу начинают оправдываться: «Да ну, это просто удачно вышло» или «Да я на самом деле не такая». **Что делать?** Начните говорить «Спасибо» вместо «Ой, да ладно». Практикуйте зеркальную технику: каждое утро смотрите на себя в зеркало и вслух говорите три вещи, которые вам в себе нравятся.

Прекратите объяснять свои решения

5 Если человек все время оправдывается и объясняет свои поступки, это сигнализирует о неуверенности. Уверенные женщины не раздают отчеты, если это не требуется. **Что делать?** Поймите себя на объяснениях. Вы собираетесь сменить работу, перекрасить волосы, начать бизнес, но чувствуете, что должны объяснить перед окружающими? Не нужно. Просто делайте. Упражнение: попробуйте в течение дня не объяснять свои решения, даже в мелочах. Вместо «Я не хочу кофе, потому что уже пила утром» просто скажите: «Нет, спасибо».

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Кстати Как разбудить желание меняться?

Часто люди понимают, что пора меняться, но сталкиваются со страхом, ведь привычное, даже неудобное, кажется безопасным. Поэтому начать лучше с чего-то простого.

● **Переформулируйте «надо» в «хочу»**

Вместо «Я должна похудеть» скажите: «Мне интересно, как я буду выглядеть с другим питанием».

● **Сделайте процесс игрой**

Попробуйте преображение как эксперимент. Как изменится мое самочувствие, если я распрямлю спину? Какой эффект даст медленный, уверенный голос?

● **Создайте яркий образ будущей себя**

Представьте, как выглядите, говорите, чувствуете себя в новом состоянии. Чем живее картинка, тем сильнее желание измениться.

Рог или зуб?

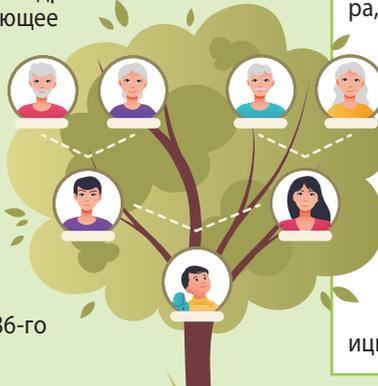
Арктических млекопитающих нарвалов часто называют морскими единорогами за длинный острый вырост, торчащий из их головы.

Долгое время считалось, что рогом нарвалы протыкают корабли и пускают их на дно. Но это, конечно, выдумки. Ученые выяснили, что, во-первых, этот вырост на самом деле – клык, а во-вторых, он нужен для привлечения самок, охоты за рыбой и борьбы с соперником.



Ветвистая генеалогия

Знанием своих корней могут похвастаться представители королевских семей и аристократы. У каждого рода есть свое генеалогическое древо, во всех подробностях рассказывающее о многочисленных предках на 20-30 поколений. Но самым детальным генеалогическим древом мог бы похвастаться Конфуций. О его предках сохранились сведения до 86-го колена!



Жгучий обманщик

Когда мы откусываем перчик чили, во рту словно случается пожар. На самом деле температура, конечно, не повышается. Такой эффект дают молекулы капсаицина. Они воздействуют на вкусовые рецепторы, и те посылают в мозг сигнал о «пожаре». Кстати, «потушить» его можно молоком, потому что содержащийся в нем казеин разрушает молекулы капсаицина.



Если мужчина влюблён

Существует мнение, что мужчины хуже скрывают свои чувства, чем женщины. Это вполне объяснимо: эмоции для сильной половины человечества – непривычная территория. Как же влюбленный мужчина проявляет свои чувства? Он внимательно слушает любимую женщину, ему важна каждая деталь. Он не спускает с нее глаз или, наоборот, старательно избегает ее взгляда. Он стремится узнать у знакомых как можно больше подробностей о своей любимой.

Светлана СИДОРЧУК



«Тайны следствия» станут юбилейными

В Санкт-Петербурге начались съёмки юбилейного – 25-го – сезона детективного сериала «Тайны следствия» для телеканала «Россия». В новом сезоне сериала-хита самый красивый следователь страны Мария Швецова и ее профессиональная команда продолжают расследовать запутанные преступления. В роли Марии Швецовой, как всегда, Анна Ковальчук. Также в сериале снимаются Александр Новиков, Алексей Комашко, Ольга Павловец, Андрей Шарков, Александр Кононец, Сергей Юшкевич, Вячеслав Захаров, Наталья Ионова, Дмитрий Миллер и многие другие.

– 25-й сезон – это же четверть века! Это удивительно! – говорит Анна Ковальчук. – И очень приятно, что зрителям все так же интересно следить за жизнью и работой Марии Швецовой и всех героев нашего сериала. Все мы давно уже не просто коллеги – мы как семья, поэтому каждый раз снова встречаться на площадке для нас счастье. Я благодарна судьбе за то, что она подарила мне эту роль и зрительскую любовь – и к самому сериалу, и, конечно, к любимой мною Марии Сергеевне.

Фото телеканала «Россия»

У Елизаветы Боярской – снова главная роль

Начались съёмки сериала «Тоннель» (производство: студия KIONFILM, кинокомпания Team Films совместно с телеканалом НТВ). В ролях в новой криминальной драме заняты Елизавета Боярская, Сергей Гилев, Даниил Страхов, Таисья Калинина, Мамука Патарави, Влад Фурман, Александр Аверин, Кирилл Болтаев и другие артисты. Елизавета Боярская сыграет неподкупную и принципиальную таможенницу Светлану Суворову, которой пришлось поступиться принципами ради спасения мужа...

– Моя героиня Светлана Суворова – образцово-показательный таможенник, невероятно скрупулезная, – рассказывает Елизавета Боярская. – Но однажды обстоятельства складываются так, что моей героине приходится переступить черту закона...

Фото PR НТВ

Инспектор Гаврилов возвращается

На телеканале СТС 31 марта – старт второго сезона комедийного сериала «Инспектор Гаврилов». Напомним: это история о грабителе-рецидивисте Саше Медном (его играет Виктор Добронравов), который, скрываясь от закона, затаился в Усть-Шехтинске. Он выдает себя за майора Гаврилова, форму и документы которого украл в поезде. Во втором сезоне сериала Саша Медный оказывается на грани разоблачения: в город приезжает старый друг майора. Медный уговаривает настоящего Гаврилова (которого прячет в лесу) встретиться с товарищем. Но наутро находит майора мертвым. Раскрыть преступление берется следователь Кристина (Виктория Заболотная). Но поддается очарованию Медного, и тот опять остается на свободе...

Фото PR НТВ



Мария Куликова сыграла майора полиции

На телеканале «Россия» – премьера многосерийного детектива режиссёра Марии Маханько «Однажды в Залесье». Роли в проекте исполнили Мария Куликова, Дмитрий Миллер, Михаил Пореченков, Екатерина Волкова, Александр Константинов и другие.

Майор полиции Василиса Журавлёва (Мария Куликова) служит в небольшом городке. Спокойствие этого места нарушает убийство, которое ломает жизнь горожан, вскрывая тайны прошлого...

– Как зритель я сама очень люблю детективный жанр, – рассказывает Мария Куликова. – И вдвойне круто, когда в детективной линии есть место и иронии, и мелодраматичной составляющей. Это такое комбо, когда для всех зрителей найдется что-то свое. Плюс в «Однажды в Залесье» у меня – смена профессии, ведь очень часто в своих картинах я либо врач, либо педагог, а здесь впервые надела полицейские погоны. Моя героиня – майор полиции, и находится в эпицентре событий. Здесь все действительно очень круто запутано, так что зрителей ждет огромное количество интриг...

Фото телеканала «Россия»



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОИЦА» и собств. инф.

УВАЖАЕМЫЕ ЖЕНЩИНЫ, ХВАТИТ СТРАДАТЬ! ВЫХОД ЕСТЬ! БОРОВАЯ МАТКА МОЖЕТ ПОМОЧЬ РЕШИТЬ ВАШУ ПРОБЛЕМУ!

«Уже сил нет терпеть проблему! Я уже забыла, когда в гости ходила! Запретила себе смеяться – чтоб потом не плакать...».

«Я сделалась затворницей. Не могу дальше 100 метров от дома отойти».

Письма многих женщин пронизаны болью, отчаянием и... надеждой. Сразу хотим успокоить вас, дорогие женщины: выход есть! Боровая матка содержит целый комплекс полезных для женской мочеполовой системы веществ: арбутин, гидрохинон, витамин С, сапонины, органические кислоты, титан, медь, цинк, марганец и другие. Исследование свойств боровой матки, проведенное в



Институте общей и экспериментальной биологии СО РАН, показало ее «выраженное мембраностабилизирующее, диуретическое» действие. Особенно полезна алтайская боровая матка, так как в ней целебные вещества содержатся в наибольшей концентрации.

Алтайская боровая матка входит в состав ампул «Фемурол». Помимо нее, в ампулах со-

держатся экстракты пажитника, тысячелистника, семян тыквы, зародышей сои и другие полезные компоненты, усиливающие действие боровой матки.

Благодаря своему активному составу ампулы «Фемурол» способствуют поддержанию работы женской мочевыделительной системы, снижению активности мочевого пузыря, укреплению мышц тазового дна.

Женщины, использовавшие «Фемурол», отмечают, что после курса почувствовали себя увереннее, стали вести более активный образ жизни, перестали бояться «выходить в люди».

Ампулы «Фемурол» – ваш шанс на активную жизнь.

СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

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



Для этого сделайте 3 простых шага:

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

2. НАЗОВИТЕ промокод акции **2365**

3. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК* – «Фемурол»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует с 26 марта по 26 мая 2025 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!

Доставка за счет производителя!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции с 26 марта по 26 мая 2025 г. * С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.

Антон Даниленко обаятелен и мужествен. И это передаётся его героям. Хотя... Частенько под обликом галантного сердцеда и приятного во всех отношениях героя скрывается ещё тот злодей!

И если зрители привыкли к такому его воплощению и коварству, то их ждет, надемся, не разочарование, а удивление, ведь в новых проектах Домашнего «Эхо прошлого», «Варино счастье» и «Ангел на белой карете» его герои... Впрочем, надо посмотреть, а пока несколько штрихов к портрету от самого актера.

«Мечты у всех разные»

– Антон, в проекте «Эхо прошлого» (преьера которого состоится 28 марта в 19.00 на Домашнем) вашего героя Павла в описании характеризуют как «мужчина мечты». А как вам кажется, какие качества должны быть у этого мужчины?

– Ха-ха-ха! (Смеется.) Сложно сказать. Мечты у всех разные, я полагаю!

– Каким вы его придумали? Что в нём главное?

– Есть такое качество – «мужская твердость». У меня дедушка такой: он очень добр и по-мужски тверд. И поэтому мне всегда хотелось быть на него похожим. А получилось ли воплотить это в Павле, посмотрим (улыбается).

Антон ДАНИЛЕНКО:

// Все мы здесь за хорошей историей



рее пытался его понять, осознать и рассчитать. Каждый случай, конечно же, индивидуален, но, насколько мне удалось изучить этот вопрос, росток всходит на характерной почве, удобренной детскими и не только травмами. Да, я считаю, это диагноз. И чем мы больше знаем, видим и понимаем симптомы проявления поведения подобного рода, тем лучше.

– Встречали в своей жизни таких?

– Да.

И снова отец семейства

– Один из премьерных проектов – «Ангел на белой карете», съёмки которого завершаются.

ПОДРОБНОСТИ

«Эхо прошлого»

Талантливый врач Александра Смоленская переживает странную смерть своего пациента. В ходе расследования выясняется, что муж ей изменяет, а подруга пытается занять ее место в больнице. Единственным, кому Саша может довериться, оказывается Павел – капитан полиции, который ведет расследование.



«Варино счастье»

Страстный роман Вари с Геннадием оборачивается кошмаром: мужчина оказывается домашним тираном и лжецом. Варя забирает сына и пытается сбежать, но он находит их. Гена хочет наказать Варю и обвиняет ее в краже драгоценностей. Варя отправляется в колонию отбывать наказание за преступление, которого не совершала.



И все его чаяния связаны только с ней. Он совсем забыл о том, что сам тоже в данный момент живет свою жизнь, и счастье дочери зависит и от его счастья.

Больше красоты в кадре

– Несерьёзный вопрос. Бывает, женщины-актрисы говорят, что двум красивым женщинам в кадре не бывать! А вот как быть двум красивым мужчинам?

– Я считаю, чем больше красоты в кадре, тем лучше! (Смеется.)

– Бывало так, что вас не утверждали с примерной формулировкой: вы слишком привлекательны и обаятельны?

– Ха! С отказами иногда забавно бывает. Я перестал заострять внимание после того, как мне практически подряд сказали, что для героя я слишком злой –

в одном проекте, но в то же время на других пробах сказали, что я слишком положительный (смеется). Поэтому впредь фиксирую только профессиональные замечания и комментарии.

Актёры и роли

– Вы не новичок на Домашнем. Можно ли говорить, что содержание проектов меняется, становится разнообразнее?

– Знаете, есть такое профессиональное правило у артистов: «актера делают роли», это действительно так: чем больше ты работаешь и совершенствуешь свое дело, тем то, что ты делаешь, становится объективно лучше и изящнее. Так же, я думаю, и с проектами Домашнего в целом. Почему нет? (Улыбается.)

– Чего бы вы себе пожелали на Домашнем?

– Для меня главное – это увлекательность, актуальность и человечность истории. Ведь все мы за этим здесь, за хорошей историей. Зритель жаждет ее увидеть, ну а мы – рассказать.

– А чего бы вы пожелали от себя Домашнему и зрительницам? В этом году каналу исполнилось 20 лет.

– Я поздравляю канал Домашний! Это прекрасная дата и отличное событие. Каналу желаю процветания и как можно больше удачных проектов! А зрителю – наслаждаться ими! (Улыбается.)

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Гриб пижон – шампиньон

Вкусный и безвредный гриб шампиньон нашёл своих поклонников не только в среде аристократов и королей. Кстати, название гриба со старофранцузского переводится как «то, что растёт в поле». Наша викторина – о шампиньонах.

1 29 марта стало Днём шампиньона не случайно. Именно в этот день в 1826 году в крестьянской семье родился в будущем всемирно известный селекционер-овощевод, победитель международных выставок, член Парижской академии сельского хозяйства, промышленности и торговли, создатель множества сортов овощей. Именно этим знаменитым учёным было написано первое в России руководство «О разведении шампиньонов». Более того, он создал специальные теплицы и разработал методику промышленного выращивания шампиньонов. Как звали этого учёного-селекционера?

- а) Ефим Андреевич Грачёв.
б) Андрей Тимофеевич Болотов.
в) Климент Аркадьевич Тимирязев.

2 О шампиньонах знали ещё в Древней Греции – учёный Теофраст даже упоминал их в своих бессмертных трудах. По одной из версий, этот гриб стал популярным и желанным у кулинаров после того, как «король-солнце» ввёл его в своё постоянное меню. Какой французский король благодаря своему пристрастию к блюдам из шампиньонов способствовал развитию в стране грибной индустрии?

- а) Генрих IV. б) Людовик XIV. в) Наполеон I.

3 В энциклопедическом словаре Брокгауза и Ефрона есть статья о шампиньонах. Вот только называли их на Руси в X-XIII веках совсем иначе. Как именно?

- а) Печерицы. б) Шары.
в) Копытцы.

ОТВЕТЫ

1-а. Ефим Андреевич Грачёв. 2-б. Людовик XIV. 3-а. Печерицы. Старинное название говорило о внешней схожести с печкой. Печь в это время представляла собой полукруглую постройку и издали напоминала грибную шляпку.



Макияж – это не просто способ подчеркнуть свою красоту, а настоящее искусство, требующее не только навыков, но и правильных инструментов.

Инструменты красоты – кисти и спонжи

Кисти и спонжи – это незаменимые помощники в создании безупречного образа. Они помогают равномерно нанести тональную основу, растушевать румяна, подчеркнуть контуры лица и создать идеальный макияж глаз. Но как выбрать подходящие инструменты, чтобы они стали вашими верными спутниками в мире красоты? Давайте разберемся.

Типы кистей и их назначение

Кисти для макияжа бывают разных форм, размеров. Каждая из них выполняет свою функцию:

● Кисть для тональной основы.

Обычно это плоская кисть с синтетической щетиной, которая позволяет равномерно распределить средство по коже. Синтетика не впитывает много продукта, что делает ее экономичной.

● Кисть для пудры.

Большая пушистая кисть с натуральной щетиной идеально под-

ходит для нанесения рассыпчатой пудры. Она мягко распределяет продукт, не оставляя следов.

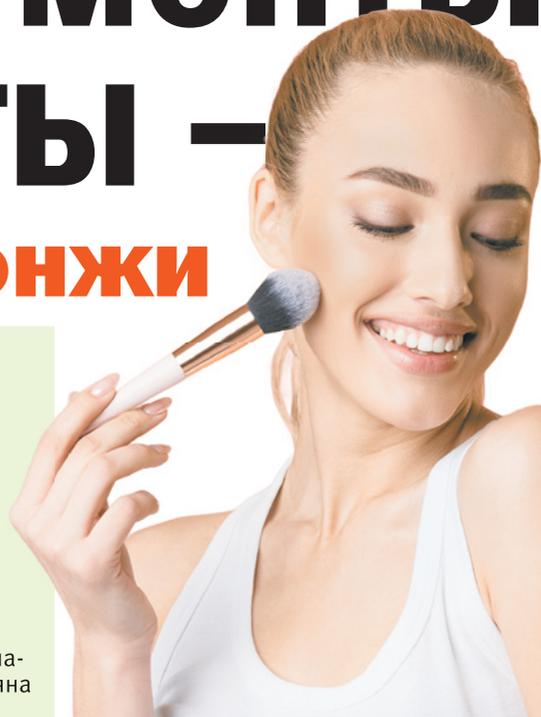
● Кисть для румян.

Кисть среднего размера с округлым кончиком помогает нанести румяна и растушевать их для естественного эффекта.

● Кисть для макияжа глаз.

В эту категорию входят кисти для теней (плоские и пушистые), кисть для подводки (тонкая и жесткая) и кисть для растушевки (мягкая и слегка заостренная).

Тема видео: «Быстрый макияж». Длительность видео: 142 минуты.



Спонжи: классика или бьюти-блендер?

Спонжи – это незаменимый инструмент для нанесения тональной основы и коррекции. Классические спонжи обычно имеют круглую форму и пористую структуру. Они подходят для легкого нанесения тонального средства, но могут оставлять следы. Бьюти-блендеры – современные спонжи в форме капли, которые позволяют добиться безупречного покрытия. Их нужно смачивать перед использованием, чтобы избежать впитывания продукта.



На что обратить внимание при выборе?

Качество. Инструменты должны быть прочными, без осыпающейся щетины или дефектов.

Удобство. Ручка должна лежать в руке комфортно, чтобы макияж был в удовольствие.

Гигиена. Выбирайте инструменты, которые легко мыть и которые не накапливают бактерии.

Выбор кистей и спонжей – это важный шаг на пути к идеальному макияжу. Правильные инструменты не только упростят процесс, но и помогут добиться профессионального результата. Не бойтесь экспериментировать и находить то, что подходит именно вам. Ведь макияж – это не только красота, но и самовыражение.

Натуральные или синтетические?

Выбор материала зависит от типа продукта, который вы используете.

● **Натуральная щетина** идеальна для сухих продуктов – таких как пудра, румяна и тени. Она мягкая и хорошо захватывает пигмент.

● **Синтетическая щетина** подходит для жидких и кремовых текстур, таких как тональная основа, консилер или кремовые тени. Синтетика не впитывает продукт, что позволяет экономить.

ВАЖНО!

Секрет долговечности – в уходе

Регулярно очищайте кисти и спонжи специальными средствами или мягким шампунем. Это продлит их срок службы и предотвратит появление высыпаний на коже.



Светлана СИДОРЧУК

ОТКАЗ ОТ СЕКСА ЭТО НЕ ТОЛЬКО ЛИШЕНИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ, НО И РИСК!

Ведущие специалисты считают, что мужчине важно заниматься любовью в любом возрасте. Во время секса в кровь выбрасывается огромное количество эндорфинов или «гормонов счастья».

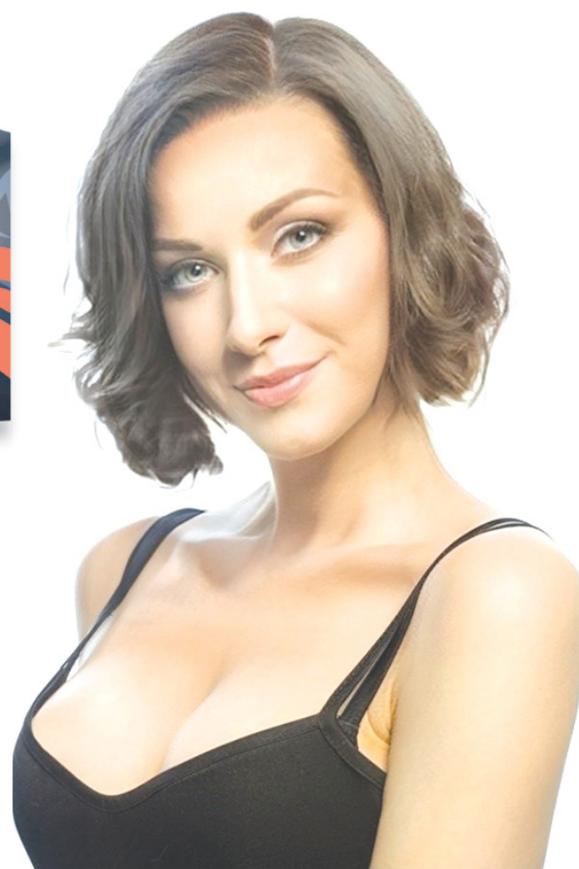
Тех же, кто имеет сложности в интимной жизни, они предупреждают: этот недостаток может негативно сказаться на вашей жизни, вызвать эмоциональные расстройства. Особенно это важно для мужчин старшего возраста, у которых из-за воздержания высокий риск возникновения физиологических проблем.

К сожалению, не каждый мужчина хочет, а главное может часто заниматься сексом. Если собственных сил у вас не хватает, вам могут помочь капсулы «Адмирал». Это натуральный продукт, содержащий высокоэффективную формулу. В состав капсул «Адмирал» входят такие незаменимые для мужского здоровья компоненты, как экстракты горянки, эврикомы, маки перуанской, коры пиджеум, йохимбе, женьшеня, красного корня, пантов марала, а также цинк и L-аргинин.



«Адмирал» можно принимать как разово, так и курсом. Разовый прием будет содействовать ситуативному повышению мужской силы. Он актуален, когда вы хотите провести незабываемую ночь с незабываемыми ощущениями. Если вы хотите получить максимальный эффект, лучше пропить капсулы «Адмирал» курсом.

Капсулы «Адмирал» могут помочь вам активировать свою мужскую силу. Это позволит сделать занятия сексом регулярными, что положительно отразится на вашей интимной жизни и общем самочувствии.



СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

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



Для этого сделайте

3 простых шага:

1. ПОЗВОНИТЕ

по телефону

8-800-302-30-30

2. НАЗОВИТЕ

промокод

акции **2364**

3. СОВЕРШЕННО

БЕСПЛАТНО получите

Ваш ПОДАРОК* –

«Адмирал»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО

СЕЙЧАС! КОЛИЧЕСТВО

ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует

с 26 марта до 26 мая

2025 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!

Доставка за счет

производителя!

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА НЕ ЗАМЕНЯЕТ ПОЛНОЦЕННОЕ И СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ

ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции с 26 марта до 26 мая 2025 г. * С информацией об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). РЕКЛАМА.

ПОНЕДЕЛЬНИК

7 апреля

Растущая Луна во Льве
Если вам так и не удалось выспаться, пора купить ортопедическую подушку, бережно поддерживающую голову и шею во время сна. Ухаживаем за шевелюрой, «да» объему и эффектным укладкам.

14 апреля

Убывающая Луна в Скорпионе
Хорошее время для маникюра и педикюра, пусть ноготочки засияют красотой! А чтобы они были не только красивыми, но и крепкими, заглянем в магазин за творогом и сырами.

21 апреля

Луна в Водолее, последняя четверть
Сегодня не исключены полезные находки. Например, вы можете увидеть тот самый зонтик, вазу или светильник, о которых так долго мечтали!

28 апреля

Растущая Луна в Тельце
Если вы еще не определились с обновками на весну, самое время подобрать себе легкую стеганую курточку, юбку миди или бомбер из вельвета – самые трендовые новинки этого сезона.

ВТОРНИК

1 апреля

Растущая Луна в Близнецах
В день, когда все смеются, неплохо бы позаботиться о красоте улыбки – записаться на отбеливание или лечение зубов. Стараемся пить больше воды, а вечером побалуем кожу питательной маской.

8 апреля

Растущая Луна в Деве
Можно ли повысить продуктивность с помощью макияжа глаз? Безусловно! Используем удлиняющую тушь – и вперед, на важное совещание. А в перерыве подбодримся латте с корицей.

15 апреля

Убывающая Луна в Скорпионе
Луна намекает на возможность знакомства, нужно быть во всеоружии! Упражнения фейсфитнеса добавят коже упругости и румянца, а вот на жирное и соленое лучше не налегать.

22 апреля

Убывающая Луна в Водолее
Антицеллюлитный массаж поможет ощутить себя легче и тоньше, а там уж и влюбиться недолго. В кого? Решать только вам... Блюдо дня – салат из молодой капусты.

29 апреля

Растущая Луна в Близнецах
День подходит для выбора нижнего белья, но чур, пусть оно будет не только красивым, но еще и комфортным в носке. Заодно можно записаться на эпиляцию – лазерную или восковую.

СРЕДА

2 апреля

Растущая Луна в Близнецах
«Да» танцевальному фитнесу или силовым тренировкам: тонируем мышцы, заряжаемся энергией. Для поддержания внутреннего заряда подойдут блюда из бобовых, а на десерт – темный шоколад.

9 апреля

Растущая Луна в Деве
Если зимняя бледность надоела, а весеннего солнышка маловато, идем в солярий. Не забываем заварить в термосе шиповниковый чай – он поддержит иммунитет нужными витаминами.

16 апреля

Убывающая Луна в Стрельце
Зарядка задаст бодрое настроение. Избавляемся от ненужного на полках шкафов, наводим порядок в аптечке или косметичке. Кожа рук с благодарностью откликнется на питание.

23 апреля

Убывающая Луна в Рыбах
Пора подпитать волосы полезными маслами, побаловать их отварами из трав: крапивы, березы, шалфея, розмарина... Себя же можно порадовать яркими цитрусовыми.

30 апреля

Растущая Луна в Близнецах
Хорошее время для посещения косметолога, пилингов или омолаживающих инъекций. Обратите внимание на блюда из авокадо и свежего шпината – превосходный источник железа и антиоксидантов!

ЧЕТВЕРГ

3 апреля

Растущая Луна в Близнецах
Выбираем средства для кожи по сезону: очищение, тонизирование и увлажнение! И, раз уж начался шопинг, можно присмотреть плащ для переменчивой погоды.

10 апреля

Растущая Луна в Деве
Хороший день для наведения порядка на рабочем месте или дома. Можно присмотреться к новому постельному белью из натуральных тканей, в идеале – с нежным весенним принтом.

17 апреля

Убывающая Луна в Стрельце
Стрижка будет долго радовать формой и притягивать комплименты. Пешая прогулка под любимую музыку или аудиокнигу поможет почувствовать себя счастливой «в моменте».

24 апреля

Убывающая Луна в Рыбах
В решении сложных вопросов слушаем интуицию. И если она подсказывает вам идеи для экспериментов – например, сделать биоэзавивку или купить ярко-красную помаду, – то почему бы и нет?

ПЯТНИЦА

4 апреля

Растущая Луна в Раке
Стоит быть внимательнее к своему пищеварению. Поможем ему, добавив горсть свежей зелени к привычным блюдам. Хорошее время для наращивания ногтей или ресниц: красоты много не бывает!

11 апреля

Растущая Луна в Весах
Добавить свежих красок в повседневные образы можно с помощью яркой сумочки или шарфика. А порадовать вкусовые рецепторы – смелым салатом, например, из курицы с ананасом или киви.

18 апреля

Убывающая Луна в Козероге
Подходящий день для нагрузок в спортзале. Обычную воду или чай неплохо заменить на клюквенный или брусничный морс – витаминное средство от отеков.

25 апреля

Убывающая Луна в Овне
Пора приналечь на блюда из свеклы, она богата железом, фолиевой кислотой и антиоксидантами. Винегрет, борщ или селедка под шубой – выбор за вами! А вот со сладким – поаккуратнее, бережем зубы.

СУББОТА

5 апреля

Луна в Раке, первая четверть
Меньше «скандалов и интриг» в новостях, больше общения. Вдыхаем ароматы весны. Можно и самим «почистить перышки» – записаться на стрижку или окрашивание.

12 апреля

Растущая Луна в Весах
Процедура дня – массаж лица: он улучшит кровообращение, снимет напряжение мышц. Идея для завтрака – натуральный йогурт с семенами чиа и льна, просто кладезь полезностей.

19 апреля

Убывающая Луна в Козероге
Присматриваем билеты на спектакль или концерт – для весеннего вдохновения. А еще срочно включаем в меню свежий редис: в нем витамины В, С и калий для здоровья сердца.

26 апреля

Убывающая Луна в Овне
Хороший день для посиделок с подругами за чашкой кофе, фотосессий в красивых местах. А вечером ванночки с эфирными маслами лимона или лаванды и массаж стоп помогут снять усталость.

ВОСКРЕСЕНЬЕ

6 апреля

Растущая Луна во Льве
Расслабляемся с помощью массажа и спа-ритуалов. Добавляем в рацион оранжевые овощи для здоровья глаз. И выбираем книгу – для уютного чтения в кафе или в любимом кресле.

13 апреля

Луна в Скорпионе, полнолуние
Надеваем самую удобную обувь и отправляемся на пешую или велопоголку в живописные места – за красивыми фото и весенним настроением. С собой берем полезный перекус.

20 апреля

Убывающая Луна в Козероге
День релаксации, музыки и сентиментальных фильмов про любовь. На обед пусть будет рыбка – например, скумбрия. Вечером можно выпить мятного чая и погрузиться в ванну с пеной.

27 апреля

Луна в Тельце, новолуние
Сегодня неплохо повисеть на турнике или сделать растяжку, ваша спина скажет вам спасибо. День подходит для составления списка покупок на ближайшие дни. Старайтесь пить больше воды.

Календарь красоты и здоровья



Я катастрофически опаздывала на наши традиционные пятничные посиделки с подругами.

Счастье живёт в нас

Пыталась доделать еженедельный отчет, но в голове крутились мысли о том, что девчонки меня уже ждут, обсуждают последние новости и мои вечные опоздания. Когда я вбежала в кафе, Юля и Вика уже успели расправиться с салатами и ждали горячее.

Девичник

– Ну наконец-то, – хором воскликнули подруги. – Мы, конечно, знали, что придешь с опозданием, но сегодня ты превзошла себя.

Я попыталась оправдаться, но девчонки только махнули рукой.

– Ешь, – Юлька указала на порцию салата, предусмотрительно заказанную для меня. – И слушай новость дня: Вика сегодня видела Игоря.

– Какого? – спросила я напряженно.

– Того самого, в которого ты втюрилась еще столет назад и который, похоже, не отпускает тебя до сих пор.

От неожиданности я перхнула. Этого не может быть! В голове щелкнул выключатель, и понеслись воспоминания. Я гостила у бабушки, когда к ней заглянула приятельница с внуком. Мы были с ним примерно одного возраста и сразу подружились. Я показывала ему свои тайные места в большом доме: кладовку, где хранились старинные вещицы, высокий шкаф, в котором я любила прятаться, бархатные гардины, укравшие меня от глаз домочадцев. Эти полные волшебства мгновения были как яркая вспышка света в сером будничном мире.

С того дня мы стали неразлучны: вместе играли во дворе, катались на



велосипедах, мечтали о дальних странах и неизведанных островах. А потом Игорь уехал в другой город, а я осталась здесь. Прошло много лет, прежде чем наши пути пересеклись снова. Мы оказались вместе в одной компании. На тот момент я была в отношениях, он тоже был несвободен. Пришли отдельно друг от друга, ушли вместе. Те несколько дней перевернули мою устоявшуюся жизнь с ног на голову. Он клялся в вечной любви и обещал вернуться. Но его слова так и остались пустыми обещаниями, которые разбило мое сердце.

– Я навела справки, – сказала Вика с заговорщическим видом. – Игорь приехал по служебным делам. По поводу его личной жизни не знаю, но можно попробовать снова познакомиться.

– И не думай даже входить в одну и ту же реку дважды, – Юля была категорична. – Ты снова хочешь страданий?

Нет, страдать снова я не хотела, но почему так зашло сердце?

Если наступит завтра

На следующий день в обеденный перерыв я забежала в кафе. Вдохнув аромат свежесваренного кофе и выпечки, села за столик у окна. Вдруг дверь открылась, и в кафе вошел он.

Когда Игорь увидел меня, его брови удивленно взлетели. Он немного помедлил, а потом решительно направился к моему столику.

– Привет! Можно составить тебе компанию?

Я кивнула, чувствуя, как кровь приливает к щекам. Мы обменялись неловкими взглядами, было понятно без слов, что он тоже не ожидал меня увидеть.

– Как ты? – спросил он. – Нормально. Работаю, у меня все в порядке. А ты? – То же самое.

Любовь – это единственная вещь, которую стоит искать. Марк Твен

Мой обед подходил к концу, а мы все разговаривали.

– Знаешь, в последнее время я все чаще думаю, почему у нас ничего не вышло, – сказал он с грустной улыбкой. – Думал, что найду счастье где-то еще, но жизнь преподносит неожиданные сюрпризы.

– Да, иногда кажется, что ничего не получится, – ответила я, глядя в окно. – Но нужно продолжать искать.

Он кивнул и посмотрел мне в глаза. Я почувствовала, что между нами ничего еще не закончено.

Его командировочная неделя пролетела быстро. Мы гуляли по городу, делились своими мечтами и страхами. Я чувствовала, как старые чувства возвращаются, но боялась снова разочароваться в человеке.

– Как ты думаешь, у нас есть шанс начать все заново? – спросил он с надеждой в голосе перед своим отъездом.

– Не знаю, – честно ответила я. – Хочу разобрататься в себе. И в тебе.

Новая глава

Он уехал. Я снова осталась одна, но теперь это было уже другое одиночество.

Мне дали время на размышление. В очередную пятницу мы вновь встретились с подругами. Девчонки сразу отметили, что я изменилась, будто во мне снова зажглось что-то яркое и теплое.

– Ты выглядишь счастливой, – заметила Юля, когда мы сидели в нашем любимом кафе. – Что-то произошло?

– Да просто... вспомнила старые времена, – попыталась я уклониться от ответа.

– Старые времена? Или старые чувства? – подколола меня Вика с хитрой улыбкой. – Не томи, рассказывай, как у вас с Игорем дела.

Я вздохнула и стала рассказывать. О том, как Игорь вернулся в мою жизнь, о тех днях, которые мы провели вместе. Я описала каждую деталь: его смех, его глаза, как он смотрел на меня.

– И что ты собираешься делать дальше? – спросила Юля.

– Пока не знаю. Он уехал, и я не знаю, когда вернется. Может, все это просто случайность.

– Но если он вернется? – задала вопрос Вика. – Ты готова к этому?

– Не знаю... – призналась я. – Я боюсь снова открыться человеку, который может уйти.

– Нельзя жить в страхе, если он действительно важен для тебя, нужно дать себе шанс.

– А он звонит, пишет тебе?

– Нет, я просила не делать этого. Сначала я должна принять решение для себя.

– Может, все-таки стоит ему написать? – предложила Вика. – Узнать, как он там? Давай прямо сейчас отправим сообщение!

– Поддерживаю, – Юлька потянулась к моему телефону, который я едва успела убрать.

Я отлично знала подруг и понимала, что они не останутся. Под их пристальными взглядами набрала сообщение: «Привет, Игорь! Как дела?». Буквально через минуту раздался звонок.

– Как хорошо, что ты написала мне! – в голосе Игоря звучала неподдельная радость. – Я так ждал этого. Все время думаю о нас, о том, что было тогда и что могло бы быть сейчас.

– Я тоже думаю об этом. – И что ты думаешь? – спросил он тихо.

– Думаю, что стоит попробовать еще раз.

Игорь приехал на следующий день. В тот миг, когда он взял мои руки в свои, все сомнения исчезли. Мы оба знали: это новая глава в нашей прежней любви.

КСЕНИЯ

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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



Судоку

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

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

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

1 ★★★★★★

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

2 ★★★★★★

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

3 ★★★★★★

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

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

7 ПЕРВЫЙ



16.05 «Мужское / Женское». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 12.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Модный приговор». (0+)
- 10.10 «Жить здорово!» (16+)
- 10.55 «АнтиФейк». (16+)
- 11.25 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «Давай поженимся!» (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.35 «30 лет вместе». «Игры, в которые играют люди». (12+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ЛЮБОВЬ СОВЕТСКОГО СОЮЗА». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «30 лет вместе». «Магия кино». (12+)
- 01.25 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.30 «ДАМА С СОБАЧКОЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.30 Местное время
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Вести. Местное время
- 12.00 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)
- 16.30 Вести
- 17.00 «Малахов». (16+)
- 18.00 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.10 Вести. Местное время
- 21.30 «ДАМА С СОБАЧКОЙ». (16+)
В семье Агаты Денисовны Марфиной наступил мир и покой. Её дочь Таня счастлива со следователем Эдуардом Свиридовым и ждёт от него ребенка. Эдика наконец повысили в звании...
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.00 «ЗАЦЕПКА». (12+)
- 03.00 Вести
- 03.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)

УТРО НТВ



06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)

- 04.45 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
- 13.00 16.00 19.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 20.00 «ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ». (16+)
- 22.15 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
- 00.50 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)

СТС СТС



07.45 «Гоу, Феликс». (6+)

- 06.00 «Три кота». (0+)
- 07.45 «Гоу, Феликс». (6+)
- 09.35 «МИНИМАКС». (12+)
- 11.20 «ВОЛШЕБНОЕ ЗЕРКАЛО, ИЛИ ДВОЙНЫЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (6+)
- 13.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДИНА». (16+)
- 15.10 «ИГРЫ С ОГНЁМ». (6+)
- 17.10 «ШУТКИ В СТОРОНУ». (16+)
- 19.00 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)
- 20.25 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА». (12+)
В Белогорье царят мир и спокойствие, зло побеждено. Иван наслаждается заслуженной славой. У него есть отец, любимая, друзья и маленькие радости из параллельного мира.
- 22.55 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
- 01.10 «ИСКУССТВО ОГРАБЛЕНИЯ». (16+)
- 02.45 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 04.50 «Три кота». (0+)

ТНТ ТНТ



20.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
- 08.00 «Однажды в России». (16+)
- 09.00 «Выжить в Самарканде. Игра сезонов». (16+)
- 11.30 «Титаны». (16+)
- 13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
- 20.00 «САШАТАНЯ». (16+)
- 21.00 «АФОНЯ». (16+)
- 21.55 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (12+)
Если спортсмен преодолел стометровку за секунду, прыгнул с шестом на два километра и метнул ядро в Антарктиду - здесь явно замешаны галлы...
- 00.15 «БЕЛЯКОВЫ В ОТПУСКЕ». (16+)
Семья Беляковых приезжает на отдых в Турцию и попадает в затруднительную ситуацию...
- 02.00 «БИТВА ПАП». (12+)
- 03.10 «Однажды в России». (16+)
- 06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



22.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)

- 05.00 18.00 01.20 04.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрим утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
- 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 02.05 «Тайны Чапман». (16+)
- 20.00 «СОВЕРШЕННО СЕКРЕТНО». (16+)
- 22.00 «Знаете ли вы, что?» (16+)
- 23.30 «ТРОЙНАЯ УГРОЗА». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
- 05.50 Пробный переезд. (16+)
- 06.30 Пятница News. (16+)
- 06.50 Руссо-экспрессо. (16+)
- 08.00 Гастротур. (16+)
- 09.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
- 11.00 Адский шеф. (16+)
- 14.50 Битва шефов. (16+)
- 21.00 Секретный артист. (16+)
- 00.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
- 02.30 Пятница News. (16+)
- 03.00 Кондитер. (16+)
- 04.00 Гастротур. (16+)

ЧЕ!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
- 07.00 Улёётное видео. (16+)
- 09.30 Дорожные войны. (16+)
- 11.00 Решала. (16+)
- 13.00 Решала. (16+)
- 16.00 Решала. (16+)
- 20.00 Притворщики. (16+)
- 22.00 Решала. (16+)
- 23.00 Антиматрица. (16+)
- 01.20 Опасные связи. (18+)
- 03.00 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
- 04.00 Дорожные драмы. (16+)
- 05.15 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
- 11.00 00.35 «ПАПА НАПРОКАТ». (12+)
- 16.00 «Новости Совета Федерации». (12+)
- 16.15 «За дело!» (12+)
- 17.00 «Дискуссионный клуб ТВ Губернии». (12+)
- 18.00 «Губернские новости». (12+)
- 20.45 03.35 «КУПРИН: ВПОТЬМАХ». (16+)
- 22.35 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (12+)
- 00.20 «Наши в Голливуде». (12+)
- 01.30 «Вспомнить все». (16+)

Ю

- 05.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.40 «Шоу Доктора Зубаревой». (16+)
12 героев с проблемами со здоровьем, 3 месяца на тотальные изменения образа жизни. Это не просто шоу - это шанс изменить свою жизнь.
- 10.25 «Свадебный размер». (16+)
- 12.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)
- 16.30 «Беременная в 45». (16+)
- 21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
- 00.10 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 01.55 «Измены». (16+)
- 03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

МИР

- 05.00, 06.15, 10.20 «ДРУЖИНА». (16+)
- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 10.10 Белорусский стандарт. (12+)
- 12.00 Понять. Простить. (16+)
- 13.15 Мировое соглашение. (16+)
- 14.10, 15.05, 16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)
- 18.50 Миллион за 5 минут. (16+)
- 19.30, 21.45 Игра в кино. (16+)
- 22.25 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛЬЕВ». (16+)
- 01.35 Первый Евразийский канал. (12+)
- 02.35 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОГРАДОВА». (16+)
- 04.00 Наше кино. История большой любви. (16+)

ПОБЕДА

- 04.40 «Путь к Победе». (16+)
- 05.40 «СОЛДАТИК». (12+)
- 07.10 «СИЛЬНЕЕ ОГНЯ». (16+)
- 10.40 «ДИВЕРСАНТ». (16+)
1942 год. Молодые выпускники разведшколы ехали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёна Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей. Сержант просит отдать ему документы одного из погибших, чтобы его имя продолжало бить фашистов...
- 00.00 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЬ». (16+)
- 01.35 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)
- 02.55 «ЦЕЛЬ ВИЖУ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Просто о важном. Про Миру и Гошу», «Смешарики», «Маша и Медведь». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35 «Смеш! Юные супергерои». (0+)
- 08.55 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 09.10 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)
- 09.25 «Беби Борн». (0+)
- 09.35 «Барбоскины». (0+)
- 11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
- 11.20 «Хранители Кью». (0+)
- 11.35 «Диностер». (6+)
- 11.55 «Чик-Чирикони». (0+)
- 13.00 «Карбот». (6+)
- 13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 14.05 «Инфинити Надю». (6+)
- 14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.45 «Два хвоста». (6+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 17.00 «Край Бебис». (0+)
- 17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 18.45 «Бумажки». (0+)
- 19.00 «Оранжевая королева». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Простоквашино». (0+)
- 22.10 «Дикие скричеры!» (6+)
- 22.40 «Спинфайтеры». (6+)
- 23.00 «Метал Кард Бот». (6+)
- 23.15 «Ералаш». (6+)
- 00.55 «Машины сказки», «Машины страшилки», «Машины песенки». (0+)
- 02.20 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
- 03.30 «Фиксики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)
- 07.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.40 «Кот Басик». (0+)
- 08.00 «Простоквашино». (0+)
- 08.45 «Сказочный патруль». (0+)
- 09.10 «Котенок Кинопа и его друзья». (0+)
- 09.15 «Чик-Чирикони». (0+)
- 09.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 10.25 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
- 10.50 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 11.30 «Приключения Мегащенок». (0+)
- 12.05 Время малышей. (0+)
- 13.00 «Тара Дункан». (6+)
- 13.25 «Барбоскины». (0+)
- 14.15 «Отважные дракончики». (6+)
- 14.25 «Барбоскины». (0+)
- 15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
- 16.00 Время малышей. (6+)
- 17.00 «Хранители Кью». (0+)
- 17.15 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 17.50 «Семь королевств». (0+)
- 18.25 «Лунтик». (0+)
- 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 19.25 «Кошечки-собачки». (0+)
- 19.55 «Маша и Медведь». (0+)
- 20.20 «Деревяшки». (0+)
- 20.35 «Геройчики». (0+)
- 21.00 «Барбоскины». (0+)
- 21.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 23.00 «Смешарики». (0+)
- 23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
- 00.00 «Приключения Бубы». (6+)
- 00.30 «Мальшарики». (0+)
- 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 01.30 «Ася и Вася». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Освобождение Европы. (12+)
- 00.45, 21.40 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
- 01.10, 04.55, 12.55, 22.10 Сквозь времена. (12+)
- 01.50, 05.30, 09.45, 13.30, 17.00, 21.10 Трудные вопросы истории России. (12+)
- 02.15, 06.00 Русская история. (12+)
- 03.25, 07.25, 11.25, 15.25, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)
- 04.00 Это подкаст. История. (12+)
- 08.00 Боевые знамена Отечества. (12+)
- 08.15 Освободители. (16+)
- 09.00 Малоизвестные морские бои. (12+)
- 10.05 Русская история: Правление Александра Первого. (12+)
- 10.50 Русская история: Царствование Николая Первого. (12+)
- 12.00 Земля: Союз нерушимый. (12+)
- 14.00 Русская история: Век Императриц. (12+)
- 16.00 Северный морской путь. (16+)
- 17.35 Семь дней истории. (12+)
- 17.50 Россия научная. Великие имена. (12+)
- 18.10 Русская история: Северная война 1701-1721 гг. (12+)
- 18.50 Русская история: Яркие исторические личности XVIII века. (12+)
- 20.00 Ним: музей под открытым небом. (12+)
- 22.45 Русская история: Царствование Александра Второго. (12+)

VJU HISTORY HISTORY

- 06.00 Возмездие. После Нюрнберга. (16+)
- 06.45, 07.45 Римские мегастроения. (12+)
- 08.45, 09.35 Майя. Рожденные Легенды. (12+)
- 10.30, 11.30 В поисках истины. (16+)
- 12.25 Кровавая эпоха Стюартов. (16+)
- 13.20 Эдвардианская Британия в цвете. (16+)
- 14.10 Подлинная история Русской революции. (16+)
- 15.05 Утопия инженеров. (16+)
- 16.00 Римские мегастроения: Париж. (12+)
- 17.00 Древние мегалиты: Персеполь: иллюзия величия. (12+)
- 18.00 Древние конструкторы: Первые арены: Коллизей. (12+)
- 19.00 Древние конструкторы: Как золото изменило мир. (12+)
- 20.00 Игры империй: Рим. Рожденный в крови. (16+)
- 20.55 Игры империй: Греки. (16+)
- 21.55 Военные заводы: Народный автомобиль. (12+)
- 22.45 Нюрнберг. Свидетели. (16+)
- 23.35, 00.35 Римские мегастроения. (12+)
- 01.35, 02.20 Майя. Рожденные Легенды. (12+)
- 03.05, 04.00 В поисках истины. (16+)
- 04.50 Замок Баадаран, Ливан. (12+)
- 05.15 Военные заводы. (12+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 06.55, 02.20, 03.15 Жизнь римского легионера. (12+)
- 07.55, 05.15 Демоны Рейха. Герман Геринг. (12+)
- 08.45 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)
- 09.35, 21.00 Эпоха гигантов. (12+)
- 10.35 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)
- 11.25 Леонардо: Тайна потаенного портрета. (12+)
- 12.25 Людмила Гурченко. За кулисами карнавала. (12+)
- 13.15 Ледяные гробницы Монголии. (16+)
- 14.15 Белград. (12+)
- 15.25, 16.20 Игры империй. (16+)
- 17.20 Спасённые шедевры России. Рукописи. (12+)
- 18.10, 18.25, 04.10, 04.20 Севастополь. Крым. Россия. (12+)
- 18.40 Личное. Александр Михайлов. (12+)
- 19.10 Питер Фальк против Коломбо. (16+)
- 20.10 Формула счастья Марии Пахоменко. (12+)
- 22.00 Неандерталец. Первый художник. (12+)
- 23.00 Бобби Фишер. Против всех. (12+)
- 23.50 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)
- 00.40 Тайны озера Титикака. (12+)
- 01.35 Вильям Похлбёкин. Рецепты нашей жизни. (16+)
- 04.35 Личное. Инна Макарова. (12+)

РОССИЯ К
Культура



18.40 «Рассказы из русской истории»

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.15 Театральная летопись
- 07.40 Черные дыры. Белые пятна
- 08.20 «Невский ковчег»
- 08.50 01.20 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.40 XX век
- 12.00 18.10 02.30 «Роман в камне»
- 13.00 Линия жизни
- 13.55 «ДВАДЦАТЬ ДНЕЙ БЕЗ ВОЙНЫ»
- 15.35 «Первые в мире»
- 15.55 «Агора»
- 17.15 Рахманиновские дни
- 18.40 «Рассказы из русской истории»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Хранители жизни»
- 21.30 «Сати. Нескучная классика...»
- 22.10 «ЦИТАДЕЛЬ»
- 23.05 «Фотосферы»
- 23.50 «В поисках истины»

ТВЦ



22.35 Специальный репортаж. (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 08.45 «ЛАНЦЕТ». (12+)
- 10.55 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)
- 17.00 «Актёрские драмы. Талант не пропьешь?» (16+)
- 18.15 «УЧАСТОК № 13». (16+)
- 22.35 Специальный репортаж. (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Тайная комната. Крысиные тропы фашистов». (16+)
- 01.25 «Обиды звездных дочек». (16+)
- 02.05 Прощание. (16+)

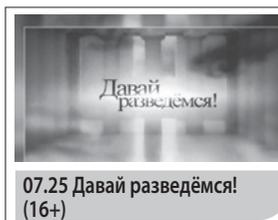
ТВ-3



19.15 «ЛЕСНИК». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «БИМ». (16+)
- 09.45 Любовная магия. (16+)
- 10.15 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «КОРДОН». (16+)
- Толик делает предложение Свете и дарит кольцо, которое оказалось краденым.
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «КОРДОН». (16+)
- 19.15 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.10 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.30 «ПРОКЛЯТИЕ: ОБИТЕЛЬ СМЕРТИ». (18+)
- 01.30 Кадони шоу. (16+)
- 02.15 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 03.00 Экстра такси. (16+)
- 03.15 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



07.25 Давай разведемся! (16+)

- 06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 04.45 Давай разведемся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.15 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
- 19.00 «СЕРДЦЕ СТЕПЕЙ». (16+)
- 23.05 «Понять. Простить». (16+)
- 01.10 «Знахарка». (16+)
- 01.35 «Верну любимого». (16+)
- 02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.30 Тест на отцовство. (16+)
- 04.10 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ



05.00 Известия. (16+)

- 05.25 «СЛЕД». (16+)
- 08.05 Фирменный рецепт с Емельяненко. (12+)
- 08.40 Знание - сила. (0+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «СЛЕД». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 22.20 «СВОИ-6». (16+)
- 23.05 «СВОИ-3». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 01.15 «СВОИ-3». (16+)
- 02.00 «СВОИ-2». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «ЩИТ И МЕЧ». (12+)
- 13.25 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 14.05 15.05 17.15 03.40 «ДРАЙВ». (16+)
- 20.10 Скрытые угрозы. (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.45 «СВИДАНИЕ НА МЛЕЧНОМ ПУТИ». (12+)
- 02.15 «Халхин-Гол». (16+)
- 02.50 «Ракетный щит Родины». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «Марафон». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 03.00 «Большие истории малой Родины». (12+)
- 13.00 22.15 «Специальный репортаж». (12+)
- 13.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.30 «Просто жизнь». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «СССР». (16+)
- 16.30 «СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 17.30 «Фолиант». (12+)
- 17.45 «Территория успеха». (12+)
- 18.15 «Понятная политика. Донбасс». (12+)
- 18.45 01.30 «Полицейский вестник». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
- 22.00 01.45 «Спортивная семья». (12+)
- 22.30 «Современники». (12+)
- 23.00 «РАЗБОРКА В МАНИЛЕ». (16+)
- 03.30 «Документальное кино». (12+)

★ ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «ЩИТ И МЕЧ». (12+)
- 13.25 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 14.05 15.05 17.15 03.40 «ДРАЙВ». (16+)
- 20.10 Скрытые угрозы. (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.45 «СВИДАНИЕ НА МЛЕЧНОМ ПУТИ». (12+)
- 02.15 «Халхин-Гол». (16+)
- 02.50 «Ракетный щит Родины». (16+)

СПОРТ

- 06.00 14.55 «Непобедимый». (12+)
- 06.30 «Всё о главном». (12+)
- 07.00 10.05 12.55 15.25 Новости
- 07.05 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.10 Лица страны. (12+)
- 10.30 02.00 «Футбол на все времена». (12+)
- 11.35 23.00 Футбол. МИР Российской Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)
- 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 01.30 География спорта. (12+)
- 15.30 Громко. Прямая трансляция
- 16.55 «Арсен Венгер. Непобедимый». (12+)
- 19.00 Хоккей. СКА Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 00.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 03.00 «Игорь Численко. Удар форварда». (12+)
- 06.00 07.55 17.10 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 09.45 12.40 «Страна спортивная». (12+)
- 10.05 «Спорт, который есть». (12+)
- 10.25 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 12.15 05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 13.05 14.30 00.45 02.10 Биатлон. Чемпионат России. Эстафета. (6+)
- 16.00 22.25 Спецрепортаж. (12+)
- 16.20 23.55 Неделя КХЛ. (12+)
- 18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 20.55 Небесная грация. (6+)
- 21.10 Громко. (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 03.30 04.35 Прыжки в воду. Кубок Евразийских стран. (6+)
- 05.05 «Магия большого спорта». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

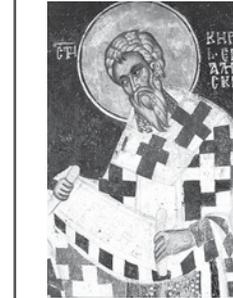
- 05.30 «128 УДАРОВ СЕРДЦА В МИНУТУ». (18+)
- 06.55 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)
- 08.35 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 10.40 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 12.50, 13.45 «КЛОН». (16+)
- 14.45 «ТРАССА 60». (16+)
- 16.55 «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ». (16+)
- 19.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (16+)
- 21.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ 2». (16+)
- 23.00 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 00.45 «МОНАХИНИ В БЕГАХ». (16+)
- 02.20 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (16+)
- 03.50 «НЯНЬКИ». (16+)
- 05.20 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 05.30 «Три кота», «Простоквашино», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 07.45 «Карлик Нос». Мультфильм. (6+)
- 09.20 «СЕМЕЙНЫЙ БЮДЖЕТ». (16+)
- 11.25 «АФЕРА». (16+)
- 13.45 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)
- 15.30 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ 2». (16+)
- 17.10 «ЧИСТОЕ ИСКУССТВО». (16+)
- 19.00 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 20.45 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
- 22.25 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (16+)
- 00.10 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (16+)
- 01.40 «ГУДАБАЙ, АМЕРИКА». (12+)
- 05.30 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)
- 06.50 «И ВСЁ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...» (16+)
- 08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 21.00 Вечер вместе. «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- 22.50 Вечер вместе. «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)
- Мэри Фиоре точно знает, что нужно сделать, чтобы свадьба стала впечатляющим и ярким событием!
- 00.45 «ПАПЫ». (16+)
- 02.25 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЁРА». (16+)
- 03.40 «ТАРИФ НОВОГОДНИЙ». (16+)
- 06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 09.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Васнецов нашёл дневник одной из своих дочек. Читать чужой дневник плохо, но хотя бы одним глазком можно...
- 12.00 «ОТЕЛЬ «ЛЕОН». (16+)
- В отеле появляется давняя подруга Элеоноры... Чтобы устроить сюрприз для Даши, Павел приглашает в «Леон» группу Uma2rman...
- 16.55 «КУХНЯ». (12+)
- Миша ревнует Элеонору к Нагивеу...
- 23.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- 01.30 «РАНЕТКИ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «СМЕЛЫЕ ЛЮДИ». (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Дороги памяти. Фильм 1. (12+)
- 12.10 День Патриарха. (0+)
- 12.20 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.15, 13.45, 14.10, 14.40 Монастырская кухня. (0+)
- 15.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 1 серия. (0+)
- 16.25 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (6+)
- СССР, 1954 г.
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.30 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Праотец. 1 серия. (6+)
- 21.30, 22.00, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 22.35 «Бесогол». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.00 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.00 День Патриарха. (0+)
- 00.10 Прямая линия жизни. (16+)
- 01.05 Апокалипсис. (16+)
- 02.10 Рахманинов. Колокольный звон русской души. (0+)
- 02.55 Византия. Жизнь после смерти. 17 серия. (0+)

Православный календарь

31 марта
Седмица 5-я Великого поста. Глас 7.
Свт. Кирилла, архиеп. Иерусалимского.



Мчч. Трофима и Евкарпия. Прп. Анича монаха. Сщмч. Дмитрия пресвитера, прмч. Наталии.

Постный день.

« Чтобы тихо и без смущения читать тебе молитвы, веди себя тихо: дома будь тих и кроток со всеми и вне дома – со всеми; тихо ходи, тихо говори – словом будь тих везде и во всем. Главное же – будь внутренне тих и кроток: когда будет внутренняя тишина, будет и внешняя».
Прав. Иоанн Кронштадтский

МУЗЫКА

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.25 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Звезды о звездах. (16+)
- 10.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00 Без кутюр. (16+)
- 11.30 Top-30. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.30 Лига клипов. (16+)
- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- Горячий, яркий и актуальный топ-10 новостей о самых-самых!
- 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.40 Как заварился Чай? Группе - 40 лет! (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 Top-30. (16+)
- 00.35 Наше. (16+)
- 01.30 Лайкер. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.25 «ДЕДУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 02.55 «ВАСАБИ». (18+)
- 04.35 «ПУЛЕНЕПРОБИВАЕМЫЙ». (12+)
- 06.30 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
- 08.45 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 10.35 «ТАКСИ». (16+)
- 12.10 «КИЛЛЕРЫ». (18+)
- 14.00 «ТАКСИ 4». (16+)
- 15.40 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 17.25 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- Комедия, США, 2018 г.
- 19.30 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
- 21.15 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (18+)
- 23.25 «ШЕФ АДАМ ДЖОНС». (18+)
- 06.05 Мультфильмы. (0+, 16+)
- 08.10 «Лиса и Волк». Мультфильм. (0+)
- 08.25 «ВОЛЬНЫЙ ВЕТЕР» (16+)
- 09.55 «У ОПАСНОЙ ЧЕРТЫ». (18+)
- 11.30 «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА». (16+)
- 13.05 «МОЙ МЛАДШИЙ БРАТ». (16+)
- 15.00 «ЗИНА-ЗИНУЛЯ». (16+)
- 16.30 «ТАЙНА ВИЛЛЫ «ГРЕТА». (16+)
- 18.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-8». (16+)
- 20.00 «ОПЕКУН». (16+)
- 21.30 «ПЯДЬ ЗЕМЛИ». (16+)
- 23.00 «ДВАЖДЫ РОЖДЕННЫЙ». (16+)
- 00.30 «БАТАЛЬОНЫ ПРОСЯТ ОГНЯ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕШАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЬИ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПРИИСК-2». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- В ролях: Полина Сыркина, Александр Мохов, Евгения Дмитриева, Артём Быстров, Марина Куделинская

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
15.15 «Давай поженемся!» (16+)	21.30 «ДАМА С СОБАЧКОЙ». (16+)	08.00 «Сегодня»	08.00 «Сегодня»	07.25 «Кролецып и Хомяк Тьмы». (6+)	07.25 «Кролецып и Хомяк Тьмы». (6+)	11.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)	11.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)	06.00 «С бодрым утром!» (16+)
05.00 «Доброе утро»	05.00 Утро России	04.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)	04.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)	06.00 «Три кота». (0+)	06.00 «Три кота». (0+)	07.00 «Утро ТНТ». (16+)	07.00 «Утро ТНТ». (16+)	05.00 18.00 01.40 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
09.00 12.00 Новости (с субтитрами)	09.00 Вести	06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)	06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)	07.25 «Кролецып и Хомяк Тьмы». (6+)	07.25 «Кролецып и Хомяк Тьмы». (6+)	08.00 «Однажды в России». (16+)	08.00 «Однажды в России». (16+)	06.00 «С бодрым утром!» (16+)
09.20 «Модный приговор». (0+)	09.30 Местное время	08.00 «Сегодня»	08.00 «Сегодня»	09.15 «КАНИКУЛЫ В КОННОМ ЛАГЕРЕ». (12+)	09.15 «КАНИКУЛЫ В КОННОМ ЛАГЕРЕ». (12+)	09.00 «Музыкальная интуиция». (12+)	09.00 «Музыкальная интуиция». (12+)	08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
10.10 «Жить здорово!» (16+)	09.55 О самом главном. (12+)	08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)	08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)	10.55 «ДИКОЕ СЕРДЦЕ». (12+)	10.55 «ДИКОЕ СЕРДЦЕ». (12+)	11.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)	11.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)	09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
10.55 «АнтиФейк». (16+)	11.00 Вести	10.00 «Сегодня»	10.00 «Сегодня»	13.00 «ЗОВ ПРЕДКОВ». (16+)	13.00 «ЗОВ ПРЕДКОВ». (16+)	19.00 «САШАТАНЯ». (16+)	19.00 «САШАТАНЯ». (16+)	10.00 «СОВБЕЗ». (16+)
11.25 12.15 Информационный канал. (16+)	11.30 Вести. Местное время	10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)	10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)	14.45 «1+1: ГОЛЛИВУДСКАЯ ИСТОРИЯ». (16+)	14.45 «1+1: ГОЛЛИВУДСКАЯ ИСТОРИЯ». (16+)	21.00 «АФОНЯ». (16+)	21.00 «АФОНЯ». (16+)	11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)	12.00 «60 минут». (12+)	13.00 «Сегодня»	13.00 «Сегодня»	17.20 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)	17.20 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)	22.00 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)	22.00 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)	12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
15.15 «Давай поженемся!» (16+)	14.00 Вести	13.25 «Чрезвычайное происшествие»	13.25 «Чрезвычайное происшествие»	20.00 «ТЕРРИТОРИЯ ЗЛА». (16+)	20.00 «ТЕРРИТОРИЯ ЗЛА». (16+)	00.20 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)	00.20 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)	13.00 22.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)	16.30 Вести	14.00 «Место встречи»	14.00 «Место встречи»	22.20 «ОСТРОВ». (16+)	22.20 «ОСТРОВ». (16+)	02.05 «ЭЛЬВИРА, ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (18+)	02.05 «ЭЛЬВИРА, ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (18+)	14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Мужское / Женское». (16+)	17.00 «Малахов». (16+)	16.45 «За гранью». (16+)	16.45 «За гранью». (16+)	00.20 В темноте. (16+)	00.20 В темноте. (16+)	03.35 «Однажды в России». (16+)	03.35 «Однажды в России». (16+)	15.00 «Документальный спецпроект». (16+)
17.00 18.30 Информационный канал. (16+)	18.00 «60 минут». (12+)	17.50 «ДНК». (16+)	17.50 «ДНК». (16+)	02.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)	02.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)	06.00 «Утро ТНТ». (16+)	06.00 «Утро ТНТ». (16+)	17.00 02.30 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)	20.00 Вести	20.00 «ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ». (16+)	20.00 «ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ». (16+)					20.00 «ПОСТУПЬ ХАОСА». (16+)
19.30 «30 лет вместе». «Магия кино». (12+)	21.10 Вести. Местное время	22.15 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)	22.15 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)					23.30 «РЕВОЛЬВЕР». (18+)
21.00 «Время».	21.30 «ДАМА С СОБАЧКОЙ». (16+)	23.35 «Сегодня»	23.35 «Сегодня»					
22.00 «ЛЮБОВЬ СОВЕТСКОГО СОЮЗА». (16+)	В квартире Агаты Денисовны появляется женщина, которая представляется Ириной Марфиной, женой её покойного мужа. Агата понимает, что всю жизнь прожила в обмане, пока её муж вёл двойную жизнь.	00.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)	00.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)					
23.00 «Большая игра». (16+)	23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)	00.50 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)	00.50 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)					
00.00 «30 лет вместе». «История специальных проектов». (12+)	02.00 «ЗАЦЕПКА». (12+)							
01.25 Подкаст Лаб. (16+)	03.00 Вести							
	03.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)							

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
05.00 Секреты на кухне. (16+)	06.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+)	06.00 «Утро вместе». (12+)
05.50 Пробный переезд. (16+)	07.30 Улёётное видео. (16+)	09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТРАЖЕНИЕ	09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТРАЖЕНИЕ
06.30 Пятница News. (16+)	09.30 Дорожные войны. (16+)	11.00 00.35 «ПАПА НАПРОКАТ». (12+)	11.00 00.35 «ПАПА НАПРОКАТ». (12+)
07.00 Запретный Китай. (16+)	11.00 Решала. (16+)	15.15 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)	15.15 «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ». (12+)
08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)	13.00 Притворщики. (16+)	17.00 «Такие разные». (12+)	17.00 «Такие разные». (12+)
11.00 Адский шеф. (16+)	15.00 Охотники. (16+)	18.00 «Губернские новости». (12+)	18.00 «Губернские новости». (12+)
15.00 Битва шефов. (16+)	18.00 Решала. (16+)	18.15 «Вечер вместе». (12+)	18.15 «Вечер вместе». (12+)
23.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)	20.00 Притворщики. (16+)	20.45 03.35 «КУПРИН: ВПОТЬМАХ». (16+)	20.45 03.35 «КУПРИН: ВПОТЬМАХ». (16+)
01.50 Пятница News. (16+)	22.00 Решала. (16+)	22.35 «ПОЗОВИ МЕНЯ В ДАЛЬ СВЕТЛЮЮ». (12+)	22.35 «ПОЗОВИ МЕНЯ В ДАЛЬ СВЕТЛЮЮ». (12+)
02.20 Кондитер. (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	00.05 «Наши в Голливуде». (12+)	00.05 «Наши в Голливуде». (12+)
03.30 Гастротур. (16+)	02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)	00.20 «Почитаем!» (12+)	00.20 «Почитаем!» (12+)
04.00 Секреты на кухне. (16+)	04.15 Дорожные драмы. (16+)	01.30 «Вспомнить все». (16+)	01.30 «Вспомнить все». (16+)
04.40 Пятница News. (16+)	05.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)		
05.05 «Маша и Медведь». (0+)	05.00 «ПОДКИДЫШ». (16+)	04.25 «Путь к Победе». (16+)	04.25 «Путь к Победе». (16+)
10.15 «Свадебный размер». (16+)	06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости	05.25 «ГЕРОЙ 115». (16+)	05.25 «ГЕРОЙ 115». (16+)
12.20 «Моя свекровь - монстр». (16+)	06.10 Рожденные в СССР. Советский стенд-ап. (16+)	06.25 «ОСЕНЬЮ 41-ГО». (12+)	06.25 «ОСЕНЬЮ 41-ГО». (12+)
16.00 «Ждули». (16+)	06.35 «ОПЕКУН». (16+)	08.10 «КАЛАШНИКОВ». (16+)	08.10 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
Реалити о девушках, которые состоят в отношениях по переписке с мужчинами, находящимися в местах лишения свободы. Они собираются в большое сообщество, где поддерживают друг друга и мечтают о семейном счастье.	08.15 «СУЕТА СУЕТ». (16+)	09.50 «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)	09.50 «ОБГОНЯЯ ВРЕМЯ». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)	10.10, 15.05 Дела судебные. (16+)	13.20 «БАТЯ». (16+)	13.20 «БАТЯ». (16+)
00.10 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)	12.00 Понять. Простить (16+)	14.40 «ЭКИПАЖ». (16+)	14.40 «ЭКИПАЖ». (16+)
01.55 «Измены». (16+)	13.15 Мировое соглашение. (16+)	16.40 «АМЕРИСТ». (16+)	16.40 «АМЕРИСТ». (16+)
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)	16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)	Сериал. Россия, 2022 г. В ролях: Александр Устюгов, Агния Дитковските, Николай Мачульский, Сергей Чонишвили	00.00 «ЛЁТЧИК». (16+)
	18.50 Миллион за 5 минут. (16+)	01.40 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (16+)	01.40 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (16+)
	19.30 Игра в кино. (16+)	03.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)	03.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
	21.45 Игра в кино. Фильмы Победы. (16+)		
	22.25 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)		
	00.20 Время возможностей. (12+)		
	00.50 Первый Евразийский канал. (12+)		

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Просто о важном. Про Миру и Гошу», «Смешарики», «Маша и Медведь». (0+)	06.00 Время малышей. (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)	07.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.35 «Смеш! Юные супергерои». (0+)	07.40 «Кот Басик». (0+)
08.55 «Робокор Поли и его друзья». (0+)	08.00 «Простоквашино». (0+)
09.10 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)	08.45 «Сказочный патруль». (0+)
09.25 «Беби Борн». (0+)	09.10 «Котенок Кнопа и его друзья». (0+)
09.35 «Барбоскины». (0+)	09.15 «Чик-Чиркино». (0+)
11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергерои». (6+)	09.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.20 «Хранители Кью». (0+)	10.25 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
11.35 «Диностер». (6+)	10.50 «Фиксики. Новенькие». (0+)
11.55 «Чик-Чиркино». (0+)	11.30 «Приключения Мегащенок». (0+)
13.00 «Карбот». (6+)	12.05 Время малышей. (0+)
13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)	13.00 «Тара Дункан». (6+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)	13.25 «Барбоскины». (0+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)	14.15 «Отважные дракончики». (6+)
14.40 «Крутой Майк». (6+)	14.25 «Барбоскины». (0+)
Забавные приключения мопса Майка и озорных енотов.	15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)	16.00 Время малышей. (6+)
17.00 «Край Бебис». (0+)	17.00 «Хранители Кью». (0+)
17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	17.15 «Фиксики. Новенькие». (0+)
18.45 «Бумажки». (0+)	17.50 «Семь королевств». (0+)
19.00 «Мастер Витя и Мотор». (0+)	18.25 «Лунтик». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)	19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
21.20 «Простоквашино». (0+)	19.25 «Кошечки-собачки». (0+)
22.10 «Дикие скричеры!» (6+)	19.55 «Маша и Медведь». (0+)
22.40 «Спинфайтеры». (6+)	20.20 «Деревяшки». (0+)
23.00 «Метал Кард Бот». (6+)	20.35 «Геройчики». (0+)
23.15 «Ералаш». (6+)	21.00 «Барбоскины». (0+)
23.55 «Машины сказки», «Машины страшилки», «Машины песенки». (0+)	21.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
00.00 «Лётчик». (16+)	22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
01.40 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (16+)	23.00 «Смешарики». (0+)
03.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)	23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
	00.00 «Приключения Бубы». (6+)
	00.30 «Мальшарики». (0+)
	01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
	01.30 «Ася и Вася». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365	365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ИСТОРИЯ
00.00 Это подкаст. История. (12+)	00.00 Это подкаст. История. (12+)	06.00 Нюрнберг. Свидетели. (16+)	06.00 Нюрнберг. Свидетели. (16+)	06.00, 17.20, 04.20 Эпоха гигантов. (12+)
00.55, 08.40, 12.55, 16.30 Сквозь времена. (12+)	00.55, 08.40, 12.55, 16.30 Сквозь времена. (12+)	06.50 Древняя история Сибири. (12+)	06.50 Древняя история Сибири. (12+)	06.55, 05.15 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)
01.30, 05.25, 09.15, 13.30, 16.00, 20.55 Трудные вопросы истории России. (12+)	01.30, 05.25, 09.15, 13.30, 16.00, 20.55 Трудные вопросы истории России. (12+)	07.20 Римские мегастроения. (12+)	07.20 Римские мегастроения. (12+)	07.45 Леонардо: Тайна порочного портрета. (12+)
02.00 Русская история: Женщины во власти. (12+)	02.00 Русская история: Женщины во власти. (12+)	08.20 Древние мегаполисы. (12+)	08.20 Древние мегаполисы. (12+)	08.45 Людмила Гурченко. За кулисами карнавала. (12+)
03.25, 07.10, 11.20, 15.25, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)	03.25, 07.10, 11.20, 15.25, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)	09.20, 10.20 Древние конструкторы. (12+)	09.20, 10.20 Древние конструкторы. (12+)	09.35 Ледяные гробницы Монголии. (16+)
03.55 Освободители. (16+)	03.55 Освободители. (16+)	11.20, 12.10 Игры империй. (16+)	11.20, 12.10 Игры империй. (16+)	10.35 Белград. (12+)
04.40 Малоизвестные морские бои. (12+)	04.40 Малоизвестные морские бои. (12+)	13.10 Кровяная эпоха Стюартов. (16+)	13.10 Кровяная эпоха Стюартов. (16+)	11.45, 12.40 Игры империй. (16+)
05.50 Русская история: Правление Александра Первого. (12+)	05.50 Русская история: Правление Александра Первого. (12+)	14.05 Эдвардианская Британия в цвете. (16+)	14.05 Эдвардианская Британия в цвете. (16+)	13.40, 13.55, 00.50, 01.00 Севастополь. Крым. Россия. (12+)
06.35 Русская история: Царствование Николая Первого. (12+)	06.35 Русская история: Царствование Николая Первого. (12+)	14.55 Подлинная история Русской революции. (16+)	14.55 Подлинная история Русской революции. (16+)	14.10 Личное. Александр Михайлов. (12+)
07.45 Земля: Союз нерушимый. (12+)	07.45 Земля: Союз нерушимый. (12+)	16.00 Древние мегаполисы: Троя: рождение мифа. (12+)	16.00 Древние мегаполисы: Троя: рождение мифа. (12+)	14.40 Спасённые шедевры России. (12+)
09.50 Русская история: Век Императрицы. (12+)	09.50 Русская история: Век Императрицы. (12+)	17.00 Древние мегаполисы: Карфаген: один город, две империи. (12+)	17.00 Древние мегаполисы: Карфаген: один город, две империи. (12+)	15.25 Питер Фальк против Коломбо. (16+)
11.50 Северный морской путь. (16+)	11.50 Северный морской путь. (16+)	18.00 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)	18.00 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)	16.25 Формула счастья Мари Пахоменко. (12+)
14.10 Русская история: Северная война 1701-1721 гг. (12+)	14.10 Русская история: Северная война 1701-1721 гг. (12+)	19.00 Древние конструкторы: Изучая земной шар. (12+)	19.00 Древние конструкторы: Изучая земной шар. (12+)	18.20 Бобби Фишер. Против всех. (12+)
14.50 Русская история: Яркие исторические личности XVIII века. (12+)	14.50 Русская история: Яркие исторические личности XVIII века. (12+)	20.00 Игры империй: Египет. (16+)	20.00 Игры империй: Египет. (16+)	19.10 Неандерталец. Первый художник. (12+)
17.10 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)	17.10 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)	20.55 Игры империй: Китайская империя. (16+)	20.55 Игры империй: Китайская империя. (16+)	21.00 Личное. Вильям Похлебкин. Рецепты нашей жизни. (16+)
17.30 Семь дней истории. (12+)	17.30 Семь дней истории. (12+)	21.50 Военные заводы: Фат и фашисты. (12+)	21.50 Военные заводы: Фат и фашисты. (12+)	21.50 Тайны озера Титикака. (12+)
17.35 Ним: музей под открытым небом. (12+)	17.35 Ним: музей под открытым небом. (12+)	22.45 Нюрнберг. Казнь. (16+)	22.45 Нюрнберг. Казнь. (16+)	22.50, 23.50 Жизнь римского легионера. (12+)
18.45 Русская история: Царствование Александра Второго. (12+)	18.45 Русская история: Царствование Александра Второго. (12+)	23.35 Римские мегастроения. (12+)	23.35 Римские мегастроения. (12+)	01.15 Личное. Инна Макарова. (12+)
20.00 Боги Египта. (16+)	20.00 Боги Египта. (16+)	00.35 Древние мегаполисы. (12+)	00.35 Древние мегаполисы. (12+)	01.55 Демоны Рейха. Герман Геринг. (12+)
21.25 Несломленный музей. (12+)	21.25 Несломленный музей. (12+)	01.30, 02.20 Древние конструкторы. (12+)	01.30, 02.20 Древние конструкторы. (12+)	02.40 Марлон Брандо. Актер по имени «Желание». (16+)
22.35 Русская история: Реформы и контрреформы в XIX веке. (12+)	22.35 Русская история: Реформы и контрреформы в XIX веке. (12+)	03.15, 04.00 Игры империй. (16+)	03.15, 04.00 Игры империй. (16+)	03.35 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)

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

РОССИЯ К
Культура



10.15
«Наблюдатель»

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.15 Театральная летопись
- 07.45 18.40 23.50 «В поисках истины»
- 08.35 «Первые в мире»
- 08.55 01.50 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.35 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.40 XX век
- 12.45 Новости. Книжки
- 13.00 «Запечатленное время»
- 13.30 «Хранители жизни»
- 14.15 22.10 «ЦИТАДЕЛЬ»
- 15.10 23.05 «Фотосферы»
- 15.35 «Сати. Нескучная классика...»
- 16.30 «Коллекция»
- 17.15 Рахманиновские дни
- 18.10 «Дворянские деньги»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 Искусственный отбор
- 21.30 «Белая студия»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



13.45 «Мой герой». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЛАНЦЕТ». (12+)
- 10.55 05.30 «Большое кино». (16+)
- 11.30 14.50 17.50 22.00 Со-бытия
- 11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Под маской клоуна». (16+)
- 18.10 «УЧАСТОК № 13: ЗДРАВСТВУЙ, ПАПА!» (16+)
- 22.35 «Закон и порядок». (16+)
- 23.05 «Сыграем в любовь». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «90-е. Кремлёвские жёны». (16+)
- 01.30 Прощание. (16+)
- 02.10 Мифы о еде. (16+)

ТВ-3



02.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «БИМ». (16+)
- 09.45 Любовная магия. (16+)
- 10.30 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «КОРДОН». (16+)
- Светка хочет сбегать из Кордонки, но попадает в лапы торговцев живым товаром, откуда и пришло Светкино помолочное кольцо. Дымов и Толик спасают Светку. Погорелов показательно убивает бандита Авдеева...
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «КОРДОН». (16+)
- 19.15 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.10 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.30 «ОККУПАЦИЯ: МИССИЯ «ДОЖДЬ». (18+)
- 02.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

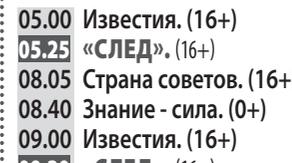
ДОМАШНИЙ



14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 04.45 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 00.25 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
- 19.00 «СЕРДЦЕ СТЕПЕЙ». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)
- 04.20 «6 кадров». (16+)

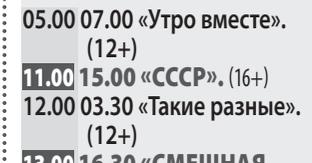
5-й КАНАЛ



05.00 Известия. (16+)

- 05.25 «СЛЕД». (16+)
- 08.05 Страна советов. (16+)
- 08.40 Знание - сила. (0+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «СЛЕД». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-6». (16+)
- 23.05 «СВОИ-4». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 01.20 «СВОИ-3». (16+)
- 02.05 «СВОИ-2». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 15.00 «СССР». (16+)
- 12.00 03.30 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 04.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 00.45 «Спортивная семья». (12+)
- 18.15 «Эксперт». (12+)
- 18.30 01.00 «Заметные люди». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.30 «От 7 до 17». (12+)
- 20.30 22.30 03.00 «Футбол губернии». (12+)
- 23.00 «ЗЛЫЕ СОСЕДИ». (16+)
- Гарри - пожилой писатель, живущий со своей собакой. Его жизнь была идеальной, пока загадочный сосед не решил построить себе огромный особняк. Гарри становится невольным заложником такой ситуации...
- 00.30 «Полицейский вестник». (12+)

★ ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 13.25 23.15 «ЩИТ И МЕЧ». (12+)
- 13.50 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 14.05 15.05 17.15 03.35 «ДРАЙВ». (16+)
- 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 01.15 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)
- 02.50 «Ракетный щит Родины». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 «Непобедимый». (12+)
- 06.30 «Наши иностранцы». (12+)
- 07.00 10.05 15.25 Новости
- 07.05 15.30 21.30 00.30 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.10 Специальный репортаж. (12+)
- 10.30 12.50 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. Прямая трансляция из Кировска
- 12.10 Лыжная страна
- 16.15, 18.45 Хоккей. Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 22.00 Футбол. «Реал» (Мадрид) - «Реал Сосьедад». Кубок Испании. 1/2 финала. Прямая трансляция
- 01.30 «Что за спорт? Экстрим». (12+)
- 02.00 «Футбол на все времена». (12+)
- 03.00 «Виктор Царёв. Капитан великой команды». (12+)
- 03.55 Новости. (0+)
- 04.00 Лыжные гонки. ФосАгро Кубок России. Спринт. (6+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
- 07.55 Громко. (12+)
- 09.05 05.10 Неделя КХЛ. (12+)
- 10.05 15.15 Спецрепортаж. (12+)
- 10.25 Боулинг. Кубок КЛБ. Про-тур. (6+)
- 12.35 «Сюрплез». (12+)
- 13.05 14.00 01.45 02.35 Биатлон. Чемпионат России. Масс-старт. (6+)
- 14.55 16.00 «Страна спортивная». (12+)
- 15.30 География спорта. (12+)
- 16.20 23.25 «бхб». (12+)
- 16.45 20.55 Лыжные гонки. Кубок России. Спринт. (6+)
- 18.20 Лыжная страна. (12+)
- 18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. Прямая трансляция
- 23.55 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 03.30 04.25 Прыжки в воду. Кубок Евразийских стран. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Top15 Like FM. (16+)
- 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 Приехали! (16+)
- 11.30 10 самых! (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Прогноз по году. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)

- 16.00 Хиты по-русски. (16+)
- 17.00 Русский чарт. (16+)
- 18.20 10 самых! (16+)
- 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.40 Лежит на сердце тяжкий груз. (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 Короли чартов. (16+)
- 23.00 Лихие хиты. (16+)
- 00.00 Муз'атив. (16+)
- 00.40 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.45 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
- 06.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (16+)
- 07.40 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ 2». (16+)
- 09.40 «УБИЙСТВА В...» (16+)
- 11.25 «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ». (16+)
- 13.30, 14.25 «КЛОН». (16+)
- 15.15 «МОНАХИНИ В БЕГАХ». (16+)
- 17.05 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)
- 19.00 «МЛАДЕНЕЦ НА \$30 000 000». (16+)
- 21.25 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
- 23.25, 00.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.25 «ЖАННА Д'АРК». (16+)
- 03.55 «ХАТИКО: САМЫЙ ВЕРНЫЙ ДРУГ». (6+)
- 05.20 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Три кота», «Простоквашино», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 09.00 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (16+)
- 10.45 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 12.25 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
- 14.00 «ГУДАЙ, АМЕРИКА». (12+)
- 15.55 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДНОСТИ». (16+)
- 17.25 «ДУБЛЕР». (16+)
- 19.00 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 20.35 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 22.05 «ДЕВУШКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ». (16+)
- 23.40 «БЕНДЕР: НАЧАЛО». (16+)
- 01.20 «БЕНДЕР: ЗОЛОТО ИМПЕРИИ». (16+)
- 02.45 «БЕНДЕР: ПОСЛЕДНЯЯ АФЕРА». (16+)
- 04.20 Мультфильмы. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

- 05.05 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)
- 06.50 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...» (16+)
- 08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 21.00 Вечер вместе. «БЕДНАЯ САША». (16+)
- 22.50 Вечер вместе. «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (16+)
- Дима Пупков решает поменять свою неблагозвучную фамилию на более изысканную с помощью фиктивного брака с обладательницей более красивой и благородной фамилии.
- 01.00 «ИВАНОВ». (16+)
- 03.50 «СИРОТА КАЗАНСКАЯ». (12+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь: видеоролики (Выпуски о здоровье)», «Маша и Медведь: Анимашки». Мультфильмы. (0+)
- 19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня свиданий. (16+)
- 23.20, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.20 Суббота News 2025. (16+)
- 01.40, 02.20, 03.10, 03.50 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.25 «Корги по имени Моко. Новый питомец», «Корги по имени Моко. Домашние животные». Мультсериалы. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.20 «ПЛЮС ОДИН». (18+)
- 02.55 «ДЕДУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (18+)
- 04.30 «ЗАКУСОЧНАЯ НА КОЛЕСАХ». (12+)
- 06.35 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС В БРИТАНИИ». (12+)
- 08.40 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
- 10.40 «ТАКСИ 2». (16+)
- 12.15 «ЗА ПАЛЬЧАЛ» (12+)
- 14.05 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 15.55 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
- 17.45 «НОВОГОДНИЙ ОЛ ИМ-КЛЮЗИВ». (12+)
- 19.30 «ПРАЗДНИКИ». (12+)
- 21.00 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 22.50 «СВАДЕБНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.25 Мультфильмы. (16+, 0+)
- 08.00 «ТАЙНА «ЧЁРНЫХ ДРОЗДОВ». (16+)
- 09.45 «РУССКАЯ ИГРА». (16+)
- 11.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
- 13.15 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
- 15.00 «БАТЯ». (16+)
- 16.25 «СДАЕТСЯ ДОМ СО ВСЕМИ НЕУДОБСТВАМИ». (16+)
- 18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-8». (16+)
- 19.40 «ГОРОД ЗЕРО». (18+)
- 21.30 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (16+)
- 23.15 «ВЫКУП». (16+)
- 00.50 «ЖАРКОЕ ЛЕТО В КАБУЛЕ». (18+)
- 02.15 «РЕШЕНИЕ О ЛИКВИДАЦИИ». (12+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
- 12.00, 20.00 «В ОТРАЖЕНИИ ТЕБЯ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЬ». (16+)
- 14.00, 22.00 «ПРИИСК-2». (18+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 04.00 «ПРИГОВОР ИДЕАЛЬНОЙ ПАРЫ». (16+)
- 06.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- В ролях: Павел Трубинер, Валерия Бурдужа, Мария Шумакова

СТС LOVE СТС LOVE

- 06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 09.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 12.00 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- 16.55 «КУХНЯ». (12+)
- 23.00 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- Там же оказывается Кулагин, который привёз Карину выступать на фестивале...
- 01.25 «РАНЕТКИ». (16+)
- Гущина пытается наладить отношения с сучителями. Узнав, что дядя Петя стал обладателем крупного денежного выигрыша, она оказывает ему знаки внимания.
- 05.15 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «АКАДЕМИК ИВАН ПАВЛОВ». (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Праотец. 1 серия. (6+)
- 11.55 День Патриарха. (0+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.40, 14.10, 14.40 Монастырская кухня. (0+)
- 15.10 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 2 серия. (0+)
- 16.35 «МОРЕ СТУДЕНОЕ». (0+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

- 19.30, 00.35 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.25 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. На горах Араратских. 2 серия. (6+)
- 21.15, 21.45 Поле битвы. (16+)
- 22.20 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.30 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.25 День Патриарха. (0+)
- 01.30 Апокалипсис. Глава 20. (16+)
- 02.25 Курск. Плечом к плечу. (16+)
- 02.55 Византия. Жизнь после смерти. 18 серия. (0+)
- 03.35 Поле битвы. (16+)

Православный календарь

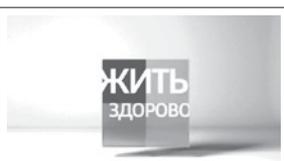
1 апреля
Седмица 5-я Великого поста. Глас 7.
Мчч. Хрисанфа и Дарии
и с ними мчч. Клавдия трибуна, Иларию,
Иасона, Мавра, Диодора пресвитера
и Мариана диакона.



Прав. Софии, кн. Слуцкой. Прп. Симеона Псково-Печерского. Мч. Панхария. Прп. Вассы Псково-Печерской. Прп. Иннокентия Комельского, Вологодского. Прп. Симеона Дайбавского (Серб.). Св. Иоанна исп. Прмц. Матроны. Иконы Божией Матери, именуемой «Умиление», Смоленской.

Постный день.
«На всех путях, какими ходят люди в мире, не находят они мира, пока не приблизятся к надежде на Бога». Прп. Исаак Сирий Ниневиийский

ПЕРВЫЙ



10.10 «Жить здорово!» (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 12.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «Модный приговор». (0+)
10.10 «Жить здорово!» (16+)
10.55 «АнтиФейк». (16+)
11.25 12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.30 «30 лет вместе». «История специальных проектов». (12+)
21.00 «Время»
22.00 «ЛЮБОВЬ СОВЕТСКОГО СОЮЗА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 «30 лет вместе». «Больше, чем спорт». (12+)
01.30 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.30 «ДАМА С СОБАЧКОЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ДАМА С СОБАЧКОЙ». (16+)
Таня попадает в больницу, у неё серьезная потеря крови. Её нашли в лесу, но как она туда попала, она не помнит. Эдуард начинает своё неофициальное расследование вместе с Холодовым и Агатой Денисовной.
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.00 «ЗАЦЕПКА». (12+)
03.00 Вести
03.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)

НТВ



17.50 «ДНК». (16+)

- 04.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
13.00 16.00 19.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
20.00 «ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ». (16+)
22.15 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
00.55 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)

СТС



07.40 «Невероятные приключения кота». (0+)

- 06.00 «Три кота». (0+)
07.40 «Невероятные приключения кота». (0+)
09.25 «РОБИН ГУД И ХРАНИТЕЛИ ЛЕСА». (12+)
11.35 «ЛЕГЕНДА ЛОНГВУДА». (12+)
13.40 «ЗАКОЛДОВАННАЯ ПЕЩЕРА». (16+)
15.45 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ МУЖЕМ». (16+)
17.55 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)
20.00 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
Мира - любимая дочь могущественного и грозного авторитета Леонида Ивановича. Все потенциальные ухажёры обходят её стороной, чтобы не навредить на себя его гнев. Все, кроме Саши.
22.40 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛЯ». (16+)
00.25 «КАК ЖЕНИТЬ ХОЛОСТЯКА». (18+)
02.05 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)

ТНТ



19.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
08.00 «Однажды в России». (16+)
11.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
19.00 «САШАТАНЯ». (16+)
21.00 «АФОНЯ». (16+)
22.00 «МУШКЕТЁРЫ В 3D». (12+)
Начало XVII века. Мушкетёры Атос, Портос, Арамис и девушка Атоса, Анна де Бейль, она же миледи, проникают в тайное хранилище чертежей Леонардо да Винчи...
00.20 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (18+)
Любитель экстрима Чжао Фэн случайно срывает сделку по продаже биологического оружия и оказывается в поле зрения секретной организации. Агент Брюс вербует его для миссии в Будапеште...
02.05 «ГАНМЕН». (18+)
03.45 «Однажды в России». (16+)
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



17.00 «Тайны Чапман». (16+)

- 05.00 18.00 01.50 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (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 с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Легенды и мифы». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+)
22.05 «Безумные факты». (16+)
23.30 «СРЕДНЕВЕКОВЬЕ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
05.50 Пробный переезд. (16+)
06.40 Пятница News. (16+)
07.00 Руссо-экспрессо. (16+)
08.00 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
11.00 Адский шеф. (16+)
14.30 Черный список. На кухне. (16+)
19.00 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
21.40 Молодые ножи. (16+)
23.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
01.30 Пятница News. (16+)
02.00 Кондитер. (16+)

Ю

- 05.15 «Маша и Медведь». (0+)
10.15 «Свадебный размер». (16+)
12.15 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.15 «Мама в 16». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.10 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
Случайная встреча навсегда изменила жизнь Нихан и Кемала. Любовь с первого взгляда изначально была обречена на провал, ведь они живут в разных мирах: она - дочь богатого бизнесмена, крутится в гламурных кругах, а он - простой инженер.
01.55 «Измены». (16+)
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
07.45 Улётное видео. (16+)
09.30 Дорожные войны. (16+)
11.00 Решала. (16+)
13.00 Притворщики. (16+)
15.00 Охотники. (16+)
18.00 Решала. (16+)
20.00 Притворщики. (16+)
22.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.15 Дорожные драмы. (16+)
05.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

- 05.00, 06.15 Время возможностей. (12+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
06.55, 00.45 Рожденные в СССР. (16+)
07.25, 11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
12.00 Понять. Простить (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
16.15 Дела судебные. (16+)
17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
18.50 Миллион за 5 минут. (16+)
19.30, 21.45 Игра в кино. (16+)
22.25 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (16+)
00.10 Женский президент. (12+)
01.10 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
08.05 08.35 Пётр Первый
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
11.00 00.35 «ПАПА НАПРОКАТ». (12+)
15.15 «ПОЗОВИ МЕНЯ В ДАЛЬ СВЕТЛЮЮ». (12+)
17.00 «Открытая наука». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 03.35 «КУПРИН: ПОЕДИНОК». (16+)
22.25 «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». (12+)
00.20 «Почитаем!» (12+)
01.30 «Вспомнить все». (16+)
02.55 «Моя история». (16+)

ПОБЕДА

- 04.50 «Путь к Победе». (16+)
05.50 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)
07.20 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)
08.50 «ЛАДОГА». (16+)
12.40 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)
16.30 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)
Сериал. Россия, 2010 г. Секретной группе разведывательного управления РККА поручают только самые сложные задания, и никто не знает имён бойцов этого подразделения...
00.00 «РУБЕЖ». (16+)
01.40 «ОДНА ВОЙНА». (16+)
03.05 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Просто о важном. Про Миру и Гошу», «Смешарики», «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Смеш! Юные супергерои». (0+)
08.55 «Роботар Поли и его друзья». (0+)
09.10 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)
09.25 «Беби Борн». (0+)
09.35 «Барбоскины». (0+)
10.45 «Все, что вы хотели знать!» (6+)
11.15 «Джи-Джи Бонд: Супергонщик». (6+)
11.30 «Приключения Мегащенков». (0+)
11.50 «Диностер». (6+)
12.05 «Чик-Чиркино». (0+)
13.00 «Карбот». (6+)
13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
14.05 «Инфинити Надю». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.40 «Крутой Майк». (6+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
17.00 «Край Бебис». (0+)
17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.45 «Бумажки». (0+)
19.00 «Оранжевая корова». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Простоквашино». (0+)
22.10 «Дикие скричеры!» (6+)
22.40 «Спифайтеры». (6+)
23.00 «Метал Кард Бот». (6+)
23.15 «Ералаш». (6+)
00.55 «Машины сказки», «Машины страшилки», «Машины песенки». (0+)
02.20 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
03.30 «Фиксики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)
07.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.40 «Кот Басик». (0+)
08.00 «Простоквашино». (0+)
08.45 «Сказочный патруль». (0+)
09.10 «Котенок Кнопа и его друзья». (0+)
09.15 «Чик-Чиркино». (0+)
09.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.25 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
10.50 «Фиксики. Новенькие». (0+)
11.30 «Приключения Мегащенков». (0+)
12.05 Время малышей. (0+)
13.00 «Тара Дункан». (6+)
13.25 «Барбоскины». (0+)
14.15 «Отважные дракончики». (6+)
14.25 «Барбоскины». (0+)
15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
16.00 Время малышей. (6+)
17.00 «Хранители Кью». (0+)
17.15 «Фиксики. Новенькие». (0+)
17.50 «Семь королевств». (0+)
18.25 «Лунтик». (0+)
19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
19.25 «Кошечки-собачки». (0+)
19.55 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.35 «Геройчики». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
23.00 «Смешарики». (0+)
23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Приключения Бубы». (6+)
00.30 «Мальшарики». (0+)
01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
01.35 «Ася и Вася». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

HISTORY!

- 00.00 Боевые знамена Отечества. (12+)
00.15 Освободители. (16+)
01.00 Малоизвестные морские бои: Защита острова Сухо. (12+)
01.45, 05.25, 09.35, 13.10, 16.55 Трудные вопросы истории России. (12+)
02.05, 02.50, 05.55 Русская история. (12+)
03.25, 07.20, 11.30, 15.25, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)
03.55 Земля: Союз нерушимый. (12+)
04.50, 09.00, 14.10, 20.50 Сквозь времена. (12+)
07.55 Северный морской путь. (16+)
10.10 Русская история: Северная война 1701-1721 гг. (12+)
10.55 Русская история: Яркие исторические личности XVIII века. (12+)
12.00 Ним: музей под открытым небом. (12+)
13.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
14.45 Русская история: Царствование Александра Второго. (12+)
16.00 Боги Египта. (16+)
17.25 Семь дней истории. (12+)
17.35 Несломленный музей. (12+)
18.40 Русская история: Реформы и контрреформы в XIX веке. (12+)
20.00 «Пивной путч» 1923 года: рождение нацистской партии. (16+)
21.25 Тайное становится явным. (12+)
21.40 Русская история: Русско-турецкие взаимоотношения. (12+)

HISTORY

- 06.05 Нюрнберг. Казнь. (16+)
06.55, 07.55 Древние мегаполисы. (12+)
08.55 Древние конструкции: Самое опасное оружие в истории. (12+)
09.55 Древние конструкции: Изучая земной шар. (12+)
10.55 Игры империй: Египет. (16+)
11.50 Игры империй: Китайская империя. (16+)
12.50 Король-предатель. (16+)
13.40 «Манчестер Юнайтед»: путь к славе. (12+)
15.00 Подлинная история Русской революции. (16+)
16.00, 17.00 На скалах. (12+)
18.00 Древние конструкции: Инструменты и технологии. (12+)
19.00 Древние конструкции: Анатомия дома. (12+)
20.00 Игры империй: Жестокость кельтов. (16+)
20.55 Игры империй: Ацтеки: столкновение империй. (16+)
21.55 Военные заводы: Колы и Калашников. (12+)
22.45 Судьба потерянной подводной лодки. (12+)
23.45, 00.45 Древние мегаполисы. (12+)
01.40, 02.35 Древние конструкции. (12+)
03.25, 04.15 Игры империй. (16+)
05.05 Военные заводы: Колы и Калашников. (12+)

ИСТОРИЯ

- 06.00 Ледяные гробницы Монголии. (16+)
06.55 Белград. (12+)
08.05, 09.00, 04.20, 05.10 Игры империй. (16+)
09.55, 10.10, 21.10, 21.20 Севастополь. Крым. Россия. (12+)
10.25, 22.40 Личное. (12+)
10.55 Спасённые шедевры России. (12+)
11.45 Питер Фальк против Коломбо. (16+)
12.45 Формула счастья Марии Пахоменко. (12+)
13.40, 01.05 Эпоха гигантов. (12+)
14.40 Бобби Фишер. Против всех. (12+)
15.25 Неандерталец. Первый художник. (12+)
16.25 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)
17.20 Тайны озера Титикака. (12+)
18.20 Вильям Похлёбкин. Рецепты нашей жизни. (16+)
19.10, 20.10 Жизнь римского легионера. (12+)
21.40 Марлон Брандо. Актёр по имени «Желание». (16+)
23.25 Демоны Рейха. Герман Геринг. (12+)
00.15 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)
01.55 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)
02.40 Леонардо: Тайна потерянного портрета. (12+)
03.35 Людмила Гурченко. За кулисами карнавала. (12+)

РОССИЯ К
Культура



16.30 «Библиейский сюжет»

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.15 Театральная летопись
- 07.45 18.40 23.50 «В поисках истины»
- 08.35 «Первые в мире»
- 08.55 01.20 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.40 XX век
- 11.50 «Морозко». Нет! Не принцесса! Королева!»
- 13.00 «Запечатленное время»
- 13.30 «Игра в бисер»
- 14.15 22.10 «ЦИТАДЕЛЬ»
- 15.10 23.05 «Фотосферы»
- 15.35 «Белая студия»
- 16.30 «Библиейский сюжет»
- 17.15 Рахманиновские дни
- 18.10 «Дворянские деньги»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 Абсолютный слух
- 21.30 Власть факта
- 02.25 «Роман в камне»
- 03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



08.10 «Доктор И...» (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЛАНЦЕТ». (12+)
- 10.55 05.35 «Большое кино». (16+)
- 11.30 01.20 17.50 22.00 Со-бытия
- 11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.55 Город новостей
- 15.05 02.50 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)
- 17.00 «Актёрские драмы. Гениальные негодяи». (16+)
- 18.10 «УЧАСТОК № 13: ЛЮБОВЬ ВОПРЕКИ». (16+)
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 Хроники московского быта. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Дорогие товарищи. Водочный бунт». (16+)
- 01.30 «Знак качества». (16+)
- 02.10 Хроники московского быта. (12+)

ТВ-3



19.15 «ЛЕСНИК». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «БИМ». (16+)
- 09.45 Любвиная магия. (16+)
- 10.15 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «КОРДОН». (16+)
- Маша благодаря своему дару становится опасным свидетелем для Фирсова и Погорелова. Дымов находит улики, которые указывают на связь Погорелова с бандитами...
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «КОРДОН». (16+)
- 19.15 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.10 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.30 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (16+)
- 01.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



11.55 «Порча». (16+)

- 06.30 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.30 04.40 Давай разведёмся! (16+)
- 08.30 Тест на отцовство. (16+)
- 10.45 «Понять. Простить». (16+)
- 11.55 00.25 «Порча». (16+)
- 13.00 «Знахарка». (16+)
- 13.35 «Верну любимого». (16+)
- 14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.45 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
- 19.00 «ЖЕНЩИНА БЕЗ ОПЫТА». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)
- 04.20 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.25 «СЛЕД». (16+)
- 08.25 «Новая». (12+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «СЛЕД». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-6». (16+)
- 23.05 «СВОИ-4». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 01.20 «СВОИ-3». (16+)
- 02.05 «СВОИ-2». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «СССР». (16+)
- 12.00 «Заметные люди». (12+)
- 12.30 18.30 03.30 «Футбол губернии». (12+)
- 13.00 16.30 «СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 17.30 03.00 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «От 7 до 17». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 «Здоровая среда». (12+)
- 23.00 «ФРАНЦУЗСКИЙ ШПИОН». (16+)
- Лейтенант Андрей Канаев служит в социалистической Чехословакии. Советские войска выводят обратно в СССР. Часть, в которой служил Канаев, расформировывается...
- 00.30 04.00 «Такие разные». (12+)
- 01.30 «Спортивная семья». (12+)
- 01.45 «Полицейский вестник». (12+)

ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «ЩИТ И МЕЧ». (12+)
- 12.50 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 13.25 15.05 17.15 03.25 «КОМИССАРША». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 00.45 «БРАТЯ ПО КРОВИ». (12+)
- 02.10 «МАКСИМКА». (6+)

СПОРТ

- 06.00 «Непобедимый». (12+)
- 06.30 География спорта. (12+)
- 07.00 10.05 15.25 Новости
- 07.05 15.30 21.30 00.30 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.10 Специальный репортаж. (12+)
- 10.30, 12.00 Лыжные гонки. Кубок России. Прямая трансляция
- 13.30 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.55 01.30 «Вид сверху». (12+)
- 16.15 «Бобби Робсон. Больше, чем тренер». (12+)
- 18.30 Хоккей. СКА (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва). Финал Чемпионата КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 22.00 Футбол. «Атлетико» - «Барселона». Кубок Испании. 1/2 финала. Прямая трансляция
- 02.00 Баскетбол. «Пари Нижний Новгород» - «Автодор» (Саратов). Единая лига ВТБ. (6+)
- 03.55 Новости. (0+)

МУЗЫКА

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.10 Топ чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Топ чарт Европы плюс. (16+)
- 10.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 13.00 Лихие хиты. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.55 «МОНАХИНИ В БЕГАХ». (16+)
- 09.00, 09.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 11.00 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
- 13.00, 13.55 «КЛОН». (18+)
- 14.55 «МЛАДЕНЕЦ НА \$30 000 000». (16+)
- 17.15 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)
- 19.00 «ЗНАКОМСТВО РОДИТЕЛЕЙ». (16+)
- 20.45 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». (16+)
- 22.40, 23.35 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 00.45 «1+1». (16+)
- 02.30 «ТАКИСИ КНИГА». (16+)
- 04.35 «ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС». (16+)
- 05.30 «Три кота», «Простоквашино», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 08.45 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
- 10.20 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ 2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
- 11.50 «БЕНДЕР: НАЧАЛО». (16+)
- 13.35 «БЕНДЕР: ЗОЛОТО ИМПЕРИИ». (16+)
- 15.05 «БЕНДЕР: ПОСЛЕДНЯЯ АФЕРА». (16+)
- 17.00 «БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
- 19.00 «ЗА ПАЛЫЧА!». (16+)
- 20.40 «АФЕРА». (16+)
- 22.45 «НОМЕР ОДИН». (12+)
- 00.40 «ОГНИ БОЛЬШОЙ ДЕРЕВНИ». (16+)
- 02.00 «ДЕВУШКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ». (16+)
- 03.25 «Пинокио. Правдивая история». (6+)
- 04.55 Мультфильмы. (6+)
- 05.10 Весёлое утро на канале «Дом кино». (6+)
- 06.50 «И ВСЁ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...». (16+)
- 08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 21.00 Вечер вместе. «БАНДИТКИ». (16+)
- 22.45 Вечер вместе. «ФОРТ РОСС: В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)
- Россия, 2013 г. Приключения во времени...
- 00.40 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)
- 01.55 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)
- 03.10 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
- 06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 09.10 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- Даша разбила машину отца. Галина Сергеевна вызывает Полежаикина, чтобы он помог решить эту проблему. Оксана выходит на работу вместе секретарши Тамары.
- 12.00 «ОТЕЛЪ «ЭЛЕОН». (16+)
- София и Михаил Джекович решают начать новую жизнь с переменами в имидже. Тем временем, в ресторан возвращается Федя...
- 16.55 «КУХНЯ». (12+)
- 23.00 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- 01.25 «РАНЕТКИ». (16+)
- 05.20 Даёшь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (0+)
- 06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. На горах Араратских. 2 серия. (6+)
- 11.50 День Патриарха. (0+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.40, 14.10, 14.45 Монастырская кухня. (0+)
- 15.15 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 3 серия. (0+)
- 16.45 «СИЛЬНЫЕ ДУХОМ». 1 серия. (12+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 19.30, 00.35 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.25 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Загадка Арарата. 3 серия. (6+)
- 21.15, 21.45, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 22.20 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.30 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.25 День Патриарха. (0+)
- 01.25 Апокалипсис. (16+)
- 02.30 День Ангела: Преподобный Серафим Вурцицкий. (0+)
- 02.55 Византия. Жизнь после смерти. 19 серия. (0+)

Православный календарь

2 апреля
Седмица 5-я Великого поста. Глас 7.
Мц. Фотины (Светланы) самарянки,
ее сыновей мчч. Виктора, нареченного
Фотином, Иосии и иных.



Прпп. Иоанна, Сергия, Патрикия и прочих, во обители св. Саввы убиенных. Мцц. Александры, Клавдии, Евфрасии, Матроны, Иулиани, Евфимии и Феодисии. Свт. Никиты, исп., архиеп. Аполлонидского. Прпп. Евфросина Синозорова, Новгородского. Сщмчч. Владимира пресвитера. Сщмчч. Василия диакона.

Постный день.
« Мы ищем покоя, а таковой нам не на пользу. Покой обретается в кресте и в предании себя воле Божией, и пока страстями боримы и плохо на них вооружаемся, то покоя нельзя обрести». Прп. Макарий Оптинский (Иванов)

ПЕРВЫЙ



10.55 «АнтиФейк». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 12.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «Модный приговор». (0+)
10.10 «Жить здорово!» (16+)
10.55 «АнтиФейк». (16+)
11.25 12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.25 «30 лет вместе». «Больше, чем спорт». (12+)
21.00 «Время»
22.00 «ЛЮБОВЬ СОВЕТСКОГО СОЮЗА». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.10 «30 лет вместе». «Игры, в которые играют люди». (12+)
01.30 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



21.30 «ДАМА С СОБАЧКОЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)
16.30 Вести
17.00 «Малахов». (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 «ДАМА С СОБАЧКОЙ». (16+)
Агата Денисовна и Холодов вспоминают обстоятельства смерти Марфина. Он умер от сердечного приступа во время судебного заседания. Позже Агату Денисовну пригласил на опознание друг Марфина - врач Тункин.
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.00 «ЗАЦЕПКА». (12+)
03.00 Вести
03.30 «ЗАЦЕПКА». (12+)

НТВ



14.00 «Место встречи»

- 04.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ». (16+)
23.20 «Сегодня»
23.45 «Ч.Т.Д.». (16+)
00.20 «Поздняков». (16+)
00.30 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.35 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)

СТС



06.00 «Три кота». (0+)

- 06.00 «Три кота». (0+)
08.45 «СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ». (16+)
11.00 «ПОЕХАВШАЯ». (16+)
13.25 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
16.00 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ: ПОВАР ИЗ НЕАПОЛЯ». (16+)
17.55 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)
20.00 «СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)
Во время испытания сверхскоростного самолёта Блэйк и его брат Джейкоб оказываются на острове, который не значится на картах. Там они попадают в загадочный туман, который содержит одновременно прошлое и будущее.
22.15 «ОГРАБЛЕНИЕ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
00.35 «ЭРА ВЫЖИВАНИЯ». (18+)
02.30 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
05.00 «Три кота». (0+)

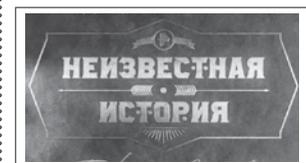
ТНТ



19.00 «САШАТАНЯ». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
08.00 «Однажды в России». (16+)
11.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
19.00 «САШАТАНЯ». (16+)
21.00 «АФОНЯ». (16+)
22.00 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
Лорд Робин Локсли возвращается в Ноттингем и видит его погрязшим в коррупции. Робин присоединяется к группе Весёлых Шервудских Разбойников и становится благородным вором, продолжая вести светскую жизнь для слежки за ноттингемским шерифом.
00.10 «ЛУНА». (12+)
В 2029 году южнокорейская миссия на Луну терпит аварию, выживает лишь один космонавт.
02.30 «ВЕЧЕРИНКА ДОНОРОВ». (16+)
03.55 «Однажды в России». (16+)
06.00 «Утро ТНТ». (16+)

РЕН



15.00 «Неизвестная история». (16+)

- 05.00 18.00 01.40 04.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
10.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Неизвестная история». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
20.00 «ДИТЯ ОСИРИСА». (16+)
21.55 «Смотреть всем!» (16+)
23.30 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Гастротур. (16+)
05.50 Пробный переезд. (16+)
06.40 Пятница News. (16+)
07.00 Запретный Китай. (16+)
08.10 «КОМИССАР РЕКС». (16+)
11.10 Адский шеф. (16+)
14.40 Новые Четыре свадьбы. (16+)
19.00 Большие девочки. (16+)
21.30 Умнее всех. (6+)
22.40 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
01.10 Пятница News. (16+)
01.40 Кондитер. (16+)
03.40 Гастротур. (16+)

Ю

- 05.20 «Маша и Медведь». (0+)
10.25 «Свадебный размер». (16+)
12.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.35 «Беременная по обману». (16+)
Они надеялись на крепкие и долгие отношения, их возлюбленные обещали им надежную семью. И вот, забеременеет от своего любимого человека, они узнают правду - их мужчина женат.
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
01.50 «Измены». (16+)
03.35 «Моя свекровь - монстр». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
07.45 Улётное видео. (16+)
11.00 Решала. (16+)
13.00 Притворщики. (16+)
15.00 Охотники. (16+)
18.00 Решала. (16+)
20.00 Притворщики. (16+)
22.00 Решала. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.15 Дорожные драмы. (16+)
05.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

- 05.00, 03.10 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
06.10, 00.35 Наше кино. (16+)
06.35 «СУЕТА СУЕТ». (16+)
08.15 «ОПЕКУН». (16+)
10.10, 15.05 Дела судебные. (16+)
12.00 Понять. Простить (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)
18.50 Миллион за 5 минут - дети. (6+)
19.30, 21.45 Игра в кино. (16+)
22.25 «ЧИСТОЕ НЕБО». (16+)
01.00 Первый Евразийский канал. (12+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
08.05 08.35 Пётрый мир
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 ОТражение
11.00 00.35 «ПАПА НАПРОКАТ». (12+)
15.15 «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». (12+)
17.00 «Здоровая среда». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 03.35 «КУПРИН: ПОЕДИНОК». (16+)
22.25 «ВАШ СЫН И БРАТ». (12+)
00.10 «Один день из жизни врача». (12+)
01.30 «Вспомнить все». (16+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе». (16+)
05.30 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
07.25 «СЕСТРЁНКА». (12+)
09.00 «ДОЛГИЙ ПУТЬ ДОМОЙ». (16+)
Начало 1980-х. Надя Чеботарева из деревни Филькино влюбляется в преуспевающего красавца-чиновника из Москвы Виталия Большакова. Бросив своего сельского жениха Витьку, она отправляется в столицу. Появление Нади не радует Большакова, но он все-таки женится на ней...
00.00 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
01.50 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Просто о важном. Про Миру и Гошу», «Смешарики», «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Пингвинёнок Пороро: Приключения в замке дракона». (0+)
08.40 «Роботар Поли и его друзья». (0+)
08.55 «Супер Крылья. Электрические герои». (0+)
09.10 «Беби Борн». (0+)
09.15 «Барбоскины». (0+)
10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Веер». (0+)
11.00 «Джи-Джи Бонд: Супергерончик». (6+)
11.20 «Приключения Мегащенок». (0+)
11.35 «Диностер». (6+)
11.55 «Чик-Чирикино». (0+)
13.00 «Карбот». (6+)
13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)
14.30 «Навигатор». (0+)
14.40 «Крутой Майк». (6+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
17.00 «Край Джи Бибис». (0+)
17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.45 «Бумажки». (0+)
19.00 «Оранжевая корова». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Простоквашино». (0+)
22.10 «Дикие скричеры!» (6+)
22.40 «Спинфайтеры». (6+)
23.00 «Метал Кард Бот». (6+)
23.15 «Ералаш». (6+)
00.55 «Машины сказки», «Машины страшилки», «Машины песенки». (0+)
01.00 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
03.30 «Фиксики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)
07.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.35 «Тара Дункан». (6+)
08.00 «Простоквашино». (0+)
08.40 «Сказочный патруль». (0+)
09.10 «Котенок Кнопа и его друзья». (0+)
09.15 «Чик-Чирикино». (0+)
09.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.25 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
10.45 «Фиксики. Новенькие». (0+)
11.30 «Приключения Мегащенок». (0+)
12.05 Время малышей. (0+)
13.00 «Тара Дункан». (6+)
13.25 «Барбоскины». (0+)
14.15 «Отважные дракончики». (6+)
14.25 «Барбоскины». (0+)
15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
16.00 Время малышей. (6+)
17.00 «Хранители Кью». (0+)
17.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
17.50 «Семь королевств». (0+)
18.25 «Лунтик». (0+)
19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
19.25 «Кошечки-собачки». (0+)
19.55 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.35 «Геройчики». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
23.00 «Смешарики». (0+)
23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Приключения Бубы». (6+)
00.30 «Малышарики». (0+)
01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
01.35 «Ася и Вася». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Земля: Союз нерушимый. (12+)
00.55, 05.00, 10.05, 16.55, 22.10 Сквозь времена. (12+)
01.25, 05.30, 09.10, 12.55, 21.00 Трудные вопросы истории России. (12+)
01.55 Русская история: Век Императрицы. (12+)
03.25, 07.25, 11.20, 15.25, 19.25, 23.20 Народный фронт Победы. (12+)
03.55 Северный морской путь. (16+)
06.10 Русская история: Северная война 1701-1721 гг. (12+)
06.50 Русская история: Яркие исторические личности XVIII века. (12+)
08.00 Ним: музей под открытым небом. (12+)
09.40 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
10.45 Русская история: Царствование Александра Второго. (12+)
11.55 Боги Египта. (16+)
13.25 Несломленный музей. (12+)
14.35 Русская история: Реформы и контрреформы в XIX веке. (12+)
16.00 «Пливной путч» 1923 года: рождение нацистской партии. (16+)
17.25 Семь дней истории. (12+)
17.40 Русская история: Русско-турецкие взаимоотношения. (12+)
20.00 Историю: За месяц до штурма Берлина. (12+)
21.40 Найти и рассказать: Жестяная горка. (12+)
22.45 Русская история: Культура и духовность в России. (12+)

HISTORY

- 06.00 Судьба потерянной подводной лодки. (12+)
06.55 Храм Шри Кайлаванатана Свами Девастханам, Шри-Ланка. (12+)
07.25, 08.25 На скалах. (12+)
09.25, 10.25 Древние конструкторы. (12+)
11.20, 12.20 Игры империй. (16+)
13.15 Великие битвы: Курск: Курский выступ. «Цитадель». (16+)
14.10 Подлинная история Русской революции. (16+)
15.10 Сокровища Петры: в поисках ладана. (12+)
16.10 На скалах. (12+)
17.10 Короли Африки: Прошлое, настоящее и будущее. (12+)
18.05 Древние конструкторы: Экстремальные проекты. (12+)
19.05 Древние конструкторы: Тайные чудеса природы. (12+)
20.05 Реституция? Борьба Африки за свое наследие. (16+)
21.05 Пеле: Король игры. (16+)
22.00 Военные заводы: Разрушители плотин. (12+)
22.50 Военные заводы: Первые великаны. (12+)
23.45, 00.40 На скалах. (12+)
01.40, 02.35 Древние конструкторы. (12+)
03.25, 04.15 Игры империй. (16+)
05.05 Военные заводы. (12+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 03.35 Спасённые шедевры России. Рукописи. (12+)
06.45 Питер Фальк против Коломбо. (16+)
07.45, 19.10, 05.05 Эпоха гигантов. (12+)
08.45 Бобби Фишер. Против всех. (12+)
09.35 Неандерталец. Первый художник. (12+)
10.35 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)
11.25 Тайны озера Титикака. (12+)
12.25 Вильям Похлёбкин. Рецепты нашей жизни. (16+)
13.15, 15.25 Жизнь римского легионера. (12+)
14.15, 03.10 Личное. (12+)
14.55, 15.10, 02.45, 02.55 Севастополь. Крым. Россия. (12+)
16.25 Демоны Рейха. Герман Геринг. (12+)
17.20 Марлон Брандо. Актёр по имени «Желание». (16+)
18.20 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)
20.10 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)
21.00 Людмила Гурченко. За кулисами карнавала. (12+)
21.50 Леонард: Тайна потерянного портрета. (12+)
22.50 Ледяные гробницы Монголии. (16+)
23.50 Белград. (12+)
01.00, 01.50 Игры империй. (16+)
04.20 Формула счастья Мари Фламенко. (12+)

РОССИЯ К
Культура



20.30 «Спокойной ночи, малыши!»

- 06.30 Диалоги о животных
- 07.15 Театральная летопись
- 07.45 18.40 23.50 «В поисках истины»
- 08.35 «Первые в мире»
- 08.50 01.35 «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.35 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.40 ХХ век
- 12.10 «Забывшее ремесло»
- 13.00 «Запечатленное время»
- 13.30 Абсолютный слух
- 14.15 22.10 «ЦИТАДЕЛЬ»
- 15.10 23.05 «Фотосферы»
- 15.35 «2 Верник 2»
- 16.30 «Пряничин домик»
- 17.15 Рахманиновские дни
- 18.10 «Дворянские деньги»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Кавказская пленница». Это же вам не лезгинка, а твист!»
- 21.30 «Энигма»

ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «ЛАНЦЕТ». (12+)
- 10.50 «Большое кино». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.05 02.50 «ДЕЛА ЖИТЕЙСКИЕ». (16+)
- 17.00 «Актёрские драмы. Звёзды на весах». (16+)
- 18.10 «ТАЙНЫ ГОРОДА М: РАССВЕТ НАСТУПИТ НЕЗАМЕТНО». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Легенды эстрады. Иллюзия обмана». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.35 «Петровка, 38». (16+)
- 00.50 «Настоящий детектив». (16+)
- 01.30 «Степан Бандера. Теория зла». (16+)
- 02.10 «Ангелы и демоны». (16+)

ТВ-3



01.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «БИМ». (16+)
- 09.45 Любовная магия. (16+)
- 10.15 Гадалка. (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 Гадалка. (16+)
- 15.15 «Слепая». (16+)
- 17.00 «КОРДОН». (16+)
- Фирсов обманом заманивает Юлю на базу. Там же оказываются Погорелов и Дымов. Но когда Фирсов пытается уехать вместе с деньгами, Погорелов демонстрирует свои истинные намерения.
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.00 Новости. (16+)
- 23.10 «ЛЕСНИК». (16+)
- 23.30 «БЕОВУЛЬФ И ГРЕНДЕЛЬ». (18+)
- 01.30 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 05.15 Мистические истории. (16+)

ДОМАШНИЙ



10.40 «Понять. Простить». (16+)

- 06.30 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 04.40 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 00.25 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
- 19.00 «ЖЕНЩИНА БЕЗ ОПЫТА». (16+)
- 23.15 «Понять. Простить». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.45 «Верну любимого». (16+)
- 02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.40 Тест на отцовство. (16+)
- 04.20 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.25 «СЛЕД». (16+)
- 08.00 Ваше здоровье! (12+)
- 08.35 День ангела. (0+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «СЛЕД». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СЛЕД». (16+)
- 17.00 Известия. (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 22.20 «СВОИ-6». (16+)
- 23.05 «СВОИ-4». (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 «СВОИ-6». (16+)
- 01.20 «СВОИ-3». (16+)
- 02.05 «СВОИ-2». (16+)

ЗВЕЗДА

- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «ЩИТ И МЕЧ». (12+)
- 12.50 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 13.25 15.05 17.15 04.50 «КОМИССАРША». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 00.40 «АПАЧИ». (12+)
- 02.15 «УЛЬЗАНА». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 15.00 «СССР». (16+)
- 12.00 «Здоровая среда». (12+)
- 13.00 «СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 16.30 «ВСЕ ВОЗРАСТЫ ЛЮБВИ». (16+)
- 17.30 03.30 «Открытая наука». (12+)
- 18.00 «Спортивная семья». (12+)
- 18.15 00.30 04.30 «Великий, могучий». (12+)
- 18.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 22.30 04.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 23.00 «МОЛОДОСТЬ ПО СТРАХОВКЕ». (16+)
- Эва по ошибке получает чек от страховой компании на 5 миллионов, вместо 50 тысяч долларов...
- 01.00 «От 7 до 17». (12+)
- 01.30 «Заметные люди». (12+)

СПОРТ

- 06.00 14.55 «Непобедимый». (12+)
- 06.30 «Вид сверху». (12+)
- 07.00 10.05 12.55 15.25 Новости
- 07.05 15.30 22.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.10 12.35 Специальный репортаж. (12+)
- 10.30 «Футбол на все времена». (12+)
- 11.35 Футбол. Еврокубки. Обзор. (6+)
- 13.00 Есть тема! Прямая трансляция
- 14.25 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 16.15 01.30 «Большой хоккей». (12+)
- 16.45 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
- 23.10 Евротур. (12+)
- 00.00 Профессиональный бокс. (16+)
- 02.00 Баскетбол. ЦСКА - «Самара». Единая лига ВТБ. (6+)
- 03.55 Новости. (0+)
- 06.00 13.35 23.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 08.40 16.45 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
- 09.25 04.55 Небесная гонимая. (6+)
- 09.40 «Страна спортивная». (12+)
- 10.05 18.25 05.30 «Вид сверху». (12+)
- 10.35 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 12.25 Лица Страны. (12+)
- 12.40 16.00 20.55 22.20 Спецрепортаж. (12+)
- 13.05 «бхб». (12+)
- 15.25 02.10 «Век нашего спорта». (12+)
- 16.20 Что по спорту? (12+)
- 17.30 «Вячеслав Платонов. Тренер победы». (12+)
- 18.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
- 21.10 География спорта. (12+)
- 21.40 «Спорт, который есть». (12+)
- 21.55 «Большой хоккей» (12+)
- 22.40 Есть тема! (16+)
- 01.45 Что за спорт?. (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.00 «МОЯ ПИРАТСКАЯ СВАДЬБА». (16+)
- 07.45 «ЗНАКОМОЕ РОДИТЕЛЕЙ». (16+)
- 09.30, 10.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 11.35 «УИКЕНД С БАТЕЙ». (16+)
- 13.15, 14.10 «КЛОН». (16+)
- 15.05 «1+1». (16+)
- 17.10 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)
- 19.00 «ОНА - МУЖЧИНА». (16+)
- 21.00 «ИГРАЙ, КАК БЕКХЭМ». (16+)
- 23.05, 00.00 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 01.10 «МЛАДЕНЕЦ НА \$30 000 000». (16+)
- 03.10 «128 УДАРОВ СЕРДЦА В МИНУТУ». (16+)
- 04.35 «Королевские каникулы». Мультфильм. (12+)
- 05.30 «Три кота», «Простоквашино», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
- 08.30 «ДЕВУШКИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ». (16+)
- 10.10 «ЗА ПАЛЫЧА!» (16+)
- 11.55 «БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
- 13.50 «ДУБЛЁР». (16+)
- 15.20 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 17.15 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
- 19.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)
- 20.45 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ 2». (16+)
- 22.15 «СТЕНДАП ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
- 00.10 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (16+)
- 01.45 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
- 03.10 «ЧИСТОЕ ИСКУССТВО». (16+)
- 04.40 Мультфильмы. (6+)
- 04.50 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)
- 06.50 «И ВСЁ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...». (16+)
- 08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
- 21.00 Вечер вместе. «РОДНЫЕ». (16+)
- Что делать человеку, которому осталось жить всего год? Конечно, отправиться навстречу своей заветной мечте!
- 22.50 Вечер вместе. «БАТЯ». (16+)
- 00.15 «ПРОКЛЯТЫЙ ЧИНОВНИК». (16+)
- 01.40 «КАЛЕНДАРЬ МА(И)Я». (6+)
- 03.05 «НА ОСТРИЕ». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки», «Маша и Медведь. Скажите «Ой!», «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильмы. (0+)
- 19.00, 20.00 «КЛОН». (16+)
- 21.00, 22.10 Богиня сыска. (16+)
- Эксперимент про обыск и свидание.
- 23.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 00.30 Суббота News 2025. (16+)
- 00.40, 01.50 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 02.30, 03.20, 04.00 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.50 «Корги по имени Моко». Мультсериал. (0+)

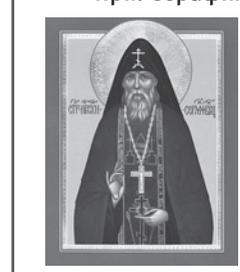
- 01.25 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (18+)
- 03.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 05.20 «ТАКСИ». (16+)
- 06.55 «НАЧНИ СНАЧАЛА». (16+)
- 08.50 «ЗА ПАЛЫЧА!» (12+)
- 10.35 «ТАКСИ 4». (16+)
- 12.15 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
- 14.05 «НОВОГОДНИЙ ОЛ ИМ-КЛЮЗИВ». (12+)
- 15.45 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
- 17.40 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)
- 19.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
- 21.45 «КИЛЛЕРЫ». (18+)
- 23.30 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)
- Комедия, Россия, 2020 г.
- 06.25 «Кот в сапогах». (0+)
- 06.45 «Девочка и слон» (16+)
- 07.00 «ПОПРЫГУНЬЯ». (16+)
- 08.40 «МИХАИЛО ЛОМОНОСОВ». (16+)
- 14.35 «ПОДРАНКИ». (16+)
- 16.15 «СЕРАФИМ ПОЛУБЕС И ДРУГИЕ ЖИТЕЛИ ЗЕМЛИ». (18+)
- 17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-8». (16+)
- 19.35 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (18+)
- 21.20 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (18+)
- 00.00 «АВАРИЯ» - ДОЧЬ МЕНТА». (18+)
- 01.40 «АССА». (18+)
- 04.05 «ЧЕРНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ПЕЧАЛИ, КРАСНАЯ РОЗА - ЭМБЛЕМА ЛЮБВИ». (16+)
- 08.00, 16.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (16+)
- 09.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПРИГОВОР ИДЕАЛЬНОЙ ПАРЫ». (16+)
- В ролях: Кирилл Жандаров, Мария Валешная, Ольга Олексий, Римма Зюбина, Никита Салопин
- 13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 09.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 12.05 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- 17.00 «КУХНЯ». (16+)
- 22.55 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
- 01.25 «РАНЕТКИ». (16+)
- Конфликт между Лерой и ее родственниками вспыхивает с новой силой. Женя сообщает «Ранеткам», что уходит из группы. Зеленова намерена продолжать борьбу за Гуцула. Во время репетиции Милославский случайно ранит Рассказова. Савченко запрещает ставить опасный спектакль...
- 05.15 Дашь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ПРОСТЫЕ ЛЮДИ». (0+)
- 06.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Загадка Арарата. 3 серия. (6+)
- 11.50 День Ангела: Преподобный Серафим Вырицкий. (0+)
- 12.25 День Патриарха. (0+)
- 12.35, 19.30, 00.35 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.35, 14.05, 14.35 Монастырская кухня. (0+)
- 15.05 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». 4 серия. (0+)
- 16.30 «СИЛЬНЫЕ ДУХОМ». 2 серия. (12+)
- 18.30, 04.05 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.25 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Восхождение. 4 серия. (6+)
- 21.20, 21.50, 03.35 Поле битвы. (16+)
- 22.25 «Бесогои». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.30 Вечер на СПАСЕ. Ток-шоу. (0+)
- 00.25 День Патриарха. (0+)
- 01.25 Апокалипсис. Глава 22. (16+)
- 02.25 Материнское сердце. (16+)
- 02.55 Византия. Жизнь после смерти. Осколки империи. XV век. 20 серия. (0+)

Православный календарь

3 апреля
Седмица 5-я Великого поста. Глас 7.
Четверток Великого канона.
Прп. Серафима Вырицкого.



Прп. Иакова еп., исп. Свт. Кирилла, еп. Катанского. Свт. Фомы, патриарха Константинопольского. Сщмч. Владимира пресвитера.
Постный день.

«Всякий человек имеет нужду в постоянной помощи, потому что из-за его природной немощи с ним случается много горестного и трудного. Поэтому, ища убежища от всех бедствий или как бы укрываясь от нашествия врагов в крепости на вершине горы, он прибегает к Богу: только пребывая в Боге, он может быть спокоен». Свт. Василий Великий

МУЗЫКА

- 05.00 Лайкер. (16+)
- 06.00 Музэнерго. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 11.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Ждите ответа. (16+)
- 14.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Love Radio чат. (16+)
- 17.00 Короли чартов. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Хит-Сториз. (16+)
- 18.55 Плейлист | Весна. (16+)
- 19.45 Кто следующий? (16+)
- 20.40 Ну, где же вы, девочки? (16+)
- 21.40 PRO-новости. (16+)
- 22.00 Прогноз по году. (16+)
- 23.00 Лихие хиты. (16+)
- 00.00 Муз'итив. (16+)
- 00.40 Лайкер. (16+)
- 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

7 ПЕРВЫЙ



21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 12.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «Модный приговор». (0+)
10.10 «Жить здорово!» (16+)
10.55 «АнтиФейк». (16+)
11.25 12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон». (16+)
19.45 «Поле чудес». Праздничный выпуск. (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)
23.30 «НОЧНОЙ ДОЗОР». (16+)
01.40 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



18.00 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.30 Местное время
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 Вести. Местное время
12.00 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 «ЗАЩЕПКА». (12+)
16.30 Вести
17.00 Прямой эфир. (16+)
18.00 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.10 Вести. Местное время
21.30 Ну-ка, все вместе! Хором! (12+)
00.05 «Истории Большой Страны». (12+)
01.05 «ИДЕАЛЬНЫЙ ПАЦИЕНТ». (12+)
Медсестра Зоя знакомится в больнице с известным нейрохирургом Евгением. Он недавно попал в ужасную аварию, которая отняла у него всё и даже желание жить. В машину Евгения врезался пьяный водитель.

НТВ



17.55 «Жди меня». (12+)

- 04.45 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ». (16+)
23.20 «Своя правда». (16+)
01.15 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
01.55 «Инфоцит». (16+)
02.35 «Квартирный вопрос». (0+)
03.30 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)

СТС СТС



11.50 Шоу «Уральские пельмени». (16+)

- 06.00 «Три кота». (0+)
08.00 Богатырские игры. (16+)
Сто народных супергероев поборются за 10 миллионов рублей и титул «Богатырь всей Руси». Они покажут свою силу, смелость и волю к победе.
10.25 Уральские пельмени. (16+)
11.50 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
19.30 Премьера. Шоу «Уральские пельмени». (16+)
21.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
23.55 Кто тут жулик? (16+)
Пять звёздных гостей отвечают на вопросы ведущего. Но среди них есть жулик, который заранее получил все ответы...
01.00 Премьера. «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
05.00 «Три кота». (0+)

ТНТ ТНТ



08.00 «Однажды в России». (16+)

- 07.00 «Утро ТНТ». (16+)
«Утро.ТНТ» - это новое утреннее телевидение, которое переосмысливает формат классических шоу. Здесь всегда свежая информация, полезный контент и лёгкая, позитивная атмосфера. Включай ТНТ и начинай день ярко!
08.00 «Однажды в России». (16+)
19.00 «Комеди Клуб». (16+)
Культурное юмористическое шоу ТНТ, взорвавшее телевидение ещё в 2005 году. Дерзкие шутки, звёздные гости и остросоциальный юмор сделали его настоящей визитной карточкой канала.
00.00 «Женский стендап». (18+)
Если ты думаешь, что женщины не ругаются, не жалуются на детей, не шутят о сексе и еще множество всяких «не», то это шоу докажет обратное!
05.40 «Однажды в России». (16+)

РЕН



10.00 «Засекреченные списки». (16+)

- 05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
10.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 «Главные тайны мира». (16+)
20.00 «ГРЕНЛАНДИЯ». (16+)
США - Великобритания, 2020 г. Боевик.
22.20 «МЕСТЬ ЗЕМЛИ». (16+)
00.30 «ЗАЛОЖНИК». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 Секреты на кухне. (16+)
06.30 Пробный переезд. (16+)
07.20 Пятница News. (16+)
07.50 Руссо-экспрессо. (16+)
08.50 Большие девочки. (16+)
11.20 Молодые ножи. Новая кровь. (16+)
16.30 Большие девочки. (16+)
19.30 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
01.30 «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (16+)
03.20 Пятница News. (16+)
03.40 Гастротур. (16+)

Ю

- 05.15 «Маша и Медведь». (0+)
10.30 «Жизнь после шоу». (16+)
12.55 «Моя свекровь - монстр». (16+)
16.45 «Статус: Неравный брак». (16+)
Реалити о людях из разных поколений, которые приняли решение быть вместе. Ежедневно они сталкиваются с непониманием и осуждением. Как справиться со всеми трудностями и сохранить любовь? В каждой серии новая история любви с разницей в возрасте!
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
01.55 «Измены». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 «СОЛДАТЫ-14». (16+)
07.00 «+100500». (16+)
14.00 Улётное видео. (16+)
«Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панacea от плохого настроения.
19.00 Притворщики. (16+)
23.00 Опасные связи. (18+)
02.45 Дорожные войны. (16+)
05.20 Тревел-блог Че! (16+)

МИР

- 05.25, 06.15 «ВОЕННО-ПОЛЕВОЙ РОМАН». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
07.05, 10.10 «ЛЕНИНГРАДЕЦ». (16+)
11.05, 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
12.00 Понять. Простить. (16+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
15.05, 16.15, 17.15 Дела судебные. (16+)
18.50 Игра в кино. Чемпионат мира. (16+)
19.40 «ВА-БАНК». (16+)
21.40 «ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
23.30 «ДЕЖА ВЮ». (16+)
01.30 Наше кино. (16+)
01.55 «СЕЛЬСКАЯ УЧИТЕЛЬНИЦА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 10.05 12.05 13.10 18.20 Отражение
11.45 «Нескучное дело с Сергеем Ломакиминым». (12+)
15.15 «ВАШ СЫН И БРАТ». (12+)
17.00 «Служу Отечеству». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.45 «Ректорат». (12+)
21.25 «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ». (12+)
23.05 «Искусство ограбления». (18+)
00.35 «ЕВА». (18+)
02.00 «НЕПОДСУДЕН». (12+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе». (16+)
05.30 «ВЕСУРИ». (16+)
06.50 «72 МЕТРА». (16+)
09.20 «СНАЙПЕРЫ. ЛЮБОВЬ ПОД ПРИЦЕЛОМ». (16+)
16.40 «КУРОРТ ЦВЕТА ХАКИ». (16+)
Со стороны жизнь и работа начальника пограничного отряда, подполковника Алексея Стрельцова, кажется идеальной. Он служит в тихом курортном городке, его любят подчиненные, окружают надежные друзья, а семейный тыл обеспечивает любящая жена Вера и сын Данила.
00.00 «ТРИ ДНЯ ДО ВЕСНЫ». (16+)
01.40 «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)
01.35 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
03.35 «АГИТБРИГАДА «БЕЙ ВРАГА!» (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Просто о важном. Про Миру и Гошу», «Смешарики», «Лунтик». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Ум и Хрум». (0+)
10.45 «Студия Каляка-Малыки». (0+)
Каляка-Малыка и его подружка Тася приглашают детей в удивительную студию рисования!
11.15 «Кошечки-собачки». (0+)
13.00 «Карбот». (6+)
13.35 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
14.05 «Инфинити Надо». (6+)
14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
Обладатель золотой медали всероссийских соревнований по регби «Кубок Соколова»! Победитель турнира «Янтарный овал»! Капитан своей команды! В гостях у Славы и Ани - Максим Фролов!
14.40 «Крутой Майк». (6+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
17.00 «Геройчики». (0+)
20.45 «Бумажки». (0+)
21.00 «Спокойные ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Спасатели». (6+)
Друзей Тигра и Зубастика ждут невероятные виртуальные приключения, в которых им предстоит проверить свою дружбу на прочность.
22.45 «Простоквашино». (0+)
00.00 «Ералаш». (6+)
01.35 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
03.15 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 Время малышей. (0+)
07.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.35 «Кот Басик». (0+)
08.00 «Простоквашино». (0+)
08.40 «Сказочный патруль». (6+)
09.10 «Котенок Кинопа и его друзья». (0+)
09.15 «Чик-Чирикино». (0+)
09.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.25 «Муся, Чук и Станислав». (6+)
10.45 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
11.30 «Приключения Мегащенок». (0+)
12.05 Время малышей. (0+)
13.00 «Тара Дункан». (6+)
13.25 «Барбоскины». (0+)
14.15 «Отважные дракончики». (6+)
14.45 «Барбоскины». (0+)
15.30 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
16.00 Время малышей. (6+)
17.00 «Хранители Кью». (0+)
17.15 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
17.50 «Семь королевств». (0+)
18.25 «Лунтик». (0+)
19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
19.25 «Кошечки-собачки». (0+)
19.55 «Маша и Медведь». (0+)
20.20 «Деревяшки». (0+)
20.35 «Геройчики». (0+)
21.00 «Сказочный патруль». (6+)
21.50 «Семь королевств». (0+)
22.05 «Фиксики. Новенькие». (0+)
23.00 «Смешарики». (0+)
23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
00.00 «Приключения Бубы». (6+)
00.30 «Мальшарики». (0+)
01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
01.35 «Ася и Вася». (0+)
02.00 «Барбоскины». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Северный морской путь. (16+)
01.00, 06.10, 12.50, 18.15 Сквозь времена. (12+)
01.35, 05.10, 08.55, 17.00 Трудные вопросы истории России. (12+)
02.10, 02.50 Русская история. (12+)
03.25, 07.25, 11.25, 15.25, 19.20, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)
04.00 Ним: музей под открытым небом. (12+)
05.40 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
06.45 Русская история: Царствование Александра Второго. (12+)
08.00 Боги Египта. (16+)
09.30 Несомненный музей. (12+)
10.35 Русская история: Реформы и контрреформы в XIX веке. (12+)
12.00 «Пивной путч» 1923 года: рождение нацистской партии. (16+)
13.25 Тайное становится явным. (12+)
13.40 Русская история: Русско-турецкие взаимоотношения. (12+)
16.00 Историада. (12+)
17.35 Семь дней истории. (12+)
17.40 Найти и рассказать. (12+)
18.45 Русская история: Культура и духовность в России. (12+)
20.00 Боевые знамена Отечества. (12+)
20.15 Освободители. (16+)
21.00 Малоизвестные морские бои. (12+)
21.50 Русская история: Войны Российской Империи. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 Военные заводы. (12+)
06.45 Древняя история Сибири. (12+)
07.15 Эль-Сагарио, Эквадор. (12+)
07.45 На скалах. (12+)
08.45 Короли Африки: Прошлое, настоящее и будущее. (12+)
09.40, 10.40 Древние конструкторы. (12+)
11.35 Реституция? Борьба Африки за свое наследие. (16+)
12.40 Пеле: Король игры. (16+)
13.30 Великие битвы: Курск: Огненная дуга. (16+)
14.25, 15.20 Майя. Рождение Легенды. (12+)
16.15 Короли Африки: Следы колонизации. (12+)
17.10 Короли Африки: Момент времени. (12+)
18.00 Древние конструкторы: Древние водные пути. (12+)
19.00 Древние конструкторы: Наведение мостов. (12+)
20.00, 20.55 В поисках истины. (16+)
21.55 Преследуя зло. (16+)
23.25 На скалах. (12+)
00.25 Короли Африки. (12+)
01.20 Древние конструкторы: Борьба Африки за свое наследие. (16+)
03.05 Пеле: Король игры. (16+)
03.55 Преследуя зло. (16+)
05.15 Древняя история Сибири. (12+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 03.30 Неандерталец. Первый художник. (12+)
06.55, 04.20 Иннокентий Смоктуновский. Пророчество для гения. (12+)
07.45 Вильям Похлебкин. Рецепты нашей жизни. (16+)
08.35, 09.35 Жизнь римского легионера. (12+)
10.35, 10.50, 23.15, 23.25 Севастополь. Крым. Россия. (12+)
11.05 Личное. Инна Макарова. (12+)
11.45 Демоны Рейха. Герман Геринг. (12+)
12.40 Марлон Брандо. Актер по имени «Желание». (16+)
13.40 Он мог быть первым. Драма космонавта Нелюбова. (16+)
14.30 Владимир Винокур. Своим голосом. (12+)
15.20, 01.50 Эпоха гигантов. (12+)
16.20 Леонардо: Тайна потерянного портрета. (12+)
17.20 Людмила Гурченко. За кулисами карнавала. (12+)
18.10 Ледяные гробницы Монголии. (16+)
19.10 Белград. (12+)
20.20, 21.15 Игры империй. (16+)
22.15 Питер Фальк против Коломбо. (16+)
23.45 Личное. Александр Михайлов. (12+)
00.15 Спасенные шедевры России. (12+)
01.05 Формула счастья Марии Пахоменко. (12+)
02.45 Бобби Фишер. Против всех. (12+)
05.05 Тайны озера Титикака. (12+)

РОССИЯ К
Культура



20.30 Линия жизни

06.30 Диалоги о животных
07.15 Театральная летопись
07.45 18.40 «В поисках истины»
08.35 «Первые в мире»
08.50 «А ПАРОХОДЫ ГУДЯТ И УХОДЯТ...»
10.00 12.30 17.00 19.30 23.50
Новости культуры
10.20 Шедевры старого кино
11.40 «Вспоминая Юрия Германа»
12.45 «Забывшее ремесло»
13.00 Открытая книга
13.30 Власть факта
14.15 «ЦИТАДЕЛЬ»
15.10 «Фотосферы»
15.35 «Энигма»
16.30 Письма из провинции
17.15 «Музыка детских сердец»
18.10 «Дворянские деньги»
19.45 01.50 «Искатели»
20.30 Линия жизни
21.25 «СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ»
22.35 «2 Верник 2»
00.05 «ШАПИТО-ШОУ». (18+)

ТВЦ



17.00 «Актерские драмы. Сильная женщина». (16+)

06.00 «Настроение»
08.20 «УЧАСТОК № 13: ЛЮБОВЬ ВОПРЕКИ». (16+)
11.30 События
11.50 «УЧАСТОК № 13: ЛЮБОВЬ ВОПРЕКИ». (16+)
12.35 «ЗАКОН СЛУЧАЙНЫХ СОВПАДЕНИЙ». (16+)
14.30 События
14.55 Город новостей
15.05 «ЗАКОН СЛУЧАЙНЫХ СОВПАДЕНИЙ». (16+)
17.00 «Актерские драмы. Сильная женщина». (16+)
17.50 События
18.15 «ТАЙНЫ ГОРОДА М: СЛЕД КУНИЦЫ». (16+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.05 «Хорошие песни». (12+)
00.25 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРА-КА...» (12+)
02.05 «Петровка, 38». (16+)
02.20 «ТЕНЬ САЛАМАНДРЫ». (16+)

ТВ-3



14.00 Вернувшиеся. (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.30 Новости. (16+)
08.40 Новый день. (16+)
09.15 «Порча». (16+)
14.00 Вернувшиеся. (16+)
15.10 Вернувшиеся. (16+)
16.20 «Слепая». (16+)
18.00 Новости. (16+)
18.10 «Слепая». (16+)
19.15 «ВО ИМЯ КОРОЛЯ: ИСТОРИЯ ОСАДЫ ПОДЗЕМЕЛЬЯ». (16+)
Германия, Канада, США, 2006 г. Фэнтези.
В ролях: Джейсон Стэй-тем, Лили Сесобки, Джон Рис-Дэвис, Рон Перлман, Мэттью Лиллард.
22.00 «МЕЧ КОРОЛЯ». (16+)
23.00 Новости. (16+)
23.10 «МЕЧ КОРОЛЯ». (16+)
01.00 «ЧЕРНЫЙ ТЮЛЬПАН». (16+)
02.45 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



12.55 «Знахарка». (16+)

06.30 05.10 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.25 04.20 Давай разведёмся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 «Понять. Простить». (16+)
11.45 «Порча». (16+)
12.55 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «ОН МНЕ ИЗМЕНЯЕТ». (16+)
19.00 «ОТ ЛЮБВИ ДО ЛЮБВИ». (16+)
23.15 «Понять. Простить». (16+)
00.25 «Порча». (16+)
01.20 «Знахарка». (16+)
01.45 «Верну любимого». (16+)
02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.40 Тест на отцовство. (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 Известия. (16+)
05.25 «СЛЕД». (16+)
08.30 Ваше здоровье! (12+)
Еженедельная познавательная программа о здоровье, красоте и здравоохранении.
09.00 Известия. (16+)
09.30 «СЛЕД». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 17.30 «СЛЕД». (16+)
17.00 Известия. (16+)
23.10 Светская хроника. (16+)
00.10 Они потрясли мир. (12+)
01.50 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)

ЗВЕЗДА

06.35 «КОМИССАРША». (16+)
09.20 «Ищу своих». (12+)
10.30 «В ДОБРЫЙ ЧАС!» (12+)
12.35 13.25 «ТЕГЕРАН-43». (12+)
16.40 17.15 «КРУТОЙ!». (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
20.30 «Война миров». (16+)
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.30 «Музыка+». (12+)
00.50 «КСЕНИЯ, ЛЮБИМАЯ ЖЕНА ФЕДОРА». (12+)
02.15 «СЕЛЬСКИЙ ВРАЧ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 «СССР». (16+)
12.00 17.30 «Арт-Проспект». (12+)
12.30 «Мастерская спорта». (12+)
13.00 16.30 «ВСЕ ВОЗРАСТЫ ЛЮБВИ». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30
«Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «Здоровая среда». (12+)
18.00 «Служу Отечеству». (12+)
18.15 «Содружество «Донбасс». (12+)
18.30 «Спортивная семья». (12+)
18.45 «Специальный репортаж». (12+)
19.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 23.00 02.30 «Адрес истории». (12+)
20.30 «Просто жизнь». (12+)
21.00 01.00 «Точка.ру». (12+)
22.00 «Малая сцена». (12+)
23.30 «КЛЮЧ ВРЕМЕНИ». (12+)
01.30 «Такие разные». (12+)
03.00 «ЛЕВ ЯШИН: ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (6+)

СПОРТ

МАТЧ! **МАТЧ! ТВ** **МАТЧ! СТРАНА** **МАТЧ! СТРАНА**

06.00 «Непобедимый». (12+)
06.30 «Большой хоккей». (12+)
07.00 09.00 Новости
07.05 23.30 Все на Матч! Прямая трансляция
09.05 Небесная грация. (6+)
09.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Прямая трансляция из Мурманска
11.10, 14.20 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
12.50 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Прямая трансляция из Мурманска
16.15 Смешанные единоборства. (16+)
18.55 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/8 финала. Прямая трансляция
21.25 Футбол. «Аугсбург» - «Бавария». Чемпионат Германии. Прямая трансляция
01.00 Гандбол. «Чеховские медведи» - «Зенит». Кубок России. Финал четырёх. Мужчины. 1/2 финала. (6+)

06.00 13.35 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
07.50 10.00 13.00 15.55 Новости
07.55 Спецрепортаж. (12+)
08.10 15.25 «Магия большого спорта». (12+)
08.35 03.10 «Вячеслав Платонов. Тренер победы». (12+)
09.35 05.30 «Большой хоккей». (12+)
10.05 Бадминтон. Всероссийские соревнования «Крылатый Зилант». (6+)
12.40 «Спорт, который есть». (12+)
13.05 «Вид сверху». (12+)
16.00 22.50 Страна смотрит спорт. (12+)
16.25 19.25 Гандбол. Кубок России. Финал четырёх. Прямая трансляция
18.05 21.20 Биатлон. Кубок Содружества. Спринт. (6+)
21.05 Небесная грация. (6+)
23.15 00.45 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
02.30 «Страна спортивная». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Лайкер. (16+)
06.00 Музынегро. (16+)
08.10 Teen чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 Плейлист | Весна. (16+)
11.00 Лига клипов. (16+)
11.30 Без курюр. (16+)
12.00 Top15 Like FM. (16+)
13.00 Приехали! Жаркий сезон. Куба. (16+)
13.30 Хиты по-русски. (16+)

14.00 Плейлист | Весна. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Самый лучший день. (16+)
17.00 Новое Радио чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Премия МУЗ-ТВ. (16+)
20.50 Народное диско. (16+)
21.50 Танцпол. (16+)
23.00 Dance чарт. (16+)
00.00 Танцпол. (16+)
02.00 Лайкер. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 **VIJU TV1000 РУССКОЕ** **ДОМ КИНО** **ДОМ КИНО** **СУББОТА!** **СУББОТА!**

05.55 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)
07.25 «ИГРАЙ, КАК БЕКХЭМ». (16+)
09.30, 10.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
11.35 «ОНА - МУЖЧИНА». (16+)
13.35, 14.25 «КЛОН». (16+)
15.25 «ДОСТУЧАТЬСЯ ДО НЕБЕС». (16+)
17.05 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
19.00 «ОХОТНИК С УОЛЛ-СТРИТ». (16+)
21.05 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
23.45, 00.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
01.40 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)
03.15 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
04.55 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
05.20 «МОНАХИНИ В БЕГАХ». (16+)

05.30 «Три кота», «Простоквашино», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
08.40 «СТЕНДАП ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
10.25 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ». (16+)
12.10 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ. НОВОГОДНИЙ БЕСПРЕДЕЛ 2». (16+)
13.45 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (16+)
15.25 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)
17.05 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ». (12+)
19.00 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ 2». (12+)
20.55 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ 3: ПРИВЕТ, ВЗРОСЛАЯ ЖИЗНЬ!». (16+)
22.40 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
00.40 «БАБУШКА ЛЁГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)

04.55 Весёлое утро на канале «Дом Кино». (6+)
06.50 «И ВСЕ-ТАКИ Я ЛЮБЛЮ...». (16+)
08.50 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
11.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
14.50 «УБОЙНАЯ СИЛА» (16+)
21.00 Вечер вместе. «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ». (16+)
Ветеран вьетнамской войны Джон Рэмбо оказался никому не нужен в мирной жизни. Скитаясь по Америке в поисках своих фронтальных друзей, он сталкивается с депрессивным шерифом небольшого городка.
22.45 Вечер вместе. «РЭМБО: ПЕРВАЯ КРОВЬ-2». (16+)
00.35 «ПОБЕГ». (16+)
02.35 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)

06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
09.15 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
Олигарх уступает требования Оксаны - теперь, чтобы стать хорошим отцом, он должен пройти курс детотерапии у Васнецова.
12.05 «ОТЕЛЬ «ЛЕОН». (16+)
Дядя Боря и Сеня устраивают рыбалку на крыше отеля...
17.00 «КУХНЯ». (16+)
Чтобы поднять рейтинг ресторана, Вика пытается внедрить новые идеи.
22.55 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
01.25 «РАНЕТКИ». (16+)
05.15 Дашёшь молодёжь! (16+)

КИНОКОМЕДИЯ **МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ** **ФЕНИКС ПЛЮС КИНО** **СТС LOVE** **СТС LOVE**

01.25 «ШЕФ АДАМ ДЖОНС». (18+)
03.10 «СВАДЕБНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)
04.55 «ТАКИС 2». (16+)
06.35 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
08.35 «МОШЕННИКИ». (16+)
10.25 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
12.25 «ПРАЗДНИКИ». (12+)
14.00 «НОВОГОДНИЙ ШЕФ». (12+)
Комедия, Россия, 2023 г.
15.35 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
17.50 «ВЫШИВАЛА». (18+)
19.30 «ГОРЬКО!». (16+)
21.20 «ГОРЬКО! 2». (16+)
23.10 «ЗА ПАЛЫЧА!». (12+)
Комедия, военная драма, Россия, 2023 г.

06.20 Мультфильмы. (0+, 16+)
07.05 «Вершки и корешки». Мультфильм. (0+)
07.20 «Две сказки». Мультфильм. (0+)
07.35 «Лиса, медведь и мотоцикл коляской». (0+)
07.50 «Д'АРТАНЬЯН И ТРИ МУШКЕТЁРА». (16+)
12.30 «СОЛЯРИС». (16+)
15.30 «ЗЕРКАЛО». (16+)
17.30 «СТАЛКЕР». (16+)
20.25 «КАТОК И СКРИПКА». (16+)
21.15 «ИВАНОВО ДЕТСТВО». (16+)
22.55 «ПЕРВЫЙ УЧИТЕЛЬ». (12+)
00.45 «СТРАСТИ ПО АНДРЕЮ». (18+)
04.05 «ОСТРОВ». (16+)

08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ПРИГОВОР ИДЕАЛЬНОЙ ПАРЫ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕШАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)
В ролях: Татьяна Арнтгольц, Павел Делонг, Михаил Самохвалов
14.00, 22.00, 06.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ТЕМНЫЕ ЛАБИРИНТЫ ПРОШЛОГО». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «РУССКИЙ ВОПРОС». (0+)
СССР, 1947 г.
06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Восхождение. 4 серия. (6+)
В заключительной серии проекта Павел Астахов поднимается на вершину Арарата в поисках ответа на главный вопрос: где сегодня находится Ковчег Спасения?
11.55 День Патриарха. (0+)

12.10 Прямая линия. Ответ священника (с субтитрами). (12+)
13.10, 13.40, 14.05, 14.35 Монастырская кухня. (0+)
15.00 «МОРЕ СТУДЕНОЕ». (0+)
СССР, 1954 г.
16.55 «ТРЕТЬЯ РАКЕТА». (0+)
СССР, 1963 г.
18.30 Вечер на СПАСЕ (с субтитрами). (0+)
19.30 Следы империи. (12+)
21.05, 21.35, 22.05, 22.35 Поле битвы. (16+)
23.05 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
00.00, 01.00, 01.55, 03.05 Апокалипсис. Главы 19-22. (16+)
04.05 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)

Православный календарь

4 апреля
Седмица 5-я Великого поста. Глас 7.
Сщмч. Василия, пресвитера Анкирского.

Мц. Дросиды, дщери царя Траяна, и с нею дев Аглаиды, Аполлинарии, Дарии, Мамфусы, Таисии. Прп. Исаакия Далматского.

Постный день.

«Ничто столько не служит к душевному покою, как свобода от забот и попечений, особенно если, освободившись от этих забот и попечений, можно не иметь ни в чем недостатка, имея помощником Бога, Который заменяет Собой все».

Свт. Иоанн Златоуст

1 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 <p>12.15 «Поле чудес». Праздничный выпуск. (16+)</p>	 <p>09.00 «Формула еды». (12+)</p>	 <p>15.00 «Своя игра». (0+)</p>	 <p>08.00 ПроСТО кухня. (12+)</p>	 <p>09.40 «Битва экстрасенсов». (16+)</p>	 <p>19.00 «Добровэфир». (16+)</p>			
<p>06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»</p> <p>09.00 «Умницы и умники». (12+)</p> <p>09.45 «Слово пастыря». (0+)</p> <p>10.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>10.20 «30 лет вместе». «Песни о главном». (12+)</p> <p>12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>12.15 «Поле чудес». (16+)</p> <p>13.30 Спецпроект. «30 лет вместе». (12+)</p> <p>15.40 Спецпроект. «30 лет вместе». «Что? Где? Когда?». (12+)</p> <p>16.55 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>18.20 «Магия кино». (12+)</p> <p>19.50 «Сегодня вечером». (16+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>21.35 «Сегодня вечером». (16+)</p> <p>23.00 «ДНЕВНОЙ ДОЗОР». (16+)</p> <p>01.30 Подкаст Лаб. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России. Суббота</p> <p>08.00 Местное время. Суббота</p> <p>08.35 «По секрету всему свету»</p> <p>09.00 «Формула еды». (12+)</p> <p>09.25 «Пятеро на одного»</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 «Наши. Военкоры». (12+)</p> <p>12.00 «Доктор Мясников». (12+)</p> <p>13.00 Большие перемены</p> <p>14.00 Вести</p> <p>14.30 Вести. Местное время</p> <p>14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)</p> <p>17.00 Вести</p> <p>17.50 «Привет, Андрей!» (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>20.50 Вести. Местное время</p> <p>21.00 «ГОРНОЕ СОЛНЦЕ». (16+)</p> <p>В ролях: Анна Мельникова, Мария Куликова, Валентина Панина.</p> <p>00.40 «КРОВНАЯ МЕСТЬ». (12+)</p>	<p>04.55 «МАСТЕР». (16+)</p> <p>06.20 «Жди меня». (12+)</p> <p>07.20 «Смотр». (0+)</p> <p>08.00 «Сегодня»</p> <p>08.20 «Поедем, поедим!» (16+)</p> <p>09.20 «Едим дома». (0+)</p> <p>10.00 16.00 «Сегодня»</p> <p>10.20 «Главная дорога». (16+)</p> <p>11.00 «Живая еда». (12+)</p> <p>12.00 «Квартирный вопрос». (0+)</p> <p>13.00 Основано на реальных событиях. (16+)</p> <p>15.00 «Своя игра». (0+)</p> <p>16.20 ЧП. Расследование. (16+)</p> <p>17.00 «Следствие вели...» (16+)</p> <p>19.00 «Центральное телевидение»</p> <p>20.20 «Секрет на миллион». (16+)</p> <p>22.20 «Ты не поверишь!» (16+)</p> <p>23.25 «Звёзды». (18+)</p> <p>00.35 Квартирник НТВ. (16+)</p> <p>01.50 «Дачный ответ». (0+)</p> <p>02.45 «ЧУЖОЙ РАЙОН». (16+)</p>	<p>06.00 «Три кота». (0+)</p> <p>06.30 «Фиш и Чип. Вредные друзья». (6+)</p> <p>08.00 ПроСТО кухня. (12+)</p> <p>09.00 Премьера. ПроСТО кухня. (12+)</p> <p>10.00 «Небесный замок Лапута». (16+)</p> <p>12.40 «ШКОЛА МАГИЧЕСКИХ ЗВЕРЕЙ». (6+)</p> <p>14.35 «ШКОЛА МАГИЧЕСКИХ ЗВЕРЕЙ: ТАЙНА ПОДЗЕМЬЯ». (6+)</p> <p>16.40 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПРИЗРАК». (6+)</p> <p>18.25 «КАСПЕР: ЛЕГЕНДА ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)</p> <p>20.20 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАННИК ТЬМЫ». (12+)</p> <p>22.30 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА». (16+)</p> <p>00.35 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА: СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)</p> <p>02.20 «ПОГНАЛИ». (16+)</p> <p>04.50 «Три кота». (0+)</p>	<p>07.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>09.40 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>15.55 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</p> <p>Финалисты прошлых сезонов «Битвы экстрасенсов» вновь сходятся в поединке. Каждый из них уже доказал свою силу, но теперь им предстоит сразиться друг с другом. В испытаниях не обойдётся без конфликтов, открытий и помощи тем, кто нуждается в сверхъестественной поддержке.</p> <p>21.00 «Музыкальная интуиция». (12+)</p> <p>Юбилейный сезон популярного музыкально-детективного шоу, которое объединяет профессиональных вокалистов с теми, кто совершенно не умеет петь.</p> <p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>02.30 «Однажды в России». (16+)</p>	<p>05.00 02.20 «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 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>17.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>19.00 «Добровэфир». (16+)</p> <p>20.00 «СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА». (16+)</p> <p>США, 2010 г. Боевик. В ролях: Николас Кейдж, Эмбер Хёрд, Уильям Фихтнер, Билли Бёрк. Ответный бандит Джон Милтон ловит пулю и попадает в ад...</p> <p>21.55 «КОНЕЦ СВЕТА». (16+)</p> <p>00.15 «ВСПОМНИТЬ ВСЕ». (18+)</p>			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
<p>06.30 «Простоквашино». (0+)</p> <p>06.40 «Ненаглядное пособие». (12+)</p> <p>07.00 «Чиполино». (0+)</p> <p>07.50 «Умка». (0+)</p> <p>08.00 «Возвращение блудного попугая-3». (16+)</p> <p>08.10 «Каникулы в Простоквашино». (16+)</p> <p>08.30 Мама Пятницы. (16+)</p> <p>09.00 Умнее всех. (6+)</p> <p>10.00 Битва шефов. (16+)</p> <p>00.30 «МЕРЦАЮЩИЕ ОГНИ». (18+)</p> <p>02.30 «МУЖИКИ И КУРЫ». (18+)</p> <p>04.10 Секреты на кухне. (16+)</p>	<p>06.00 Большой кэш. (16+)</p> <p>07.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>12.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)</p> <p>В любое время суток, в жару и в лютую стужу они колесят по дорогам, выполняя нелегкую и подчас очень опасную работу. Дальнотойщики, для них каждый рейс - это не только пункт назначения, но и новые встречи.</p> <p>20.45 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>01.45 Большой кэш. (16+)</p> <p>02.30 Топчик-2. (16+)</p> <p>04.45 Тревел-блог Че! (16+)</p>	<p>06.00 «Утро вместе». (12+)</p> <p>09.00 16.00 «Календарь». (6+)</p> <p>10.40 «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ». (12+)</p> <p>12.25 «ТРИЖДЫ О ЛЮБВИ». (12+)</p> <p>15.05 «ТЫ ДА Я, ДА МЫ СТОБОЙ». (16+)</p> <p>15.35 «ПОПЕРХНУЛСЯ». (6+)</p> <p>17.00 «День вместе». (12+)</p> <p>18.00 «Губернские новости». (12+)</p> <p>18.05 «Вечер вместе». (12+)</p> <p>20.25 «КОНТРИБУЦИЯ». (12+)</p> <p>23.05 «ИДЕАЛЬНЫЕ ДНИ». (18+)</p> <p>01.05 «ВЕРБЛЮЖЬЯ ДУГА». (12+)</p>	<p>05.35 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)</p> <p>07.50 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)</p> <p>09.35 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)</p> <p>11.00 «ТАНКИ». (16+)</p> <p>12.40 «МУРКА». (16+)</p> <p>Приключенческий сериал по мотивам известной истории об одесской воровской банде под предводительством Мурки, или Маруси Климовой. Песня о судьбе «Мурки в кожаной тужурке» известна почти всем, но кем же была на самом деле Маруся?</p> <p>00.00 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)</p> <p>01.50 «ЕДИНИЧКА». (16+)</p> <p>03.40 «УЧЕНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)</p>
Ю	МИР	ПОБЕДА	
<p>05.20 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>10.05 «Шоу Доктора Зубаревой». (16+)</p> <p>10.45 «Статус: Неравный брак». (16+)</p> <p>13.40 «Беременная в 45». (16+)</p> <p>16.45 «Жизнь после шоу». (16+)</p> <p>17.55 «Мама в 16». (16+)</p> <p>21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)</p> <p>00.05 «Измены». (16+)</p> <p>Неверные мужья, а иногда и жены, стали изменять более изощренно, но от зоркого взгляда Татьяны и Ирины, а тем более технических возможностей Петра, им не ускользнуть!</p> <p>03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)</p>	<p>05.00, 06.10, 08.55 Мультфильмы. (6+)</p> <p>05.45 Все, как у людей. (6+)</p> <p>06.40 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (16+)</p> <p>08.20 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (16+)</p> <p>09.15 Игра в кино. Мультфильмы. (16+)</p> <p>10.00, 16.00, 18.30 Новости</p> <p>10.10 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?» (16+)</p> <p>11.50 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (16+)</p> <p>13.35, 16.15, 18.45 «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ». (16+)</p> <p>Сериал. Мелодрама</p> <p>23.10 «ДЕЖА ВЮ». (16+)</p> <p>01.10 «ЧИСТОЕ НЕБО». (16+)</p> <p>03.00 Наше кино. История большой любви. (16+)</p> <p>03.25 «ВЕСНА». (16+)</p>	<p>05.35 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)</p> <p>07.50 «ПОМИЛОВАНИЕ». (16+)</p> <p>09.35 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)</p> <p>11.00 «ТАНКИ». (16+)</p> <p>12.40 «МУРКА». (16+)</p> <p>Приключенческий сериал по мотивам известной истории об одесской воровской банде под предводительством Мурки, или Маруси Климовой. Песня о судьбе «Мурки в кожаной тужурке» известна почти всем, но кем же была на самом деле Маруся?</p> <p>00.00 «ЛЕТО 1941 ГОДА». (16+)</p> <p>01.50 «ЕДИНИЧКА». (16+)</p> <p>03.40 «УЧЕНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)</p>	

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
<p>05.00 Ранние пташки. «Смешарики», «Лунтик». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.35 «Макс и Кряк». (0+)</p> <p>07.40 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>09.20 «Ник-изобретатель». (0+)</p> <p>10.00 «Съедобное или несъедобное: Оливия Гладилена и конфеты из фиников». (0+)</p> <p>10.25 «Команда Флоры». (0+)</p> <p>12.00 «Семья на ура!» (0+)</p> <p>12.30 «Мастер Витя и Мотор». (0+)</p> <p>14.00 «Это супер!» (0+)</p> <p>Эта программа - обо всем самым интересном и веселом!</p> <p>14.25 «Царевны». (0+)</p> <p>16.00 «ДЕНИСКИНЫ РАССКАЗЫ». (6+)</p> <p>Приключенческий сериал по рассказам Виктора Драгунского для семейного просмотра.</p> <p>16.25 «Муса, Чук и Станислав». (6+)</p> <p>Отважные спасатели белочка Муса, ёж Чук и волк Станислав спешат на помощь!</p> <p>17.50 «Барбоскины». (0+)</p> <p>19.25 «Белка и Стрелка. Звёздные собаки». (0+)</p> <p>21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>21.20 «Буба». (6+)</p> <p>23.35 «Крокодил Гена». (0+)</p> <p>23.55 «Чебурашка». (0+)</p> <p>00.20 «Шапокляк». (0+)</p> <p>00.35 «Чебурашка идёт в школу». (0+)</p> <p>00.50 «Кот в сапогах». (0+)</p> <p>01.05 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)</p> <p>03.05 «Смешарики». (0+)</p>	<p>06.00 «Лунтик». (0+)</p> <p>«Лунтик и его друзья» - добрый мультфильм про необычное существо, родившееся на Луне и попавшее на Землю. Он встречает несколько лесных обитателей, которые становятся его лучшими друзьями. И теперь дети вместе с Лунтиком вот уже десять лет растут, учатся дружить и быть добрыми, помогать друг другу и постоянно открывают для себя что-то новое.</p> <p>11.00 «Умка». (0+)</p> <p>12.00 «Кошечки-собачки». (0+)</p> <p>В небольшом красивом городе в уютных домиках живут семьи кошечек и собачек. Все они добрые, веселые, привливающие и трудолюбивые. Каждая семья владеет «маленьким бизнесом». И только группа маленьких непосед нарушает размеренную жизнь города. Это две кошечки и четыре собачки, неразлучные друзья. Каждое утро школьный автобус объезжает домики, собирает малышей и отвозит в школу. Друзья учатся важным правилам жизни, а после уроков встречаются, чтобы поиграть и самостоятельно изучить мир. Но они не только озорничают, а еще помогают родителям в их семейном деле.</p> <p>12.05 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)</p> <p>12.10 «Мини-Мишки». (0+)</p> <p>15.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>19.00 «МУЛЬТПремьера!» (0+)</p> <p>19.40 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>00.00 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>04.00 «Маша и Медведь». (0+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365	365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	VJU HISTORY	ИСТОРИЯ
<p>00.00 Ним: музей под открытым небом. (12+)</p> <p>01.10, 04.55, 13.00, 22.00 Трудные вопросы истории России. (12+)</p> <p>01.40 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)</p> <p>02.10, 08.50, 14.10 Сквозь времена. (12+)</p> <p>02.45 Русская история: Царствование Александра Второго. (12+)</p> <p>03.25, 07.25, 11.25, 15.20, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)</p> <p>04.00 Боги Египта. (16+)</p> <p>05.30 Несломленный музей. (12+)</p> <p>06.35 Русская история: Реформы и контрреформы в XIX веке. (12+)</p> <p>08.00 «Пивной путч» 1923 года: рождение нацистской партии. (16+)</p> <p>09.25 Тайное становится явным. (12+)</p> <p>09.40 Русская история: Русско-турецкие взаимоотношения. (12+)</p> <p>11.55 Историада. (12+)</p> <p>13.40 Найти и рассказать. (12+)</p> <p>14.45 Русская история: Культура и духовность в России. (12+)</p> <p>16.00 Боевые знамена Отечества: Крымская война. (12+)</p> <p>16.15 Освободители. (16+)</p> <p>17.05 Малоизвестные морские бои. (12+)</p> <p>17.50 Русская история: Войны Российской Империи. (12+)</p> <p>20.00, 21.00 «МЯТЕЖ». (18+)</p> <p>22.35 Русская история: Царствование Николая Второго. (12+)</p>	<p>06.00 Древняя история Сибири. (12+)</p> <p>06.30, 07.20, 08.15 Игры империй. (16+)</p> <p>09.10 Пеле: Король игры. (16+)</p> <p>10.05 Римские мегастроения. (12+)</p> <p>11.05 Древние мегаполисы: Персеполь: иллюзия величия. (12+)</p> <p>12.10 Древние мегаполисы: Троя: рождение мифа. (12+)</p> <p>13.10 Короли Африки: Прошлое, настоящее и будущее. (12+)</p> <p>14.05 Древние конструкторы: Первые арены: Колизей. (12+)</p> <p>15.05 Древние конструкторы: Как золото изменило мир. (12+)</p> <p>16.05 В поисках истины. (16+)</p> <p>17.00, 17.55 Кровавая эпоха Стюартов. (16+)</p> <p>18.45 Мой король Карл. (12+)</p> <p>19.50 Вествуд: Пунк, икона, активист. (16+)</p> <p>21.20, 22.10 Краткая история футбола вместе с Алфи Алленом. (12+)</p> <p>23.05 Военные заводы: Народный автомобиль. (12+)</p> <p>23.55 Военные заводы: Фиат и фашисты. (12+)</p> <p>00.45 Военные заводы: Кольт и Калашников. (16+)</p> <p>01.35 Нюрнберг. Свидетели. (16+)</p> <p>02.20 Нюрнберг. Казнь. (16+)</p> <p>03.05, 04.00, 04.50 Древние конструкторы. (12+)</p>	<p>06.00, 15.40, 01.20 Джеки Чан: создавая легенду. (12+)</p> <p>На заре 80-х Джеки Чан ворвался на большой экран и быстро стал величайшим героем боевиков Азии. Захватывающий дух кунг-фу, чёрный юмор и рискованные трюки, выполненные без спецэффектов. О своей жизни и творчестве Джеки Чан рассказал в фильме сам.</p> <p>06.55, 16.40, 02.15 Вторая мировая война. Идеальный штурм. (16+)</p> <p>07.45, 17.25, 03.00 Эпоха гигантов. Кашалоты и акулы. Выживание в одиночку или группой. (12+)</p> <p>08.45, 18.25, 03.55 Вожди народов. Чан Кайши. (12+)</p> <p>09.35, 19.15 Разгадка тайны Да Винчи. (12+)</p> <p>10.35, 20.15 Загляните к нам на «Огонёк». (12+)</p> <p>11.20, 21.05 Европа против России. Крестоносцы Гитлера. (12+)</p> <p>12.20, 22.05 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)</p> <p>13.15, 22.55, 04.40 Игры империй. Египет: величие и вероломство. (16+)</p> <p>14.10, 23.50 Игры империй. Китай: Первый император. (16+)</p> <p>15.10, 00.50, 05.30 Севастополь. Крым. Россия. Крым и распад СССР. (12+)</p> <p>15.20, 01.00, 05.45 Севастополь. Крым. Россия. Воссоединение Крыма с Россией. (12+)</p>		

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

РОССИЯ К
Культура



22.00 «Агора»

- 06.30 «Библейский сюжет»
- 07.05 Мультфильмы
- 08.35 «СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ»
- 09.50 «Мы - грамотеи!»
- 10.30 «Олег Жаков»
- 11.10 «БЕЛЫЙ КЛЫК»
- 12.30 Черные дыры. Белые пятна
- 13.10 «Коллекция»
- 13.40 02.00 «Акулы - признаки в любви»
- 14.35 «Рассказы из русской истории»
- 15.25 «Сыны полков». К 80-летию Победы
- 16.10 «АРБАТСКИЙ МОТИВ»
- 18.45 «Предки наших предков»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 «Репортажи из будущего»
- 20.30 «ВОДКА ЛИМОН»
- 22.00 «Агора»
- 23.00 Клуб «Шаболовка, 37»
- 00.05 «Кинескоп» с Петром Шепотинником
- 00.45 «ФАЛЬШИВАЯ ИЗABELЛА»

ТВЦ



10.55 «Просто & вкусно». (6+)

- 06.35 «Православная энциклопедия». (6+)
- 07.05 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА...» (12+)
- 09.00 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.30 «Смех, дрожь и видео». (16+)
- 10.05 Мифы о еде. (16+)
- 10.55 «Просто & вкусно». (6+)
- 11.30 14.30 23.35 События
- 11.50 «Смешите меня семейно». (16+)
- 12.40 Анекдот-клуб «Нехмурые люди». (16+)
- 13.15 14.45 «СЕМЬ МИНУС ОДИН». (16+)
- 17.15 «СОБИРАТЕЛЬ КАМНЕЙ». (16+)
- 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным
- 22.15 «Право знать!» (16+)
- 23.45 «Тайная комната». (16+)
- 00.30 «Русские тайны. Потомки вождей». (16+)
- 01.10 Спецрепортаж. (16+)
- 01.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 02.05 «Актёрские драмы» (16+)

ТВ-3



02.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 11.45 «ДЖИМ ПУГОВКА И МАШИНИСТ ЛУКАС». (6+)
- 14.00 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (16+)
- 15.00 Новости. (16+)
- 15.10 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (16+)
- 16.15 «ВО ИМЯ КОРОЛЯ: ИСТОРИЯ ОСАДЫ ПОДЗЕМЕЛЬЯ». (16+)
- 18.00 23.00 Новости. (16+)
- 18.10 «ВО ИМЯ КОРОЛЯ: ИСТОРИЯ ОСАДЫ ПОДЗЕМЕЛЬЯ». (16+)
- 19.00 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
- 21.45 23.10 «ЧЕРНАЯ СМЕРТЬ». (16+)
- 00.00 «В ПОИСКАХ ЗВЕРЯ». (18+)
- 02.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



09.50 Уютное утро. (16+)

- 06.00 «ЖЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССОРИТЬ». (16+)
- 09.50 Уютное утро. (16+)
- 10.15 «МОЯ СОТАЯ СВАДЬБА». (16+)
- 14.45 «ЛЮБИТЬ». (16+)
- Россия, 2024 г. Мелодрама. В ролях: Евдокия Лаврухина, Прохор Дубравин, Никита Смолянинов, Вера Смолярова. Лида настолько влюблена в молодого ученого Игоря, что ради его счастья готова на все. Даже взять кредит под залог своей квартиры ради его обучения в аспирантуре. Игорь переезжает в Москву и зовет с собой Лиду, она бросает все и едет с ним.
- 19.00 «СПРЯЧЬ МЕНЯ». (16+)
- 23.00 Метод Рогова. (16+)
- 23.30 Красивая и счастливая. (16+)
- 23.40 «СЧАСТЬЕ МЕНЯ НАЙДЁТ». (16+)
- 03.15 «6 кадров». (16+)
- 03.55 «Чудотворица». (16+)
- 05.30 «СЧАСТЬЕ МЕНЯ НАЙДЁТ». (16+)

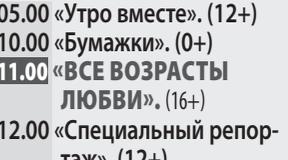
5-й КАНАЛ



05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)

- 09.00 Страна советов. (16+)
- Страна советов - цикл передач о товарах народного потребления и услугах, которые жители нашей страны получают ежедневно.
- 09.30 «Новая». (12+)
- 10.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
- 20.00 «РЭМБО». (16+)
- 00.00 Известия. Главное. (16+)
- 01.05 Светская хроника. (16+)
- 02.10 «НАСТОЯЩИЙ». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА
- 07.00 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». (12+)
- 10.35 «Не факт!» (12+)
- 11.35 «Легенды кино». (12+)
- 13.20 «СЕВЕРИНО». (12+)
- 14.55 «ТЕКУМЗЕ». (12+)
- 16.55 «НЕСЛУЖЕБНОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
- 19.25 «ВЗРЫВ НА РАССВЕТЕ». (16+)
- 21.15 Международный вокальный конкурс «Звезда-2025». (6+)
- 23.15 «В ДОБРЫЙ ЧАС!» (12+)
- 01.20 «ССОРА В ЛУКАШАХ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Бумажки». (0+)
- 11.00 «ВСЕ ВОЗРАСТЫ ЛЮБВИ». (16+)
- 12.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 12.15 «Точка.ру». (12+)
- 12.45 «Адрес истории». (12+)
- 13.15 «Здоровый интерес». (12+)
- 13.30 «КЛЮЧ ВРЕМЕНИ». (12+)
- 15.15 «Фолиант». (12+)
- 15.30 «Просто жизнь». (12+)
- 16.00 «БЕСЦЕННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 18.00 «Марафон». (12+)
- 19.00 «Территория успеха». (12+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «Точка.ру». (12+)
- 20.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.45 «Служу Отечеству». (12+)
- 21.00 «ЛЕВ ЯШИН: ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (6+)
- 23.00 «Эксперт». (12+)
- 23.15 «Марафон». (12+)
- 00.15 Плей-офф Чемпионата Высшей хоккейной лиги. «Буря» - «Динамо» Санкт Петербург. (12+)
- 02.00 «Спортивная семья». (12+)
- 02.15 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 07.00 11.40 14.20 Новости
- 07.05 11.45 16.25 00.00 Все на Матч! Прямая трансляция
- 10.00 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Женщины. Прямая трансляция
- 12.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Командный спринт. Мужчины. Прямая трансляция
- 14.25 Баскетбол. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - УНИКС (Казань). Единая лига ВТБ. Прямая трансляция
- 17.00, 19.40 Футбол. Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция
- 21.45 Футбол. «Барселона» - «Бетис». Чемпионат Испании. Прямая трансляция
- 01.00 Гандбол. Кубок России. Олимпбет Финал четырёх. Мужчины. Финал. (6+)
- 02.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 06.00 04.05 Гандбол. Кубок России. (6+)
- 07.25 «Вид сверху». (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 Лыжные гонки. Кубок России. (6+)
- 09.20 00.45 «Спорт, который есть». (12+)
- 10.40 01.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 12.30 «Век нашего спорта». (12+)
- 13.35 18.35 22.40 «Страна спортивная». (12+)
- 13.55 Гандбол. Кубок России. Финал четырёх. Прямая трансляция
- 16.00 Что за спорт?». (12+)
- 16.25 03.40 География спорта. (12+)
- 16.55 Гандбол. Кубок России. Финал четырёх. Финал. Прямая трансляция
- 19.20 20.55 Биатлон. Кубок Содружества. Командный спринт. (6+)
- 22.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 02.50 Волейбол на снегу. Чемпионата России. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- 06.55 «ОХОТНИК С УОЛЛ-СТРИТ». (16+)
- 09.00 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (16+)
- 11.35, 12.25, 13.25, 14.15 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 15.15 «ЛАРРИ КРАУН». (16+)
- 17.10 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 19.00 «БИБЛИОТЕКАРЬ 2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
- 20.45 «БИБЛИОТЕКАРЬ 3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
- 22.35 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД З». (16+)
- 01.05 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ». (16+)
- 02.35 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ 2». (16+)
- 04.15 «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТЫ». (16+)
- 05.30 «Простоквашино». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.45 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00 «КРАСНАЯ КОРОЛЕВА». (16+)
- 15.55 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (16+)
- 17.35 «ПРИЗРАК». (12+)
- 19.40 «ГРОЗНЫЙ ПАП». (6+)
- 21.25 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (16+)
- 23.35 «БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
- Драма, Россия, 2021 г.
- 01.30 «ЗА ПАЛЫЧА». (16+)
- 03.00 «АФЕРА». (16+)
- 04.50 «В стране невыученных уроков». Мультфильм. (6+)
- 05.10 «Василиса прекрасная». Мультфильм. (6+)

- 01.00 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ 2». (16+)
- 03.30 «КИЛЛЕРЫ». (18+)
- 05.15 «ТАКСИ». (16+)
- 06.55 «ТАКСИ 2». (16+)
- 08.30 «ТАКСИ 3». (16+)
- 10.05 «ТАКСИ 4». (16+)
- 11.45 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
- 13.45 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)
- 15.30 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
- 17.30 «ЛЕТУЧИЙ КОРАБЛЬ». (6+)
- Мелодрама, комедия, приключения, фантази
- 19.30 «ЭЛЬВИРА: ПОВЕЛИТЕЛЬНИЦА ТЬМЫ». (16+)
- 21.15 «ПРАЗДНИКИ». (12+)
- 22.50 «ШЕФ АДАМ ДЖОНС». (18+)
- 06.05 Мультфильмы. (0+)
- 07.15 «ВЕСЕЛЫЕ ЗВЕЗДЫ». (16+)
- 08.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО». (16+)
- 11.25 «ДВА КАПИТАНА». (16+)
- 19.35 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (16+)
- 21.20 Мосфильм. Золотой век. (16+)
- 21.30 «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». (16+)
- 23.00 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА...» (16+)
- 00.50 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?» (16+)
- 02.30 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (16+)

- 04.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 04.50 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 06.05 «Добрый Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
- 07.20 Союзмультфильм представляет: «Ну, погоди!». «Бременские музыканты». «Летучий корабль». Мультфильмы. (6+)
- 11.25 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (16+)
- 13.15 «КОРОЛЕВА БЕНЗОКОЛОНКИ». (12+)
- 14.50 «ЗИТА И ГИТА». (16+)
- 17.45 «ТАНЦОР ДИСКО». (16+)
- 20.30 «Д'АРТАНЯН И ТРИ МУШКЕТЕРА». (12+)
- 01.30 «ДЕСЯТЬ НЕГРИТА». (16+)
- 03.45 «ВДОВА». (16+)
- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь: Анимашки», «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильмы. (0+)
- 16.20, 17.20, 18.20, 19.10 «ДОКТОР ХАОС». (16+)
- 20.00 Женить на мне немедленно. (16+)
- 21.00 Богиня свиданий. (16+)
- 22.10 Богиня сыска. (16+)
- 23.20, 00.20 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- Сериал. Аргентина, 2002-2003 гг.
- 01.20 Света вокруг света. (16+)
- 02.20, 03.10, 03.50 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- 04.30 «Новые приключения Кота Леопольда». Мультсериал. (0+)

- 06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 07.40 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
- Кисляк получает заманчивое предложение. Из-за необычного гостя рядовая тренировка становится для «Медведей» незабываемым событием...
- 23.00 Сердца за любовь. (16+)
- Шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе.
- 02.50 «МАРГОША». (16+)
- После ссоры с Аней Марго лишается помощи с подбором гардероба...
- 05.35 Даёшь молодёжь! (16+)
- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ТЕМНЫЕ ЛАБИРИНТЫ ПРОШЛОГО». (16+)
- Сериал. Драма, триллер, Украина, 2013 г. В ролях: Карина Разумовская, Александр Кобзарь, Дмитрий Суржиков
- 12.00, 20.00 «ПРИГОВОР ИДЕАЛЬНОЙ ПАРЫ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЬ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ОТВЕРЖЕННАЯ». (16+)
- 04.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. На горах Араратских. 2 серия. (6+)
- 05.55 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Загадка Арарата. 3 серия. (6+)
- 06.45 Всемирный потоп. В поисках Ноева ковчега. Восхождение. 4 серия. (6+)
- 07.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.50 Простые чудеса. (12+)
- 09.50 Дорога. (0+)
- 10.55 Святыни России. (6+)
- 12.00 Глобус православия. (12+)
- 12.55, 13.25, 13.55, 14.25 Монастырская кухня. (0+)
- 14.55 В поисках Бога. (12+)
- 15.30 Профессор Осипов. (0+)
- 16.00 «Я - ХОРИЦА». (6+)
- СССР, 1981 г.
- 17.20, 19.00 «СИЛЬНЫЕ ДУХОВ». 1-2 серии. (12+)
- 21.00 Простые чудеса. (12+)
- 22.00 Русский мир. (12+)
- 23.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.20 Спас-стрим. (16+)
- 01.40 День Ангела: Мария Египетская. (0+)
- 02.10 В поисках Бога. (12+)
- 02.40 Профессор Осипов. (0+)
- 03.10 Русский мир. (12+)
- 04.10 Простые чудеса. (12+)

Православный календарь

5 апреля
Седмица 5-я Великого поста.
Похвала Пресвятой Богородицы (Суббота Акафиста). Глас 7.
Прмч. Никона еп. и 199 учеников его.



Мчч. Филита, Лидии, супруги его, Макадона, Феопрепия, Кронида и Амфилохия, чад их. Прп. Никона, игумена Киево-Печерского. Мч. Василия Мангазейского. Сщмч. Константина пресвитера. Сщмч. Макария пресвитера. Сщмчч. Василия, Стефана пресвитеров, прмч. Илии, прмчц. Анастасии и Варвары, мч. Алексия. Прп. Сергия исп.

Постный день.

«Если любишь мир сердца, постарайся войти в него дверь смирения; другого входа в него, кроме смирения, нет». Прп. Никодим Святогорец

МУЗЫКА

- 05.00, 03.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 06.30 PRO-новости. (16+)
- 06.50 Плейлист | Весна. (16+)
- 07.40 Звезды о звёздах. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 11.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
- 12.00 PRO-новости. (16+)
- 12.30 Top-30. (16+)
- 15.00 Приехали! Жаркий сезон. Канкун. (16+)
- 15.30 Хит-Сториз. (16+)
- 16.00 Оборотни в гламуре. (16+)
- 17.00 Битва поколений (16+)
- 18.20 Праздник для всех влюбленных. (16+)
- 21.40 Народное диско. (16+)
- 22.30 Dance чарт. (16+)
- 23.30 Танцпол. (16+)
- 01.00 Наше. (16+)
- 02.00 Караоке хит. (16+)

ПЕРВЫЙ



06.55 «Часовой». (12+)

- 06.00 Новости
06.10 Играй, гармонь любимая! (12+)
06.55 «Часовой». (12+)
07.25 «Здоровье». (16+)
08.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма». (0+)
09.10 «Непутевые заметки». (12+)
09.30 «Мечталлион». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь своих». (12+)
11.05 «Повара на колесах». (12+)
12.15 Т-Банк. «Открытие Байкала». (0+)
14.25 «Фабрика звёзд». (12+)
16.20 «30 лет вместе». «Больше, чем спорт». (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Три аккорда». (16+)
21.00 «Время»
22.50 «Что? Где? Когда?» (16+)
00.00 «ВЫСОЦКИЙ: СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)
02.15 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



8.35 «Когда все дома» с Тимуром Кизяковым

- 05.30 «БУДУЩЕЕ СОВЕРШЕННОЕ». (16+)
07.20 «В кругу друзей»
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома»
09.25 Утренняя почта
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.30 «Наши. Военкоры». (12+)
12.00 «Голгофа Патриарха Тихона». (12+)
13.00 Судьба человека. (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
15.00 «Аншлаг и Компания». (16+)
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.30 Москва. Кремль. Путин
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.35 «Голгофа Патриарха Тихона». (12+)
02.30 «БУДУЩЕЕ СОВЕРШЕННОЕ». (16+)

НТВ



13.00 «НашПотребНадзор». (16+)

- 04.55 «МЕСТЬ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ». (16+)
06.40 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 16.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
12.00 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.00 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 Человек в праве. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели»
20.20 Москва. (12+)
23.40 «Звезды сошлись». (16+)
01.10 «Основано на реальных событиях». (16+)
02.50 ЧП. Расследование. (16+)
03.20 «МАСТЕР». (16+)

СТС



07.35 «Астерикс и тайное зелье». (6+)

- 06.00 Впервые на СТС. «Три кота». (0+)
07.35 «Астерикс и тайное зелье». (6+)
09.20 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ АЛАДИНА». (16+)
11.15 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПРИЗРАК». (6+)
12.55 «КАСПЕР: ЛЕГЕНДА ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (6+)
Элизабет и её отец переезжают в загородное поместье Эховиль.
14.55 «ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: ПОСЛАННИК ТЬМЫ». (12+)
17.00 Премьера. Богатырские игры. (16+)
19.30 Премьера. В темноте. (16+)
22.00 Премьера. Кто тут жулик? (16+)
23.05 «ПРИТВОРИСЬ МОИМ ПАРНЕМ». (16+)
01.00 «КАК ЖЕНИТЬ ХОЛОСТЯКА». (18+)
02.25 «ПОГНАЛИ». (16+)
04.50 «Три кота». (0+)

ТНТ



00.40 «Конфетка». (16+)

- 07.00 «Однажды в России». (16+)
09.30 «Время завтрака». (16+)
Утреннее кулинарно-развлекательное шоу, в котором ведущие и звёздный гость готовят в студии свои любимые завтраки. Первый на телевидении кулинарный тележурнал, посвящённый миру завтраков!
10.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
18.00 «Сокровище императора». (16+)
Второй сезон культового шоу, где звёзды будут бороться за миллион юаней, проходя сложные испытания! Но справляться с ними им предстоит не в одиночку - каждый участник сам выбирает напарника: друга, родственника или домработницу!
21.40 «Титаны». (16+)
23.40 «Шоу Воли». (16+)
00.40 «Конфетка». (16+)
02.55 «Однажды в России». (16+)

REN



10.30 «Наука и техника». (16+)

- 05.00 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Легенды и мифы». (16+)
13.00 «Неизвестная история». (16+)
14.00 «Купи-продай». (16+)
15.00 «СУМАСШЕДШАЯ ЕЗДА». (16+)
16.55 «ОПАСНЫЕ ПАССАЖИРЫ ПОЕЗДА 123». (16+)
США - Великобритания, 2009 г. Триллер.
19.00 «ИГРА ГАННИБАЛА». (16+)
21.00 «ВОРОН». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 06.50 ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО. (12+)
08.05 «Великое закрытие». (12+)
08.15 «Зарядка для хвоста». (12+)
08.30 Мама Пятницы. (16+)
09.00 Гастротур. (16+)
10.00 Прекрасное далёко. (16+)
11.10 Погнали! (16+)
21.50 «Мир без правил». (16+)
23.00 Выживалити. Миссия Альфа. (16+)
01.50 «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (16+)
03.40 Пятница News. (16+)
04.10 Гастротур. (16+)

Ю

- 05.10 «Маша и Медведь». (0+)
О дружбе и приключениях маленькой озорной девочки Маши и ее заботливого друга Медведя.
10.45 «Беременная по обману». (16+)
13.40 «Жизнь после шоу». (16+)
14.55 «Мама в 16». (16+)
18.00 «Ждули». (16+)
21.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (16+)
03.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)
Чтобы заслужить звание победительницы проекта, невестки и свекрови должны стать одной командой и превзойти конкуренток на кухне.

ЧЕ!

- 06.00 Улётное видео. (16+)
12.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
20.30 «+100500». (16+)
23.00 «+100500». (18+)
01.45 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. Телезрителю ждет гремящая смесь азарта, страха и неожиданностей.
02.30 «СОЛДАТЫ-14». (16+)

МИР

- 05.00 «ВЕСНА». (16+)
05.05 Мультфильмы. (6+)
06.30 «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА». (16+)
08.20 Диктор делает. (16+)
09.30 Фазендалайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.15 «ВА-БАНК». (16+)
12.20 «ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
14.10, 16.20 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (16+)
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)
19.30 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (16+)
Мелодрама, СССР, 1982 г.
22.20 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕЛЕТ?». (16+)
Комедия, СССР, 1987 г.
01.00 «ЛЕНИНГРАДЕЦ». (16+)
04.00 «ВОЛГА-ВОЛГА». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 16.00 «Календарь». (6+)
09.30 Всё по-взрослому
11.25 12.05 «НЕЗНАКОМЦЫ В ПОЕЗДЕ». (16+)
15.05 «Моя история». (16+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
20.20 «ТОРПЕДОНОСЦЫ». (12+)
21.50 «ЖЮЛЬ И ДЖИМ». (16+)
00.10 «Горсть песка». (16+)
02.15 «ГАРМОНЬ». (12+)
03.15 «КОНТРИБУЦИЯ». (12+)

ПОБЕДА

- 06.20 «СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ». (16+)
07.40 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. ИМПЛАНТ». (16+)
09.40 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. ВЫСТРЕЛ В ПРОШЛОЕ». (16+)
11.50 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
13.30 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
Опальный маршал Жуков отправлен в Одессу, где нет житья от воров, убийц и вымогателей, а дерзкая безжалостная банда по-прежнему грабит военные склады. И всем управляет неуловимый немецкий шпион по кличке Академик, которого никто не знает в лицо...
00.00 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (16+)
02.15 «КОРОЛЁВ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Три кота», «Смешарики. Пинкод». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Макс и Крякс». (0+)
07.40 «Лунтик». (0+)
10.00 «Еда как в сказке». (0+)
Есть такая примета: если начать день со сказки, то он обязательно будет волшебным! Актриса Дарья Сагалова и ее дочери Стеша и Милослава в это верят и готовят, рассказывая сказки народов России.
10.25 «Семь королевств». (0+)
12.00 «Студия красоты». (0+)
«Студия красоты» с Катей Долгоруковой - место, где создаются уникальные гармоничные образы для любого случая! Дружеская вечеринка, школьный бал, участие в конкурсе чтецов - поводы для встреч будут самые интересные и необычные!
12.20 «Лео и Тиг». (0+)
14.00 «У меня лапки». (0+)
14.30 «Барбоскины». (0+)
16.00 «ДЕНИСКИНЫ РАССКАЗЫ». (6+)
16.30 «Отель у овечек». (0+)
18.35 «Бумажки». (0+)
18.50 «Сказочный патруль». (0+)
Приключения четырех юных волшебниц - Аленки, Вари, Маши и Снежки.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Три кота». (0+)
23.35 «Ералаш». (6+)
01.05 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
03.05 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00 «Фиксики». (0+)
Герои, созданные по мотивам повести Эдуарда Успенского «Гарантийные человечки», живут насыщенной жизнью. Димдимыч - обычный мальчик, который в один из дней знакомится с Фиксиками, и они начинают дружить. Вместе герои не только развлекаются, но и разбираются в том, как устроен мир, а сами Фиксики не забывают подробно рассказать всё самое интересное зрителям. Как что работает - ответы на многие подобные вопросы о простых и сложных вещах можно найти в мультсериале.
11.00 «Умка». (0+)
Белый медвежонок Умка со своей мамой Медведицей живет в суровой и прекрасной Арктике. У него есть замечательные друзья - озорная волчица Ильяма, милая нерпа Кора и смешная розовая чайка Пычик. А самый главный друг Умки - это чукотский мальчик Тайкэ. Мальчик и зверята вместе исследуют удивительный мир Севера и учатся уважать природу и друг друга.
12.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
16.00 «Фиксики». (0+)
20.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
23.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
01.00 «Фиксики». (0+)
04.00 «Фиксики». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365

- 00.00 Боги Египта. (16+)
00.55, 09.00, 18.00 Трудные вопросы истории России. (12+)
01.30 Несломленный музей. (12+)
02.35 Русская история: Реформы и контрреформы в XIX веке. (12+)
03.25, 07.25, 11.20, 15.25, 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)
04.00 «Пивной путч» 1923 года: рождение нацистской партии. (16+)
04.50, 10.10 Сквозь времена. (12+)
05.25, 21.05 Тайное становится явным. (12+)
05.40 Русская история: Русско-турецкие взаимоотношения. (12+)
07.55 Историада: За месяц до штурма Берлина. (12+)
09.40 Найти и рассказать: Жестяная горка. (12+)
10.45 Русская история: Культура и духовность в России. (12+)
12.00 Боевые знамена Отечества: Крымская война. (12+)
12.15 Освободители: Краснодар. Город в плену. (16+)
13.00 Малоизвестные морские бои: Защита Северного морского пути. (12+)
13.50 Русская история: Войны Российской Империи. (12+)
16.00, 17.00 «МАТЕЖ». (18+)
18.35 Русская история: Царствование Николая Второго. (12+)
20.00 Северный морской путь. (16+)
21.20 Русская история: Пётр Первый. (12+)

HISTORY

- 06.20 Игры империй: Китайская империя. (16+)
07.10 Игры империй: Жестокость кельтов. (16+)
08.05 Игры империй: Ацтеки: столкновение империй. (16+)
09.05 Реституция? Борьба Африки за свое наследие. (16+)
10.05, 11.05, 12.05 На скалах. (12+)
13.05 Короли Африки: Следы колониализма. (12+)
14.00 Короли Африки: Момент времени. (12+)
14.55 Древние конструкторы: Самое опасное оружие в истории. (12+)
15.55 В поисках истины. (16+)
16.50 Хомо Сапиенс: история одного вида: Восхождение видов. (12+)
17.55 Хомо Сапиенс: история одного вида: Адаптация приматов. (12+)
18.55 Хомо Сапиенс: история одного вида: Концепт пути. (12+)
20.00, 20.55 Последние секреты человечества. (16+)
21.55 Времена гигантов. (12+)
22.55 Времена гигантов 2. (12+)
00.00 Преследуя зло. (16+)
01.25 Военные заводы: Разрушители плотин. (12+)
02.10 Судьба потерянной подводной лодки. (12+)
03.05, 03.55, 04.50 Древние конструкторы. (12+)

ИСТОРИЯ

- 06.00, 15.40, 02.00 Разгадка тайны Да Винчи. (12+)
06.55, 16.40, 01.20, 05.20 Загляните к нам на «Огонёк». (12+)
07.40, 17.20, 02.55 Европа против России. Крестовники Гитлера. (16+)
08.40, 18.20, 03.45 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королева. (12+)
Мало кто знает, что фантастический полет на Марс гениальный Сергей Павлович Королев задумал еще в конце 20-х, работал над проектом всю свою жизнь, создав ракету, готовую отправиться на красную планету... Почему так и не осуществилась мечта Сергея Павловича Королева?
09.35, 19.15 Игры империй. Египет: величие и вероломство. (16+)
10.25, 20.10 Игры империй. Китай: Первый император. (16+)
11.25, 21.10 Севастополь. Крым. Россия. Крым и распад СССР. (12+)
11.40, 21.25 Севастополь. Крым. Россия. Воссоединение Крыма с Россией. (12+)
11.55, 21.40 Джеки Чан: создавая легенду. (12+)
12.55, 22.40, 04.35 Вторая мировая война. Идеальный штурм. (16+)
13.45, 23.25 Эпоха гигантов. Кашалоты и акулы. Выживание в одиночку или группой. (12+)
14.45, 00.30 Вожди народов. Чан Кайши. (12+)

РОССИЯ К
Культура



14.30 «Игра в бисер»
с Игорем Волгиным

- 06.30 «Маугли»
- 08.15 «НОС»
- 09.55 Тайны старого чердака
- 10.25 01.15 Диалоги о животных
- 11.05 «СОЛДАТЫ В СИНИХ ШИНЕЛЯХ»
- 12.10 «Метод Сократа»
- 12.50 «Невский ковчег»
- 13.20 Неизвестные маршруты Беларуси
- 14.00 «Элементы»
- 14.30 «Игра в бисер»
- 15.15 «ФАЛЬШИВАЯ ИЗABELЛА»
- 16.30 «Картина мира»
- 17.10 «Пешком...»
- 17.40 «Романтика романса»
- 18.40 «Братья Газдановы. Семеро бессмертных». К 80-летию Победы
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...»
- 21.50 Спектакль «Павел I»
- 00.10 «А ПАРОХОДЫ ГУДЯТ И УХОДЯТ...»
- 01.55 «Искатели»

ТВЦ



11.30
События

- 05.45 «ВИНА». (12+)
- 09.00 «КАК ВЕРНУТЬ МУЖА ЗА ТРИДЦАТЬ ДНЕЙ». (12+)
- 10.55 Полезная программа. (6+)
- 11.30 События
- 11.50 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.35 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Дорогие товарищи. Грузинская мафия». (16+)
- 15.50 «Охота на маньяка. Дело о стаффордширском терьере». (16+)
- 16.40 «90-е. Звёзды на час». (16+)
- 17.35 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА». (12+)
- 21.40 «РЕПЕЙНИК». (12+)
- 00.35 «РЕПЕЙНИК». (12+)
- 01.20 «Петровка, 38». (16+)
- 01.30 «СЕМЬ МИНУС ОДИН». (16+)
- 04.25 «Наша смешная жизнь». (16+)

ТВ-3



08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.00 Новый день. (16+)
- 08.30 Новости. (16+)
- 08.40 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 11.00 «Порча». (16+)
- 18.00 Новости. (16+)
- 18.10 «Порча». (16+)
- 19.10 «СПЛЕТНЯ». (16+)
- Молодой архитектор Иван приезжает из Москвы в небольшой провинциальный городок, получив выгодный заказ от местного мэра Кириянова. В него тут же влюбляется дочка мэра, привыкшая, что все ее желания исполняются. Однако Ивана привлекает совсем другая женщина...
- 23.00 Итоги с Малькевичем. (16+)
- 00.00 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (18+)
- 01.45 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

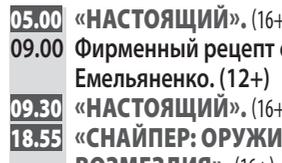
ДОМАШНИЙ



09.50 Пять ужинов. (16+)

- 06.30 «СЧАСТЬЕ МЕНЯ НАЙДЁТ». (16+)
- 09.20 Метод Рогова. (16+)
- 09.50 Пять ужинов. (16+)
- 10.05 «УКРОЩЕНИЕ УКРОТИТЕЛЬНИЦЫ». (16+)
- Россия, 2025 г. Мелодрама. В ролях: Александра Каштанова, Никита Лобанов, Таня Сабинава. Катя и Настя выросли в семье, где все родственники уверены, что старшая сестра должна выходить замуж первой, иначе у младшей не будет счастья в личной жизни.
- 14.35 «ЭХО ПРОШЛОГО». (16+)
- Россия, 2025 г. Мелодрама. В ролях: Катерина Волк, Константин Захаров, Елена Штарова. Талантливый врач Александра Смоленская переживает странную смерть своего пациента.
- 19.00 «СПРЯЧЬ МЕНЯ». (16+)
- 23.55 «ЖЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССОРИТЬ». (16+)
- 03.15 «Чудотворица». (16+)

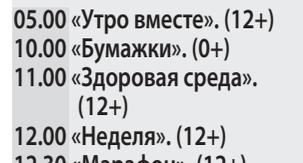
5-й КАНАЛ



05.00 «НАСТОЯЩИЙ». (16+)

- 09.00 Фирменный рецепт с Емельяненко. (12+)
- 09.30 «НАСТОЯЩИЙ». (16+)
- 18.55 «СНАЙПЕР: ОРУЖИЕ ВОЗМЕДИЯ». (16+)
- 22.20 «НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ». (12+)
- Для выполнения особо важного задания фронт-товик-разведчик капитан Михасев должен получить под свое командование спецразведгруппу из четырех бойцов. Только эти бойцы оказываются... юными девушками.
- 01.50 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)
- 07.10 «КРУТОЙ». (16+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 12.20 «Война миров». (16+)
- 13.10 «Код доступа». (12+)
- 14.00 «Улика из прошлого». (16+)
- 17.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 19.40 «Легенды советского сыска». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.55 «ТЕГЕРАН-43». (12+)
- 02.25 «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе». (12+)

- 10.00 «Бумажки». (0+)
- 11.00 «Здоровая среда». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Специальный репортаж». (12+)
- 14.15 «ЛЕВ ЯШИН: ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (6+)
- 16.15 «Эксперт». (12+)
- 16.30 «Адрес истории». (12+)
- 17.00 «Просто жизнь». (12+)
- 17.30 «БЕСЦЕННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 «Мастерская спорта». (12+)
- 21.00 «Я УКРАДУ ТЕБЯ У ВСЕГО МИРА». (16+)
- 22.45 «Точка.ру». (12+)
- 23.15 «Адрес истории». (12+)
- 23.45 «Такие разные». (12+)
- 00.45 Плей-офф Чемпионата Высшей хоккейной лиги. «Буря» - «Динамо» Санкт Петербург. (12+)
- 02.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 02.45 «Футбол губернии». (12+)
- 03.15 «Я УКРАДУ ТЕБЯ У ВСЕГО МИРА». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 07.00 Новости
- 07.05 15.45 Все на Матч! Прямая трансляция
- 09.30, 10.55 Лыжные гонки. Кубок России. Прямая трансляция из Кировска
- 11.50 Лыжная страна
- 12.20, 14.20 Биатлон. Кубок Содружества. Прямая трансляция из Мурманска
- 13.35 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
- 16.15 Футбол. «Ростов» (Ростов-на-Дону) - «Спартак» (Москва). МИР Российской Премьер-Лиги. Прямая трансляция
- 18.30 Футбол. ЦСКА - «Динамо» (Москва). МИР Российской Премьер-Лиги. Прямая трансляция
- 21.40 Футбол. «Рома» - «Ювентус». Чемпионат Италии. Прямая трансляция
- 23.45 «После футбола» с Георгием Черданцевым
- 01.00 «Рафаэль Надаль». (12+)

МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА

- 06.00 04.05 Гандбол. Кубок России. Финал четырёх. Финал. (6+)
- 07.50 10.00 12.50 Новости
- 07.55 01.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 09.45 11.55 03.50 «Страна спортивная». (12+)
- 10.05 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 12.15 Спецрепортаж. (12+)
- 12.30 18.40 Лица Страны. (12+)
- 12.55 19.25 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. Прямая трансляция
- 14.55 Вячеслав Платонов. Тренер победы. (12+)
- 16.00 17.15 Лыжные гонки. Кубок России. Масс-старт. (6+)
- 18.10 Лыжная страна. (12+)
- 18.55 00.40 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 21.25 23.20 Биатлон. Кубок Содружества. Масс-старт. (6+)
- 22.40 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+)
- 02.50 Волейбол на снегу. Чемпионата России. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. (16+)
- 07.30 У-Дачный чарт. (16+)
- 08.30 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Плейлист | Весна. (16+)
- 09.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.30 Без кутюр. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 МузРаскрутка. (16+)
- 12.30 Хит-Сториз. (16+)
- 13.05 Плейлист | Весна. (16+)
- 14.00 Короли чартов. (16+)

- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Приехали! (16+)
- 16.00 Яндекс.Музыка. (16+)
- 17.00 Оборотни в гламуре. Кто и как кидал звезд? (16+)
- 18.00 Лихие хиты. (16+)
- 19.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 21.00 Муз'итив. (16+)
- 22.00 Наше. (16+)
- 23.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 01.20 Лайкер. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 06.05 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 07.45 «БИБЛИОТЕКАРЬ 2: ВОЗВРАЩЕНИЕ В КОПИ ЦАРЯ СОЛОМОНА». (16+)
- 09.30 «БИБЛИОТЕКАРЬ 3: ПРОКЛЯТИЕ ИУДОВОЙ ЧАШИ». (16+)
- 11.15, 12.10, 13.10, 14.05 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 15.00 «ОНА - МУЖЧИНА» (16+)
- 17.00 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ В ПОИСКАХ МАРСОПИЛАМИ» (12+)
- 19.00 «КРУИЗ ПО ДЖУНГЛЯМ: ТАЙНА ВАЛЬВЕРДЕ». (16+)
- 21.00 «ЭЛЬДОРАДО: В ПОИСКАХ ХРАМА СОЛНЦА». (16+)
- 22.55 «ЭЛЬДОРАДО: ДОРОГА К ЗОЛОТОМУ ГОРОДУ». (16+)
- 00.40 «ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ». (16+)
- 02.25 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)

TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 07.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 08.20 «Простоквашино». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 11.00, 12.05, 13.00, 14.00, 15.00 «КРАСНАЯ КОРОЛЕВА». (16+)
- 16.00 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
- 17.45 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)
- 19.20 «ТЁЩА». (16+)
- 21.10 «ЗЯТЬ». (16+)
- 22.45 «ПРАВО НА ЛЕВО». (16+)
- Комедия, Россия, 2024 г.
- 00.25 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДИЩА». (16+)
- 01.50 «СТЕНДАП ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
- 03.30 «ОГНИ БОЛЬШОЙ ДЕРЕВНИ». (16+)
- 04.45 «Царевна-лягушка». Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО

- 05.10 «Волки и овцы: Ход свиньей». Мультфильм. (6+)
- 06.20 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 08.00 «Д'АРТАНЯН И ТРИ МУШКЕТЁРА». (12+)
- 13.00 30 лет вместе с Первым. «ИШЕЙКА». (16+)
- 19.20 «12 СТУЛЬЕВ». (16+)
- В ролях: Андрей Миронов, Анатолий Папанов, Александр Абдулов
- Блистательная музыкальная комедия Марка Захарова по роману Ильи Ильфа и Евгения Петрова.
- 01.05 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- 02.35 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (16+)
- 04.05 «КОМАНДА МЕЧТЫ». (16+)

СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. 12 месяцев», «Маша и Медведь: Анимашки», «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильмы. (0+)
- 21.00 Богиня сыска. (16+)
- Романтический эксперимент по обману и свисту.
- 22.10 Богиня шопинга. (16+)
- 23.20, 00.30 «МЯТЕЖНЫЙ ДУХ». (16+)
- 01.30 Света вокруг света. Анфиса Чехова. (16+)
- 02.50, 03.30 «ТЫ - МОЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- Сериял. Аргентина, 2006-2007 гг.
- 04.20 «Новые приключения Кота Леопольда». (0+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.40 «СВАДЕБНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)
- 03.05 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)
- 04.55 «ТУПОЙ И ЕЩЕ ТУПЕЕ 2». (16+)
- 06.55 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 08.40 «ЗА ПАЛЬЧА!» (12+)
- 10.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 12.20 «ВЫШИБАЛА». (18+)
- 13.55 «НОВОГОДНИЙ ШЕФ». (12+)
- 15.30 «НОВОГОДНИЙ ОЛ ИНКЛЮЗИВ». (12+)
- 17.10 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ». (16+)
- 19.30 «ГОРЬКО». (16+)
- Комедия, Россия, 2013 г.
- 21.20 «ГОРЬКО! 2». (16+)
- Комедия, Россия, 2014 г.
- 23.10 «НАЧИ СНАЧАЛА». (16+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.25 Мультфильм. (0+)
- 07.10 «НА ПОДМОСТКАХ СЦЕНЬ». (16+)
- 08.45 «ЗОЛУШКА». (16+)
- 10.10 «ПОЛУСТАНОК». (16+)
- 11.25 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (16+)
- 12.50 «ПОВЕСТЬ О НАСТОЯЩЕМ ЧЕЛОВЕКЕ». (18+)
- 14.35 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ». (16+)
- 16.20 «ЛЮДИ НА МОСТУ». (16+)
- 18.10 «ОБЫКНОВЕННЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 19.55 «У ТИХОЙ ПРИСТАНИ». (16+)
- 21.15 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ» (16+)
- 23.00 «ЛЕТЯТ ЖУРАВЛИ». (16+)
- 00.45 «ЧИСТОЕ НЕБО». (16+)
- 02.30 «ТАЖЕНЫЙ ДЕСАНТ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ОТВЕРЖЕННАЯ». (16+)
- Сериал. Мелодрама, Россия, 2022 г. В ролях: Анна Нахапетова, Петр Баранчев, Алексей Вакулов, Максим Керин
- 12.00, 20.00, 04.00 «ВСПОМИНАЯ ТЕБЯ». (16+)
- 13.00, 21.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ. ВОЗВРАЩЕНИЕ САНДРЫ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ВТОРОЕ ЗРЕНИЕ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ОСТРОВ НЕУЖУБНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 02.00, 03.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
- 05.00 «МОЙ ГЕНЕРАЛ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Царевны». Мультсериал. (0+)
- 07.40 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- У «Медведей» очередное пополнение, а новый спортивный директор не лучшим образом демонстрирует свои способности.
- 23.05 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.
- 02.55 «МАРГОША». (16+)
- Дочка Калугина оставляет отца и Марго наедине друг с другом...
- 05.50 Дашь молодёжь! (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.15 В поисках Бога. (12+)
- 05.45 Профессор Осипов. (0+)
- 06.15 Дорога. (0+)
- 07.20 Святыни России. (6+)
- 08.25 День Ангела: Мария Египетская. (0+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Паломница. (12+)
- 13.55 Русский мир. (12+)
- 15.00 «ВЕСНА НА ОДЕРЕ». (12+)
- СССР, 1967 г.
- 17.00 Всеночное бдение. Прямая трансляция. (0+)

- 19.30 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 21.00 Щипков. (12+)
- 21.10 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 22.10 День Патриарха. (0+)
- 22.20 «Бесого». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 23.35 Спас-стрим. (16+)
- 00.55 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 02.20 Щипков. (12+)
- 02.30 Державная. Размышления 100 лет спустя. (0+)
- 03.25 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
- 04.15 Глобус православия. (12+)

Православный календарь

6 апреля
Неделя 5-я Великого поста. Глас 8.
Предпразднство
Благовещения Пресвятой Богородицы.
Прп. Марии Египетской.



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

Постный день.
« От живой веры в Бога рождается полная покорность Богу, а от покорности Богу – мир помыслов и спокойствие сердца».
Свт. Игнатий Брянчанинов

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами найти решение. Для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

В воскресенье Петрович сопровождал жену в походе по магазину. В отличие от других мужчин, тихо ненавидящих шопинг, он делал это с удовольствием, потому что ценил каждую минуту, проведенную рядом с любимой женщиной.

Они уже около часа ходили по большому торговому центру, когда жена вдруг воскликнула, заметив зоомагазин, который открылся, видимо, совсем недавно – его двери еще украшали разноцветные шарик:

– Ой, а пойдём, на зверушек посмотрим!

– А пойдём! – не раздумывая согласился Петрович.

В магазине пахло свежим сеном и чем-то явно съедобным. В аквариумах плавали стайки разноцветных рыбок, в аккуратных вольерах жевали что-то морские свинки и хомячки, в клетках весело щелбали волнистые попугайчики.

Внезапно к птичьему щелбету прибавился строгий голос:

Шопинг с приключением



– Я сейчас полицию вызову! Петрович не мог не отреагировать:

– Посмотри тут пока птичек, я сейчас, – сказал он жене и пошел в сторону голоса.

Возле большого аквариума, сплошь заросшего зеленью, стояла стайка ребятшек, по виду – младших школьников: на их спинах красовались разноцветные ранцы. Три мальчика и четыре девочки испуганно жались друг к другу и смотрели на высокую девушку-продавщицу, явно чем-то недовольную.

– Ну, что молчите? Вызывать полицию? – обратилась она к ребятам, и Петрович понял, что строгий голос принадлежал этой даме.

– Не надо никого вызывать, я уже здесь, – сказал ей Петрович и показал удостоверение, которое носил с собой всегда.

– Что случилось?

– Кража у нас, товарищ майор. Зашли вот эти граждане, – она кивнула в сторону школьников, – повернулись тут, по-

купать ничего не стали, а вот отсюда водоросли пропали, – девушка указала на заросший зеленью аквариум, на поверхности которого плавали какие-то растения, видом напоминающие капусту. – Было пять розеток, а осталось четыре. Одна пропала.

– Хорошо, – сказал Петрович и обратился к детям. – Признавайтесь, кто взял водоросли? Взять чужое – это значит украсть, а за кражу у наслагается наказание. Но чистосердечное признание облегчит вашу участь. Так кто взял водоросли?

Дети сбились в плотную кучку и насупленно молчали.

– Ну хорошо, – Петрович вытащил из нагрудного кармана ручку. – Вот ты, – он обратился к мальчишке, стоящему ближе всех, – ты брал водоросли?

– Нет, я не брал, – четко сказал мальчишка.

– Хорошо. А ты? – спросил Петрович у девочки с большим бантом.

– Нет! – неожиданно звонко ответила девочка. – У меня вообще аквариума нет!

– Очень хорошо. А ты? – Петрович легонько тронул

за плечо стоящего рядом с девочкой мальчика в синей куртке. – Ты брал водоросли?

– Не брал, – буркнул мальчик и поправил рукой упавшую на глаза челку. Волосы слиплись и послушно легли направо.

– Ладно. А ты? – обратился Петрович к третьему мальчишке. – Тоже не брал?

– Тоже, – ответил тот и показал открытые ладошки.

– Прекрасно. Получается, водоросли взяла девочка? Петрович обвел взглядом трех оставшихся девочек.

– Нет, мы не брали! Не брали! – наперебой зачирикали девочки.

– Ладно-ладно, верю, у вас точно ничего нет, – улыбнулся Петрович. – А у кого есть?

У кого из вас есть дома аквариум?

Петроер из семи дружно подняли руки, как на уроке: три мальчика и две девочки.

– Что же мне с вами делать? – нахмурился Петрович.

Ответом ему была напряженная тишина.

– Хорошо, – сказал Петрович, словно приняв важное решение. – Я бы мог позвать ваших родителей, директора школы вместе с завучем. Но не буду этого делать, так как знаю, у кого из вас в ранце водоросли. А если воришка сам признается, даже родителям сообщать не стану. Ну как, будем признаваться?

– Будем, – прозвучал в тишине едва слышный шепот.

Виктория АНДРЕЕВА

Кто из детей взял водоросли? И как Петрович вычислил воришку?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 12: при отключении электроэнергии база радиотелефона не работает, и невеста никак не могла позвонить жениху с домашнего телефона. Тем не менее, она звонила – значит, электричество было отключено уже после «ограбления» ее сообщником, который унес драгоценности, а заодно сумочку – для отвода глаз.

Рис. Ирины Светловой

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 31 МАРТА ПО 6 АПРЕЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

31 МАРТА
В 1966 году СССР был осуществлен запуск первого искусственного спутника Луны.

1 АПРЕЛЯ
В 1938 году состоялась первая презентация растворимого кофе.

2 АПРЕЛЯ
В 1833 году вышло в свет полное издание романа А.С. Пушкина «Евгений Онегин».

3 АПРЕЛЯ
В 1966 году советская межпланетная станция «Луна-10» первая в мире вышла на орбиту Луны.

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

4 АПРЕЛЯ
В 1147 году в летописи впервые упомянут город Москва. В 1719 году началось строительство Ладожского канала. В 1932 году биохимик Ч.Г. Кинг впервые выделил витамин С (аскорбиновую кислоту).

5 АПРЕЛЯ
В 1722 году Якоб Рогевен открыл остров Пасхи.

В 1913 году Нильс Бор предложил планетарную модель строения атома.

6 АПРЕЛЯ
В 1896 году открылись I летние Олимпийские игры в Афинах. В 1899 году в Москве пустили первый электрический трамвай (День рождения Московского трамвая).

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

31 МАРТА. Димитрий, Кирилл, Наталия, Трофим.
1 АПРЕЛЯ. Дария, Иннокентий, Иоанн, София.
2 АПРЕЛЯ. Александра, Виктор, Иулиания, Клавдия, Никита, Севастиан, Феодосия.
3 АПРЕЛЯ. Владимир, Кирилл.
4 АПРЕЛЯ. Василий, Исаакий.
5 АПРЕЛЯ. Анастасия, Варвара, Илия, Константин, Лидия, Макарий, Сергей.
6 АПРЕЛЯ. Александр, Артемий, Захарий, Пётр, Стефан.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

31 МАРТА ■ Международный день декольте
1 АПРЕЛЯ ■ День смеха
2 АПРЕЛЯ ■ Международный день детской книги
3 АПРЕЛЯ ■ День геолога
4 АПРЕЛЯ ■ День веб-мастера ■ Международный день интернета ■ Международный день моркови
5 АПРЕЛЯ ■ День закупщика и тендерного специалиста ■ День неонатолога
■ Международный день супа
6 АПРЕЛЯ ■ День работников следственных органов МВД России
■ День геолога ■ Всемирный день мультфильмов

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

На Кириллов марток продерёт холодок

31 марта считалось днем Кирилла – дери полоза. Про этот день в народе ходило много поговорок: «На Кириллов марток продерет холодок». Следили в этот день за цветами мать-и-мачехи: если они зацвели – начало апреля будет теплым, а весна – дружной.

1 апреля называли днем Дарьи Грязной, поскольку с этого дня снег начинал таять. Если ночью звезды было не видно, то ждали еще большего тепла.

2 апреля, в день Фотиньи Колодезницы, прогнозировали погоду и по такой примете: если теплая погода днем и холодная ночью, жди погожие деньки. В день Кирилла Катаника, 3 апреля, наблюдали за деревьями. Если

береза распускала листья раньше ольхи, то лето будет жаркое и даже засушливое.

На 4 апреля, в день Василия Солнечника, было принято гадать на солнце: если оно всходит в красных кругах, то урожай будет богатым.

В Никонов день, 5 апреля, наблюдали за поведением животных: если кошка дома кашляет или чихает – готовься к дождю. В день Артемона, 6 апреля, обращали внимание на температуру воздуха ночью: теплая ночь сулила дружную весну.

Парикмахер – клиентке:
– Чёлку косой делать? Клиентка, испуганно:
– А ножницами, как раньше, нельзя?



СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

31 марта Восход: 5 ч. 58 м. Заход: 18 ч. 56 м. Долгота дня: 12 ч. 58 мин.

Растущая Луна в знаке Тельца

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

Растущая Луна в знаке Близнецов

2 апреля Восход: 5 ч. 53 м. Заход: 18 ч. 59 м. Долгота дня: 13 ч. 06 мин.

Растущая Луна в знаке Близнецов

3 апреля Восход: 5 ч. 51 м. Заход: 19 ч. 01 м. Долгота дня: 13 ч. 10 мин.

Растущая Луна в знаке Близнецов

4 апреля Восход: 5 ч. 49 м. Заход: 19 ч. 03 м. Долгота дня: 13 ч. 14 мин.

Растущая Луна в знаке Рака

5 апреля Восход: 5 ч. 46 м. Заход: 19 ч. 04 м. Долгота дня: 13 ч. 18 мин.

Растущая Луна в знаке Рака

6 апреля Восход: 5 ч. 44 м. Заход: 19 ч. 06 м. Долгота дня: 13 ч. 22 мин.

Растущая Луна в знаке Льва

ТЕЛЕК

Черноземье

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



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

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

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

№ 13 (490).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 25.03.2025 г. Дата производства: 25.03.2025 г. Дата выхода в свет: 26.03.2025 г. Тираж 50 380 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ППВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48н. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 4273 Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях. Тираж этого номера 852 470 экз.
Розничная цена свободная. Ежедневная семейная газета для читателей 12+
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено.

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

Учёными давно установлено, что для общего здоровья и для похудения в частности очень важна микрофлора кишечника.

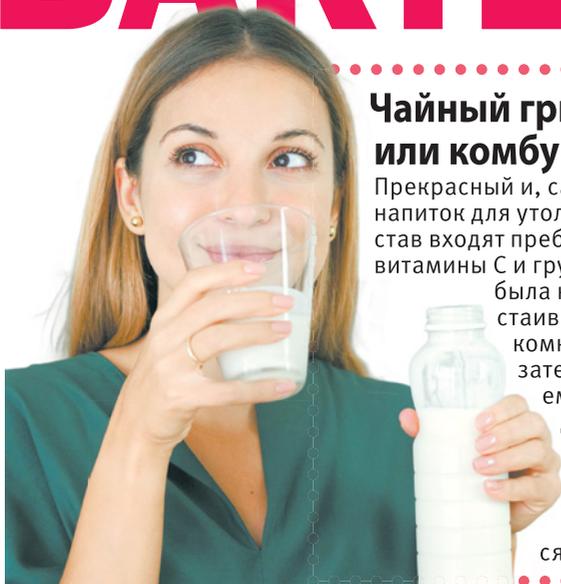
Людям с разнообразным составом кишечной микрофлоры легче поддерживать нормальный вес. И мы можем на нее влиять, составляя себе меню и включая в него ферментированные продукты – настоящие кладёзы полезных бактерий.

Как это работает

Ферментированные продукты содержат пробиотики, которые способствуют нормализации микрофлоры и улучшают пищеварение, обладают антиоксидантными и противовоспалительными свойствами. Ферментация улучшает биодоступность витаминов и минералов.

В меню – полезные БАКТЕРИИ

ИСТОЧНИКИ ФЕРМЕНТОВ
Дрожжевой хлеб, соевый соус, мисо, хамон, натуральный уксус, квашеные овощи, моченые яблоки и т.д.



Чайный гриб, или комбуча

Прекрасный и, самое главное, полезный напиток для утоления жажды. В его состав входят пребиотики, антиоксиданты, витамины С и группы В. Чтобы комбуча была наиболее полезна, настаивайте ее 5-10 дней при комнатной температуре, а затем перелейте в отдельную емкость и уберите в холодильник. При более длительном настаивании напитка в нем повышается содержание молочной кислоты и изменяются вкусовые качества.

Квашеная капуста

Содержит витамины, которых так не хватает после зимы, и при этом в ней мало калорий – 20 ккал на 100 г. Капуста содержит также клетчатку, которая является питательной средой для размножения полезных лактобактерий. Кроме того, в квашеной капусте большое количество витамина С, который помогает укрепить иммунитет и повысить защиту организма. Для разнообразия к капусте можно добавлять, например, репчатый или зеленый лук, укроп, клюкву, несколько кусочков яблочка, растительное масло.

Кисломолочные продукты

Кефир, йогурт, простокваша, творог кроме полезных кисломолочных бактерий снабжают наш организм белком и являются важными поставщиками кальция. Белок важен для строения мышц, а кальций активно участвует в обменных процессах. При его низком количестве в организме происходит замедление метаболизма.



– Самая эффективная диета для похудения – японская.
– И какая она?
– Всё просто. Вместо двух палочек надо есть одной.

Большая разница

Маринование и ферментирование – это не одно и то же. Так, при мариновании используется столовый уксус – это антибиотик, после которого не остается живых бактерий. При ферментировании бактерии в процессе своей жизнедеятельности производят молочную кислоту, которая является природным консервантом. Поэтому ферментирование полезнее, чем маринование.

Мнение специалиста

Во всём нужна мера

На наши вопросы отвечает кандидат медицинских наук, член национальной ассоциации диетологов и нутрициологов, врач-диетолог НИИ имени Склифосовского Дарья Русакова.



– Чем продолжительнее ферментация, тем продукты полезнее?

– Длительность ферментации зависит от вида продукта, толщины нарезки, количества соли и температуры.

– Можно ли говорить, что ферментированные овощи значительно полезнее маринованных? В каком количестве можно употреблять ферментированные продукты?

– Да, они полезные. А чтобы получить максимум пользы и минимум вреда (от избытка поваренной соли, например), достаточно одного огурчика или моченого яблока, пары ложек капусты, чтобы организм получил полезные бактерии, витамины и ферменты.

– С чем они лучше усваиваются?

– Ферментированные продукты можно совмещать с разными блюдами.

НА ЗАМЕТКУ

Вспомните, как в цирке эквилибристы выстраиваются в пирамиду, вставая друг другу на плечи. Больше всего восхищения публики получает артист, который находится в основании пирамиды: на него приходится колоссальная нагрузка! А теперь представьте, что такие же герои живут в нашем организме. Это суставы ног и позвонки.

Чем порадовать суставы?

От благодарных пользователей

В отличие от артистов цирка, наши суставы час-тенно вместо признательности за свой тяжелый труд получают еще большую нагрузку. Мы не контролируем свой вес, злоупотребляем вредными для суставов продуктами, не заботимся о правильной обуви и грамотной физической нагрузке. Неблагодарные! Давайте же



вознаградим тех, кто находится в самом низу нашей персональной «пирамиды».

Для этого:

✓ Регулярно включайте в свой рацион зелень. Лучше всего подойдут укроп и петрушка, по 2-3 веточки в день, добавленные в салат. В сезон зелень со своей грядки самая полезная, а на зиму можно ее заморозить или засушить.

✓ Употребляйте тушеные или запеченные овощи. Жарка, ма-

ринование, соление убивают всю пользу этих продуктов.

✓ Включите в рацион салаты из морской капусты. Она содержит железо и селен, необходимые для укрепления суставов.

✓ При необходимости скорректируйте питание пищевыми добавками с пектином и аминокислотами.

✓ Обеспечьте организму полноценный сон. Именно во сне



включается восстановительная программа на клеточном уровне.

Состав «страховки»

Продолжим аналогию с цирковыми артистами. В их профессии предусмотрена страховка. А как же наши суставы? Их мы тоже можем подстраховать. Для этого нужно минимизировать или вовсе исключить из своей жизни добавленный сахар, уксус, промышленные соусы, маринады.

Татьяна МИХАЛЁВА

СОРР № RU.77.99.22.003.E.002441.09.24 от 04.09.2024 г. Реклама



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Геленк Нарунг – источник коллагена Здоровье суставов и позвоночника

- 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 +7 (495) 220-76-76

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

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

Ежевика выглядит как сестра малины. Однако у этих культур не так много общего, как кажется.

Малина расплодится по участку, выбрасывая в стороны корневищные побеги, а ежевика размножается верхушками или делением куста. Малина чаще страдает от болезней, чем ежевика. Ягоды малины плохо хранятся, а ежевика имеет «сухой отрыв», благодаря чему ягоды дольше лежат после сбора. Мы собрали все о выращивании садовой ежевики в одном материале, чтобы вы смогли получить крупные и сладкие ягоды на своем участке.

Выбрать сорт

Старые сорта ежевики обладают шипами, затрудняющими уход. Новые сорта, в основном, бесшипные. Чтобы получить крупные ягоды, выбирайте крупноплодные сорта!

● **«Агавам» (Agawam)** – «дедушка» современных сортов. Побеги у него колючие, поэтому важно не упускать момент с обрезкой и подвязкой, иначе сбор урожая доставит массу проблем. Ягоды не крупные, размер зависит от ухода.

● **«Торнфри» (Thornfree)** – первый сорт, который был выведен бесшипным, поэтому мгновенно стал популярным. Ягоды «Торнфри» в 2-4 раза крупнее, чем у старых сортов. Причем крупные ягоды смогут вырастить даже садоводы «выходного дня».

● **«Букенгем Тейбери» (Buckingham Tauberry)**. Бесшипный сорт с лиановидными побегами. Ягоды массой 8-12 г созревают в конце июня – середине июля. Вкус ягод десертный, урожайность высокая.

Ежевика: крупнее не бывает!



● **«Натчез» (Natchez)**.

Бесшипная, одна из самых крупноплодных, ягоды эталонного вкуса, и ягод на кусте много. Собирать их нужно полностью поспевшими, но если собрали рано, в холодильнике они дозреют.

● **«Прайм Арк Фридом» (Prime Ark Freedom)**. Редкий ремонтантный сорт бесшипной ежевики, то есть дает два урожая за год, а может и один, если зимой вымерзнет до уровня земли. Другие сорта в такой ситуации плодов не дадут.

● **«Киова» (Kiowa)**.

Сорт имеет острые шипы, но ягоды просто огромные – до 20 г! Есть особенность – побеги прямостоячие, их трудно пригнуть, чтобы укрыть на зиму, поэтому не каждый год получается собрать урожай.

Подкармливать

Ежевика – ягода продуктивная, поэтому и питание требует в большом объеме. Подкармливать ежевику рекомендуют раз в две недели. Если с осени внести под кусты органику – компост, перепревший навоз, то можно ограничиться 2-3 подкормками за сезон. Для подкормок используйте специальные составы для ежевики или азофоску (1 спичечный коробок на кв. м).

Посадить

Ежевика предпочитает солнечные места и нейтральные плодородные почвы.

Хотите хороший урожай – выбирайте правильное место посадки. Схема посадки: между кустами 1,5 м (для прямостоячих сортов) и 3 м (для лиановидных), между рядами не менее 2 м. Посадочную яму глубиной 40-50 см заправляют золой, перегноем, фосфорно-калийными удобрениями. Высаживают кустик, заглубляя до уровня корневой шейки, хорошо проливают. Сверху оставляют только 2 почки, остальное обрезают, чтобы дать возможность ежевике хорошо развиваться. Культуру обязательно подвязывать к шпалере, поэтому следует заранее продумать конструкцию и ее размещение.



Укрывать на зиму

Ежевика совсем не зимостойкая культура. Укрывать ее на зиму в средней полосе России и в северных регионах – обязательно! Для защиты от мороза побеги пригибают, обвязывают веревками и фиксируют шпильками у земли. Над пригнутыми побегами создают воздушно-сухое укрытие: над побегами устанавливают дуги, на пригнутые побеги кладут ветки, пучки травы (чтобы не допустить касание с укрытием и промерзание побегов) и укрывают двумя слоями плотного нетканого материала. Тоннель нужно будет приоткрыть сразу, как только начнет припекать солнце, чтобы предотвратить выпревание почек и побегов.

Клещи и комары выращивают в лесу грибы и ягоды как приманку для добычи.



Защищать от болезней

Ежевика достаточно проблемная культура, поэтому большинство садоводов вообще не обрабатывают ее в процессе выращивания.

Лучшая профилактика от болезней – обеспечить хорошую вентиляцию кустов и своевременный сбор ягод, чтобы не допустить их загнивания.

Обрезать

Ежевика плодоносит на побегах прошлого года. Как только побег отплодоносил, его вырезают до уровня почвы. Из однолетних побегов в кусте оставляют 4-6 самых сильных. У прямостоячих сортов однолетние побеги подрезают на высоте 2 м. С побегами лиановидных сортов можно «поиграть»: переплести их зигзагом до верха шпалеры, потом спустить вниз по другой стороне шпалеры – получится ежевичная «стена». Внизу «стены» побеги лучше прищипнуть.



Поливать

Ежевика нетребовательна к воде. Но если ваша цель – крупные ягоды, поливать нужно минимум раз в неделю. Исключите полив только в момент созревания урожая, чтобы ягоды набрали сахар и не были водянистыми.

Валерия ПАШЕЧКИНА

КАК САДОВОД САДОВОДУ

Какие растения можно заглублять при пикировке?

Если рассаде мало света, она вытягивается. Решить проблему может заглубление при пересадке или пикировке. Но всякие ли растения можно заглублять?

● **ТОМАТЫ**. Заглубление томатной рассады при пикировке или пересадке благотворно сказывается на ее развитии: она наращивает новые корни и лучше растет.

● **ПЕРЦЫ И БАКЛАЖАНЫ**. Рассаду перцев и баклажанов при пикировке также можно заглубить, пока стебель не одревеснел. Но заглублять следует слегка, а не до самых семядолей, как у томатов. Перцы и баклажаны дают слабые боковые

корни, а потому небольшое заглубление нужно скорее для механической устойчивости.

● **ОГУРЦЫ, КАБАЧКИ, ПАТИССОНЫ, АРБУЗЫ И ДЫНИ** в целом не любят заглубление, дают мало боковых корней, к тому же заглубление

может спровоцировать развитие гнилей. Если рассада вытянулась, лучше ее пересадить.

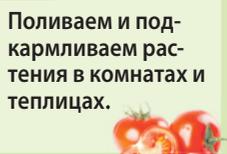
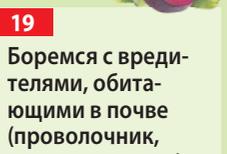
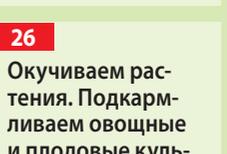
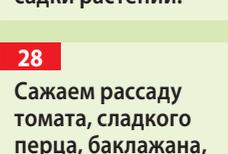
● **КАПУСТА** не образует боковых корней, но отлично переносит заглубление. Если саженцы переросли, можно смело заглублять и кочанную, и цветную капусту, и брокколи, и декоративную.

ВАЖНО!
Не переносят заглубления лук, свекла, петрушка, сельдерей, салат.



КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА АПРЕЛЬ

Фазы Луны:
с 1 по 12 апреля – растущая Луна, 13 апреля – полнолуние, с 14 по 26 апреля – убывающая Луна, 27 апреля – новолуние, с 28 по 30 апреля – растущая Луна.

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
31  Укрываем грядки черной пленкой для раннего посева овощей.	1  Сеем на рассаду позднюю белокачанную капусту.	2  Укрываем грядки черной пленкой для раннего посева овощей.	3  Снимаем зимние укрытия с растений. Мульчируем землянику.	4  Сажаем лук-севок и яровой чеснок под временное укрытие лутрасилом.	5  Поливаем и подкармливаем растения в комнатах и теплицах.	6  Сажаем и прививаем плодовые растения.
7  Укрываем грядки черной пленкой для раннего посева овощей.	8  Сеем календулу, космею, резеду, эшшольцию.	9  Сеем на рассаду белокачанную капусту среднего срока созревания.	10  Сажаем декоративно-лиственные растения для изгородей.	11  Делим и пересаживаем зимующие в саду многолетники.	12  Готовим грядки, копаем ямы для пересадки растений.	13  С растениями не работаем.
14  Ведем борьбу с вредителями и возбудителями болезней растений.	15  Реставрируем газон, при необходимости поливаем.	16  Пропалываем сорняки, прорываем всходы, рыхлим почву.	17  Вносим удобрения под многолетние овощные и плодовые растения.	18  Закладываем компостные кучи. Занимаемся устройством садовых дорожек из гравия.	19  Боремся с вредителями, обитающими в почве (проволочник, корневые гнили).	20  Подкармливаем плодовые деревья и клематисы.
21  Готовим грядки для посева и копаем ямы для посадки растений.	22  Ведем борьбу с вредителями и возбудителями болезней.	23  Поливаем и подкармливаем рассаду овощных и декоративных культур.	24  В садах ведем борьбу с вредителями и возбудителями болезней растений.	25  Проводим борьбу с вредителями и возбудителями болезней растений.	26  Окучиваем растения. Подкармливаем овощные и плодовые культуры.	27  Устанавливаем опоры для вьющихся растений.
28  Сажаем рассаду томата, сладкого перца, баклажана, арбуза, дыни в теплицы.	29  Высаживаем рассаду в открытый грунт (календула, космея, лаватера, лен, нигелла и др.).	30  Проводим посадку корнеплодов, картофеля, луковичных растений.	1 	2 	3 	4 

27 марта – Всемирный день театра. Виссарион Белинский писал: «Что же такое театр? О, это истинный храм искусства!» Давайте и мы вспомним о наших знаменитых драматургах и героях их произведений, которые мы и сегодня можем увидеть и услышать со сцены.

ДРАМАТУРГИ И ИХ ТВОРЕНИЯ

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

1 Классик мировой литературы, русский писатель, прозаик, драматург Антон Павлович Чехов написал более 10 пьес, среди которых комедии и драмы. Четыре из них: «Чайка», «Дядя Ваня», «Вишнёвый сад», «Три сестры» – до сих пор не сходят со сцен театров мира. За пьесу «Три сестры» Чехов получил Грибоедовскую премию – высшую награду в области драматургии. Умение Антона Павловича увидеть трагическое в повседневности воплотилось в знаменитой пьесе, которая рассказывает о жизни сестёр Прозоровых и их брата. Вспомните, как звали сестёр в драме «Три сестры»?

- а) Ольга, Маша, Ирина. б) Наташа, Ольга, Маша.
в) Ирина, Наташа, Маша.

2 Александр Сергеевич Грибоедов был не только дипломатом, поэтом, пианистом, композитором, но ещё и известным драматургом. Со школьной скамьи мы знаем пьесу «Горе от ума». Множество фраз из этого бессмертного произведения стали крылатыми. Вспомним некоторые. Так, Софья о своём свидании ночью с Молчалиным говорит Лизе, что «счастливые часов не наблюдают». «И дым Отечества нам сладок и приятен!» – произносит вернувшийся из путешествия Чацкий. Вспомните, кому из героев пьесы принадлежат слова: «Ах! злые языки страшнее пистолета»?

- а) Молчалин. б) Чацкий. в) Софья.

3 В апреле исполняется 280 лет со дня рождения Дениса Ивановича Фонвизина – драматурга, который считается создателем литературного жанра русской комедии. Поначалу Денис Иванович много переводил иностранных авторов, а потом стал писать сам. «Бригадир» и «Недоросль» – самые известные его пьесы. Интересно, что Фонвизин и сам был недорослем в юности. В XVIII веке это слово значило всего лишь «молодой дворянин, не достигший совершеннолетия и не поступивший ещё на государственную службу». Все персонажи пьесы «Недоросль» имеют прямолинейные фамилии. Госпожа Простакова всю свою негражданскую любовь направила на сына, передав ему своё невежество, лицемерие и жадность, которая ей также перешла по наследству. А какая говорящая фамилия была у этой помещицы до замужества?

- а) Кутейкина. б) Приплюдина. в) Скотинина.

4 Александр Николаевич Островский, драматург, во многом повлиявший на развитие традиционного русского театра, за свою жизнь написал 48 пьес. Все они были поставлены в Малом театре, где автор сам читал их актёрам и проводил репетиции. Ещё при его жизни театр называли «Домом Островского». Первое произведение Александра Николаевича тоже было поставлено на сцене Малого театра, которому драматург отдал пьесу бесплатно. Как называлась эта пьеса?

- а) «Свои люди – сочтемся».
б) «Не в свои сани – не садись».
в) «На всякого мудреца довольно простоты».

5 Эти шесть пьес – «Борис Годунов», «Каменный гость», «Маленькие трагедии», «Моцарт и Сальери», «Русалка», «Скупой рыцарь» – написал знаменитый поэт, писатель и драматург. Конечно, это...

- а) Александр Сергеевич Пушкин.
б) Александр Васильевич Сухово-Кобылин.
в) Алексей Константинович Толстой.



ОТВЕТЫ

1-а. Ольга, Маша, Ирина. 2-а. Слова Молчалина (действие 2-е, явление 11). 3-в. «Ведь и я по отце Скотинных» (действие 3-е, явление 5). 4-б. «Не в свои сани – не садись». 5-а. Александр Сергеевич Пушкин.

Тидею часто путают с глоксинией. Но если глоксинии могут привередничать в уходе, то тидеи имеют очень покладистый характер.

ТИДЕЯ подарит букет колокольчиков

Единственное, цветы-колокольчики у них чуть меньшего размера. Именно по этому признаку тидею легко узнать. Но по пышности и активности цветения тидея не уступает глоксинии. Поэтому она и пользуется большой популярностью у любителей комнатного цветоводства.

Освещение

Надо помнить, что хорошее освещение важно для развития растения и его цветения. Но вместе с тем, тидея очень не любит жгучих солнечных лучей в летнее время. Ну, а если исходить из общих рекомендаций, тидея будет благодарна, если вы ее разместите у окон восточного или западного направления.

Жена – мужу в свой день рождения. – Цветы просто изумительные, дорогой! Но мне кажется, что ты слишком долго увлекался ботаникой... Пора бы переходить на минералогию!



Влажность

Растению подходит привычный уровень влажности в наших домах, но оно будет крайне признательно за повышенную влажность. При этом тидею нельзя опрыскивать из пульверизатора прямо на листья. Они у нее бархатистые и могут замкнуть и покрыться некрасивыми пятнами. Опрыскивайте, увлажняйте воздух вокруг тидеи или разместите ее на поддоне с влажным керамзитом. И не ставьте растение зимой рядом с радиаторами отопления – слишком сухой и горячий воздух не понравится цветку.

Температура

Тидея любит тепло. Лучше всего цветок себя чувствует в диапазоне температур 20-25 градусов. В более прохладных условиях может хуже цвести. Помните, что тидея крайне плохо переносит холод и сквозняки, которые могут привести к болезни и гибели растения.

Цветение

Цветет продолжительно и безостановочно с мая и до наступления осени, цветы однотонные и с вкраплениями. Самый распространенный цвет – фиолетовый. Но можно встретить тидею белого, розового, кремового, оранжевого окраса.

Размножение

У тидеи не совсем привычное размножение – через цветонос. Как только колокольчик отцветет и засохнет, следует отрезать острым ножом соцветие и обмакнуть в корневин для лучшего образования корней. Затем поставить цветонос в воду. Как только на конце цветоноса появятся наросты, напоминающие клубеньки, можно пересаживать в горшок. Кстати, тидея размножается также делением клубней и черенкованием.

Полив

Как и многие комнатные цветы, предпочитает регулярный полив. Летом, в жару, более частый, зимой реже (при условии, что в комнате стало прохладнее). Не забывайте следить, чтобы почва под цветком не пересыхала. Пересыхание грунта может привести к сбрасыванию бутонов и листьев. Да, растение не погибнет, но декоративности у него поубавится.

Удобрение и пересадка

С весны и до осени 1-2 раза в месяц, особенно когда растение активно цветет, желательно внести удобрения. А также пересаживать тидею каждые 2-3 года в начале весны. Земля для цветка должна быть легкой и питательной, а в горшке обязателен дренаж.

КСТАТИ ЦВЕТОЧНОЕ НАСТРОЕНИЕ

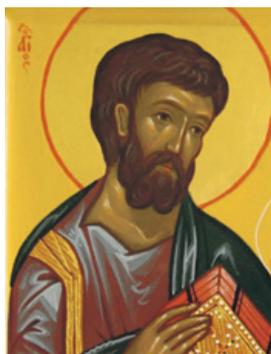
В результате научных исследований ученые пришли к выводу, что нахождение рядом с цветами может снизить уровень стресса, улучшить настроение и даже повысить работоспособность.



Ольга БЕЛЬСКАЯ

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...чтобы послужить и отдать душу Свою для искупления многих»



Когда были они на пути, восходя в Иерусалим, Иисус шел впереди их, а они ужасались и, следуя за Ним, были в страхе. // Подозвав двенадцать, Он опять начал им говорить о том, что будет с Ним: вот, мы восходим в Иерусалим, и Сын Человеческий предан будет первосвященникам и книжникам, и осудят Его на смерть, и предадут Его язычникам, и поругаются над Ним, и будут бить Его, и оплюют Его, и убьют Его; и

в третий день воскреснет. Тогда подошли к Нему сыновья Зеведеевы Иаков и Иоанн и сказали: Учитель! мы желаем, чтобы Ты сделал нам, о чем попросим. Он сказал им: что хотите, чтобы Я сделал вам? Они сказали Ему: дай нам сесть у Тебя, одному по правую сторону, а другому по левую в славе Твоей. Но Иисус сказал им: не знаете, чего просите. Можете ли пить чашу, которую Я пью, и креститься крещением, которым Я крещусь? Они отвечали: можем. Иисус же сказал им: чашу, которую Я пью, будете пить, и крещением, которым Я крещусь, будете креститься; а дать сесть у Меня по правую сторону и по левую – не от Меня зависит, но кому уготовано. И, услышав, десять начали негодовать на Иакова и Иоанна. Иисус же, подозревав их, сказал им: вы знаете, что почитающиеся князьями народов господствуют над ними, и вельможи их властвуют ими. Но между вами да не будет так: а кто хочет быть большим между вами, да будет вам слугою; и кто хочет быть первым между вами, да будет всем рабом. Ибо и Сын Человеческий не для того пришел, чтобы Ему служили, но чтобы послужить и отдать душу Свою для искупления многих. (Мк. 10:32-45)

Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 6 апреля, в воскресенье.

Земное служение Христа Спасителя близится к завершению. И мы становимся свидетелями последнего путешествия Господа Иисуса в Иерусалим. Началось и закончилось это странствие, на первый взгляд, радостными событиями. Входит в Иерусалим Спаситель под восхищенные крики толпы. Но рядом с каждым из торжеств ощущается дыхание смерти. Христос знает, чем в итоге завершится Его земное служение. Сына Божьего ожидает Голгофа.

Христос предельно честно несколько раз предупреждает учеников, что случится с ним в столице древнего Израиля. Мы слышим горестные слова: «Вот, мы восходим в Иерусалим, и Сын Человеческий предан будет первосвященникам и книжникам, и осудят Его на смерть; и предадут Его язычникам на поругание и биение и распятие; и в третий день воскреснет». Казалось бы, предупреждение звучит предельно ясно и доходчиво.

Но что из всего сказанного, в конечном счете, услыша-

ли апостолы? К сожалению, почти ничего. В лучшем случае – концовку. Апостолы, пропустив всю основную часть, для себя уяснили: все будет хорошо, а их Учитель на третий день воскреснет. Как еще можно объяснить поведение апостолов Иакова и Иоанна, которые начинают выпрашивать для себя наиболее привилегированные места в Царстве Мессии? Пленение, унижения, побои, распятие – все это было пропущено мимо ушей.

Потом апостолы начинают ссориться. Как же больно было Христу смотреть на такое поведение апостолов! Но ни укора, ни наказания от Спасителя не исходит. Он лишь смиренно спрашивает: «Готовы ли вы пить Мою чашу и принять Мое крещение?» Не царскую чашу славы, а горькую чашу мучения. «Конечно», – легкомысленно отвечают апостолы.

За слова нужно отвечать. И в будущем все ученики пройдут через собственную Голгофу. Но апостолы к тому времени будут уже совсем другими людьми, преобра-



Комментирует священник Стефан Домусчи

женными благодатью Духа Святого. Они полностью избавятся от легкомысленных иллюзий о земном господстве и последуют примеру любимого Учителя. Будут желать не власти, а служения Богу и людям, будут не подавлять или использовать, но вдохновлять и помогать. Прозвучавшее евангельское чтение учит нас здоровой рассудительности, напоминает важное правило: «Чтобы не разочаровываться, не нужно очаровываться». Дорогого стоит быть честным по отношению к себе, понимать, кто ты и для чего пришел в этот мир. А еще – понимать волю Божию, состоящую в том, чтобы быть служителем любви Господней.



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

Куриное мясо очень привлекательно: вкусно, сытно, бюджетно и низкокалорийно. Также большим преимуществом куриного мяса перед любым другим является то, что с приготовлением его справится даже начинающий кулинар.

Блюда из курицы просты в приготовлении и не требуют много времени, поэтому украсят наше меню и в будни, и в праздники. Быстрее всего готовится грудка, которая, кстати, считается одним из самых диетических продуктов. Для приготовления куриного бульона понадобится всего час, и только холодец из куриных лапок придется варить, как и любой другой, долго – как минимум 4 часа.

Аппетитная КУРОЧКА



Махмудийе (медовая курица)

Турецкая кухня.
На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 141 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 4 куриных бедрашка
- 2 луковицы
- 100 г зеленого кишмиша (винограда б/к)
- 80 г миндаля
- 8-10 шт. кураги
- 2 ст. л. сливочного масла
- 1 ст. л. меда ■ растительное масло ■ 1 палочка корицы (или 2/3 ч. л. молотой)
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук нарезать перьями (или тонкими полукольцами).
- 2 Бедрышки обжарить в сотейнике на растительном масле до золотистой корочки, добавить лук, жарить до подрумянивания.
- 3 Добавить в сотейник виноград, корицу, мед и курагу, посолить, влить 100 мл горячей воды, перемешать, тушить до готовности под крышкой (15-20 минут).
- 4 Миндаль обдать кипятком, затем – ледяной водой, снять кожицу.
- 5 Добавить миндаль в сотейник, аккуратно перемешать, томить на самом малом огне 10 минут.
- 6 Подавать с рассыпчатым рисом.

Холодец из куриных лапок

Румынская кухня.
На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 44 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг куриных лапок
- 300 г куриных бедрышек б/к
- 1 луковица ■ 1 морковь
- 3-4 зубчика чеснока
- 5 горошин душистого перца
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лапки тщательно вымыть, обрезать когти, залить кипятком, через 4 минуты воду слить, снять с лапок верхний слой кожи, еще раз промыть, сложить в кастрюлю.
- 2 Лук и морковь очистить, крупно нарезать, положить в ту же кастрюлю.
- 3 Содержимое кастрюли залить 2,5 л холодной воды, довести до кипения, снять пену, варить на самом слабом огне 4 часа.
- 4 За полчаса до готовности добавить мясо куриных бедрышек и душистый перец, посолить.
- 5 Готовый бульон процедить, мясо измельчить.
- 6 Чеснок мелко нарезать (или пропустить через пресс), добавить к мясу, перемешать, выложить в форму для холодца (или разложить по порционным формам), залить бульоном, дать полностью остыть, убрать в холодильник до застывания (на 2-3 часа).

Куриный суп с рисом

Вьетнамская кухня.
На 8 персон. Калорийность
(на 100 г): 41 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1,9 л куриного бульона
- 4 куриных бедрышка
- 2 луковицы-шалот
- 1 стакан риса ■ 2 крупных белых луковицы ■ 2 листа сухой морской капусты
- 5 см корня имбиря
- 5 звездочек бадьяна
- 1 палочка корицы
- 4 бутона гвоздики
- 2 ст. л. рыбного соуса
- 2 ч. л. сахара ■ пучок кинзы



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Белый лук нарезать очень мелко, имбирь натереть на мелкой терке, кинзу некрупно нарубить.
- 2 Сложить в кастрюлю куриные бедрышки, имбирь, корицу, бадьян, гвоздику и морскую капусту, залить бульоном, добавить 1 л холодной воды, довести до кипения; варить на среднем огне до готовности куриного мяса (25-30 минут).
- 3 Готовый бульон процедить, мясо отделить от костей.
- 4 Добавить в бульон рис, сахар, влить рыбный соус, варить до готовности риса (20 минут).
- 5 Куриное мясо разложить по тарелкам, залить супом, посыпать белым луком и кинзой.

Куриные маффины

Европейская кухня.
На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 117 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г куриного фарша
- 250 мл натурального йогурта ■ 2 ст. л. манки
- 2 яйца ■ 1 луковица
- 2 зубчика чеснока
- небольшой пучок укропа
- специи ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук очень мелко нарезать, чеснок пропустить через пресс, укроп мелко нарубить.
- 2 В фарш добавить яйца, йогурт, манку, укроп, лук и чеснок, специи, посолить, тщательно перемешать, оставить на 10-15 минут (для разбухания манки).
- 3 Разложить полученную массу по формочкам для кексов.
- 4 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке до готовности (примерно 30-35 минут).

КСТАТИ

В турецкой кухне есть даже десерт из куриной грудки – Тавук гёксу (Tavuk Göğsü Tatlısı). Этот сладкий воздушный пудинг прежде подавали только к столу султанов. А готовили его из грудки петуха специального откорма.

Салат весенний с редисом

Балканская кухня.
На 4 персоны. Калорийность
(на 100 г): 89 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г замороженной стручковой фасоли
- 200 г помидорок черри
- пучок редиски
- 50 г маслин
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 ст. л. мелко нарезанной зелени (петрушка, мята, листики тимьяна)
- 1 ст. л. яблочного уксуса
- 1 ст. л. зернистой горчицы
- 1 ч. л. меда ■ молотый черный перец ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Фасоль отварить до готовности в небольшом количестве воды, дать остыть, слить воду, оставить в дуршлаге для полного стекания воды.
- 2 Помидоры разрезать на 4 части, редис – тонкими шайбами.
- 3 Сделать заправку: масло, уксус и мед взбить до однородности, добавить горчицу, перец, соль и зелень, перемешать.
- 4 Соединить все ингредиенты, заправить, перемешать.

О правилах питания в пост с 26 марта по 1 апреля по строгому уставу.

26 марта, ср. – сырая пища без масла (хлеб, овощи, фрукты).

27 марта, чт. – горячая пища.

28 марта, пт. – сырая пища без масла (хлеб, овощи, фрукты).

29 марта, сб. – горячая пища с растительным маслом, родительская суббота.

30 марта, вс. – горячая пища с растительным маслом.

31 марта, пн. – сырая пища без масла (хлеб, овощи, фрукты).

1 апреля, вт. – горячая пища без масла.

ВАЖНО! Нет единого нормы поста для монаха и мирянина. Поэтому в Православной церкви в правилах поста указаны лишь наиболее строгие нормы.

Светлана ИВАНОВА

■ ДЛЯ ТЕХ, КТО ДЕРЖИТ ПОСТ ■

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 31 МАРТА ПО 6 АПРЕЛЯ

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 31 МАРТА ПО 6 АПРЕЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
У Овнов благоприятный период для самопознания, духовного очищения и работы над собой. Вы получите позитивные результаты в делах. Делитесь опытом с коллегами, им это сейчас необходимо. Родные ждут общения с вами, будьте внимательны к их просьбам и пожеланиям.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Львы находятся на пороге перемен. Они могут коснуться как приобретения нового опыта, так и изменений в привычной жизни. Увлечение новым хобби или банальная перестановка мебели в доме наполнят вас энергией и принесут положительные эмоции.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
У Стрельцов может возникнуть некоторое напряжение. Не тратьте силы на мелкие склоки. Постарайтесь найти что-то объединяющее для всех домочадцев и разрядить обстановку. Возможно, это будет семейное чаепитие или совместный просмотр хорошего фильма.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолеям нужно постараться не вступать в полемику. Не стоит растрчивать свою позитивную энергию на склоки и ссоры. Ищите верное решение для возникающих проблем и сохраняйте оптимизм. Будьте добры и доверительны в отношениях с близкими.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцам важно не забывать о выполнении обязательств. Проведите время с родными, позвоните дальним родственникам. Ваша помощь может им сильно понадобиться. Излишняя самоуверенность способна повредить вам. Не переутомляйтесь и рассчитывайте свои силы.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девам стоит заняться наведением порядка – как в своей душе, так и в пространстве вокруг. Также наведите порядок в своих делах, определитесь с приоритетными планами и желаниями, уберите все лишнее. Ограничьте свое общение. Открывайтесь только близким людям.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Звезды рекомендуют Близнецам не быть доверчивыми. Вам могут постараться навязать свое мнение и сбить с толку. Если вы находитесь в растерянном состоянии, отдохните. Не стоит демонстрировать всем вокруг напускной оптимизм, это не принесет вам ничего хорошего.

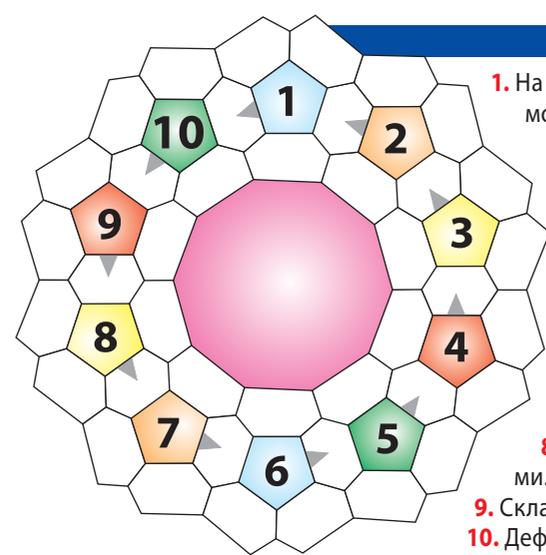
ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Для Весов на этой неделе важным станет выразить благодарность всем, к кому вы ее испытываете. Обязательно поблагодарите близких, особенно более старшего возраста. Возможно, вам придется извиниться перед кем-то, даже если это вам не по душе.

РАК (22.06 – 22.07)
Неожиданные встречи подарят Ракам положительные вести и новые деловые связи. Вас ожидают приятные сюрпризы от родных и любимых. Новые знакомства принесут пользу в будущем. Не забывайте про тех, кому нужна ваша помощь. Следует быть более милосердными.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
У Скорпионов возможны интересные знакомства, новые партнерские отношения. Вы интересный собеседник, это поможет вам в реализации планов. Однако лучше немного умерить свой пыл. Оглянитесь вокруг и выберите верное направление для движения вперед.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Звезды благоволят настойчивым и целеустремленным Козерогам. Благодаря накопленному опыту вы можете сконцентрироваться на своем развитии и добиться благополучия. Вы почувствуете поддержку от коллег, родных и друзей. Не бойтесь набранного темпа.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
У Рыб благоприятный период для начала новых проектов. Вы в прекрасном настроении и отличной форме. Многие коллеги могут позавидовать вашей энергичности и способности добиваться результатов. Не обижайтесь на них. Лучше попробуйте разделить с ними свой успех.



КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

1. На какой реке функционирует первая по мощности в мире ГЭС «Три ущелья»?
2. Выдумка, замысел.
3. И всадник, и мотоциклист.
4. До XVIII века на Руси считалось, что ... начинается не 1, а 23 сентября, а заканчивается 25 декабря.
5. Козырек от солнца над уличным кафе.
6. Охотовед, подкармливающий солью лосей.
7. Пьер – высокий киноблондин.
8. Хранилище с закромами и сусеками.
9. Склад устаревшей документации.
10. Дефект товара, замеченный покупателем.

Ответы: 1. Янцзы. 2. Затея. 3. Ездок. 4. Сентябрь. 5. Навес. 6. Егерь. 7. Пишар. 8. Амбар. 9. Архив. 10. Изъян.

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ 8 (903) 792-47-73

ПО ПОЧТЕ reklama@kardos.ru

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

КАК ОПЛАТИТЬ

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

Скидки уточняйте у менеджера

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

По горизонтали: Прибыль. Жених. Кондитер. Ракетка. Развал. Учитель. Миф. Кенар. Оскал. Рало. Штормовка. Артель. Пломбир. Вольт.

По вертикали: Рэндзю. Бригадир. Леер. Репертуар. Пикколо. Шкура. Расчистка. Сеятель. Макраме. Лагерь. Донья. Болид. Арго.

ВСЁ ОБО ВСЁМ Все объявления на правах рекламы

РАБОТА

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

Мы предлагаем:

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

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

ПРИГЛАШАЕМ:

ТОРГОВЫХ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ на личном автомобиле

График: 4 дня в неделю

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

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

КУПЛЮ

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

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

«Более 10 лет я страдала от артроза, суставы болели так сильно, словно их кто-то выкручивал. А последний год боли стали нестерпимыми. Ночью я, если и спала, то урывками, ровно столько, сколько позволяла боль. Я думала, что испробовала всё. Но недавно внучка подарила мне совершенно новое средство от боли. Если честно, сразу я в него не поверила. И как оказалось — напрасно. Применила в качестве опыта к колену, а через несколько минут чувствую — немного полегчало. И пока смотрела телевизор, даже не заметила, — а боль-то прошла. Прошло две недели, и я уже не представляю, как жила без этого средства. Кажется, впервые в жизни я по-настоящему выпалась. А вчера вечером дала соседке на пробу. Так она теперь отдавать не хочет!»

Многие мои сверстники, те, кому за 70, знать не знают, что можно вот так. Быстро и без вреда для здоровья унять боль. Хочу, чтобы и они узнали об этом эффективном способе от боли».

Такое письмо пришло в нашу редакцию. Нам стало интересно, что это за средство. И действительно ли оно так быстро помогает при болях?

СПЕЦИАЛИСТ ПО СНЯТИЮ БОЛИ

Оказывается, у нас в России есть устройство от боли. О котором ещё мало кто знает; но те, кто попробовал, в полном восторге. Что же это за средство? Это противоболевой аппарат нового поколения. Можно сказать, что он является настоящим специалистом по снятию боли. Имя его — SELFDOCS MOVER («Селфдокс Мувер»). В его основу заложен эффект физиотерапии — динамическая электронейростимуляция (ДЭНС). Раньше такие процедуры проводились лишь в дорогих клиниках. И были «по карману» только ограниченному кругу людей. Но уже сегодня, благодаря созданию «Мувера», этот передовой способ борьбы с болью доступен каждому, кто в нём нуждается!

ЖИЗНЬ БЕЗ БОЛИ С «МУВЕРОМ»

Электрические импульсы «Мувера», не повреждая кожу, проникают в самый очаг нашей боли.

БОЛЬ ИСЧЕЗНЕТ КАК ПРОШЛОГОДНИЙ СНЕГ!

КАК ЖИТЬ, ЕСЛИ КАЖДЫЙ ДЕНЬ НАЧИНАЕТСЯ С БОЛИ?



И через нервные окончания дают мозгу команду блокировать боль. И что же дальше?

Мозг подчиняется, выполняет команду «Мувера» и отключает боль!

А дело вот в чём. Электрические импульсы «Мувера» настолько близки к сигналам нервных клеток, что мозг воспринимает их как свои собственные.

Это можно сравнить с перехватом и подменой донесения из одного штаба в другой.

То есть «Мувер» заменяет одни «сообщения» на другие и как умелый переговорщик восстанавливает мир и покой во всём организме.

Наступает облегчение, пульс приходит в норму, а дыхание становится ровным. Боль постепенно отступает. И так до тех пор, пока от неё не остаётся и следа.

ОН СОЗДАН, ЧТОБЫ ПОМОЧЬ ВСЕМ

Напрашивается вопрос: а поможет ли «Мувер» именно мне?

И на него уже есть ответ! Посмотрите, что говорят специалисты: «Значительное улучшение и клиническая ремиссия достигнуты в 91,9-95,8% случаев».

Это обычные люди, такие как мы. Только подумайте, как изменится Ваша жизнь с «Мувером».

Боль больше не будет руководить Вашей жизнью! Вы будете сами планировать, как провести свободное время. Навестить внуков или просто прогулять по улице.

Без ограничений, без боли и страданий! Что может быть лучше?

ПРОСТОТА

В ПРИМЕНЕНИИ «МУВЕРА»

Чтобы избавиться от боли, не нужно делать ничего сложного. Возьмите в руки это компактное устройство, разместите его на больном месте, нажмите кнопку — и всё! Остальное «Мувер» сделает сам.

С какими болями может справиться «Мувер»? Смотрите сами:

1. Режим «Боль» применяют при острой и хронической боли, связанной с болезнями внутренних органов.
2. Программу «Сильная боль» можно использовать при острой и хронической боли, вызванной заболеваниями и травмами опорно-двигательного аппарата.

Только вздумайте, он способен устранить практически любую боль! Им можно пользоваться не только дома, но и в любом другом месте. Держите «Мувер» под рукой и можете не бояться, что боль застигнет Вас врасплох.

ПОБЕДИТЬ БОЛЬ МОЖНО БЕЗ ПОСЛЕДСТВИЙ

Многим знакомо выражение: за всё нужно платить. И все знают, что у любого лекарства есть побочные эффекты. Но когда дело касается боли, часто ли мы думаем о расплате? Убрать боль любой ценой, а дальше будь что будет. А ведь по статистике, именно побочные действия фармацевтических препаратов занимают четвертое место среди причин смертности в некоторых странах. Многие из тех, кто бесконтрольно принимал таблетки от боли, преждевременно ушли из жизни.

Стоит ли пополнять их ряды? Особенно сейчас, когда появился «Мувер»? Ведь с ним можно закрыть сразу обе проблемы: быстро снять боль, избежать последствий в будущем. К сожалению, правда в том, что смерть — это не самое страшное, что может случиться из-за злоупотребления обезболивающими препаратами.

Ужасней всего, когда органы начинают отказывать один за другим. Желудок, печень, почки... При этом человек остаётся в сознании и нет конца и края его мучениям.

Каждому из нас важно понять: если мы не начнём постепенно вводить в нашу жизнь надежные противоболевые средства. То наша жизнь так и будет наполнена болью и страданиями.

БЫСТРАЯ ПОМОЩЬ БЕЗ ПРИВЫКАНИЯ

Как долго нужно ждать, чтобы ощутить результат от «Мувера»? Обычно достаточно нескольких минут. То есть, почти сразу Вы испытаете облегчение.

А за пятнадцать минут, на которые рассчитана программа, пройдёт практически любая боль. И даже не придётся следить за временем, ведь «Мувер» по окончании процедуры отключается сам. Выбор за Вами: мучения или жизнь с «Мувером» без боли.

И в отличие от лекарств и стандартной физиотерапии «Мувер» не вызывает привыкания. Не нужно повышать дозу или, наоборот, делать перерыв в применении.

Вы можете пользоваться им без ограничений.

Как такое возможно? Секрет в том, что аппарат постоянно меняет частоты электрических импульсов. Организм просто не в состоянии запомнить их все. «Мувер» каждый раз словно подбирает нужный переключатель к Вашей боли. Если не сработает один, он задействует другой. И так до тех пор, пока от боли не останется и следа.

СВОБОДА ОТ БОЛИ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ

«Мувер» — это действительно виртуозный медицинский аппарат!

И хотя он появился недавно, его уже отметили на одном из ведущих конкурсов страны «Сто лучших товаров России».

Он признан медицинским изделием и зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере здравоохранения. Ведь он с честью прошёл все необходимые испытания. И его действенность не вызывает сомнений. Ещё у «Мувера» есть декларация качества и защитная голограмма, которую невозможно подделать.

Только представьте, как изменится наша жизнь с таким замечательным аппаратом. Он легко помещается в кармане и всегда готов прийти на помощь, чтобы убрать Вашу боль!

В этом месяце действует специальная программа; те, кто страдают от боли, могут приобрести «Мувер» по льготной цене! Количество аппаратов по акции ограничено! Стоит ли медлить? Всё, что нужно сделать, — просто позвонить по бесплатному номеру и заказать «Мувер». Подарите себе и своим близким жизнь без боли!



ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (800) 511-55-86

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
СПЕЦИАЛИСТА!

БЕСПЛАТНАЯ
ДОСТАВКА

**СПЕЦПАРТИЯ ПО СНИЖЕННОЙ ЦЕНЕ!
ВСЕГО 500 АППАРАТОВ В НАЛИЧИИ!***

WWW.PRODEX.RU

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 26.03.2025 г. по 26.04.2025 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. 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.