

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№11
(436)**

ТВ-программа с 18 по 24 марта 2024 года

ТЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

**КАНАЛОВ
ТВ**

**РАЗГАДЫВАЙТЕ
СКАНВОРДЫ
И ПОЛУЧАЙТЕ ПРИЗЫ**

стр. 11-12, 29-30

**ВЕСНА –
ПОРА ЗАНЯТЬСЯ
ЗДОРОВЬЕМ**

стр. 8

**СМЕНА РОЛЕЙ
В СЕМЬЕ:
ХОРОШО
ИЛИ ПЛОХО?**

стр. 4

**ЧТО ДАЧНИКУ
НУЖНО УСПЕТЬ
В МАРТЕ?**

стр. 33

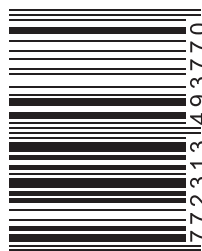
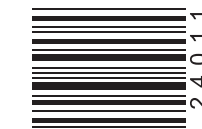
**АЛЁНА
БАБЕНКО**
**ВДОХНОВЕНИЕ БЕРУ
ИЗ ЖИЗНИ**

стр. 6

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

ISSN 2313-4933



9 772313 493770 24011

Фотограф Инна Кузнецова

ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Чудо-пленка «Надежная защита»
2 по цене 1 990 руб.

Машинка для пельменей и вареников
Самый вкус
~~1690 руб.~~ **990 руб.**

Любимые пельмени, мини-чебуреки, вареники и др. изделия из теста теперь готовить очень просто и быстро.



Миски стальные
~~1690 руб.~~ **990 руб.**

Набор из шести мисок разного объема, изготовленных из нержавеющей стали.



Стул для ванной и душевой с регулируемыми ножками
~~2990 руб.~~ **2490 руб.**

Обеспечит безопасность и комфорт особенно пожилым людям. Ножки стула не скользят по мокрому полу, рама не подвержена коррозии, благодаря специальному покрытию.



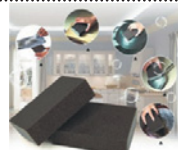
Электробритва 3 в 1
~~1700 руб.~~ **1290 руб.**

Многофункциональная водонепроницаемая бритва бритья для сухого и влажного бритья сочетает в себе сразу три прибора: роторную бритву, триммер для носа и ушей, триммер для висков и бороды.



Чудо губка 2 шт.
~~1190 руб.~~ **590 руб.**

Губка с абразивным напылением из карбида кремния для чистки, полировки, заточки, шлифования.



Складная стиральная машинка «Мини-автомат»
2490 рублей
НОВИНКА
СУПЕРЦЕНА

Работает от сети и Пауэр банка. Удобно брать в путешествия, на дачу. Можно использовать как посудомоечную машину.



Пленка солнцезащитная
~~1500 руб.~~ **690 руб.**

Защита от прямых солнечных лучей.



Отпугиватель-фонарь
~~1690 руб.~~ **1290 руб.**
НОВИНКА

Защитит вас от любых неожиданных животных и уличных хулиганов, напугает даже большую стаю собак. Действует на расстоянии 100 м. Имитирует треск и вспышки шокера, имеет встроенный фонарик.



Проточный кран-водонагреватель с дисплеем + ДУШ
~~1990 руб.~~ **2490 руб.**

Нагреет воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Экономит электроэнергию! Устанавливается за пару минут.



Складная решетка шэф баскет
~~1390 руб.~~ **790 руб.**

Дуршлаг, секция для фритюра и варки на пару.



Надевайка
~~1990 руб.~~ **790 руб.**

Не нужно наклоняться, поворачиваться и прибегать к посторонней помощи.



Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)
2 по цене 1 990 руб.

Дают визуальное увеличение предмета на 160%. Прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения различных работ, оставляя ваши руки свободными.



Перчатки садовые с когтями
~~1190 руб.~~ **590 руб.**

Прекрасно подходят для прополки и др. работ.



Многофункциональная насадка для душа 3 в 1
~~1590 руб.~~ **690 руб.**

3 режима потока воды + контейнер для геля.



Усилитель звука 990 руб.
НОВИНКА

Легкий, мощный и незаметный усилитель звука со звуковым сигналом высокого разрешения. Регулируемая громкость.



Кастриולי Богатый урожай
~~6990 руб.~~ **4990 руб.**

Набор из пяти кастриולי с крышками на 12, 10, 8, 5,5 и 4,5 л.



Термометр пчелка
~~1790 руб.~~ **590 руб.**



Лента «Супер Фикс»
2 по цене 1 990 руб.

«Супер Фикс» имеет тройную толщину и обработан сверхсильным клеем, который позволит моментально приклеиться к поверхности и образовать герметичное соединение, закрывая трещины, порезы, разрывы даже под водой. Фиксируется на пластике, металле, плитке, дереве, керамике, кирпиче, бетоне, стекле, брезенте и т.д.)



Коврики защитные для газовой плиты 4 шт.
~~1190 руб.~~ **690 руб.**

Специальные накладки из жаропрочного стекловолкна с тефлоновым покрытием в разы сокращают время.



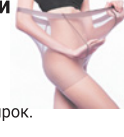
Культиватор Торнадо
~~1790 руб.~~ **1690 руб.**

Универсальный инструмент для рыхления, переполки, удаления сорняков и др. видов работ с землей. Очень эффективен, снижает нагрузку на спину и позвоночник.



Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)
~~1300 руб.~~ **990 руб.**

- Колготки прекрасно держат свою форму.
- Не теряют своих качеств и после 2 тыс. стирок.
- Высокая плотность и эластичность.
- Скрывают недостатки фигуры.
- Повышают тонус, защищают ноги от переутомления.
- Не сковывают движения и не замедляют кровоток.



Увеличитель экрана телефона
~~1390 руб.~~ **790 руб.**

Увеличение экрана до 5 раз без потери четкости изображения. Создает 3D эффект при просмотре фильмов. Незаменим для людей со слабым зрением. Для смартфонов любой модели.



Умная лампочка со встроенным аккумулятором
~~1590 руб.~~ **690 руб.**

Оснащена встроенной батареей, загорается даже когда нет электричества. Можно использовать в качестве фонарика. Время работы без электричества до пяти часов.



Отпугиватель грызунов и насекомых
2 по цене 1 990 руб.

Предназначен для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв. м. Работает от электрической розетки, в него встроен уютный ночник. Можно использовать, если в доме дети, собаки и кошки.



Термос в чехле
~~1790 руб.~~ **990 руб.**

Термос на 1л из нержавеющей стали сохраняет температуру содержимого до 12 часов.



Нож для чистки овощей с контейнером
~~1390 руб.~~ **590 руб.**



Термокерамический обогреватель
~~1990 руб.~~ **1490 руб.**

Автоматически выключается, когда достигнет заданной температуры. Встроенный таймер, дисплей и система защиты от перегрева. Подключается к розетке, потребляет мало электроэнергии, согреет помещение площадью 20 кв. м!



Отпугиватель кротов на солнечных батареях
~~1590 руб.~~ **990 руб.**

Каждые 20 секунд генерирует звуковые вибрационные волны отпугивают большинство вредителей (крот, землеройка, полевая мышь) в радиусе 20 м.



Планшет для рисования светом
~~1790 руб.~~ **990 руб.**

Создайте световые картины которые плавно затухают в течении 1,5 часа.



Кухонная утварь
~~1190 руб.~~ **590 руб.**

Экономитель воды, переходник для крана «Турбо»
~~1390 руб.~~ **590 руб.**



Автомобильные чехлы для сидений
~~3990 руб.~~ **1990 руб.**

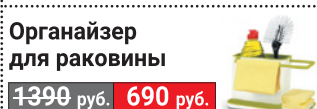
Комплект универсальных чехлов для автомобильных кресел из долговечного материала для любой модели и марки автомобиля.



Разделочная доска с дуршлаком
~~1590 руб.~~ **690 руб.**



Организер для раковины
~~1390 руб.~~ **690 руб.**

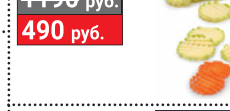


Бижутерия часы белое золото
~~2990 руб.~~ **990 руб.**

Электроточилка от батареек
~~1590 руб.~~ **690 руб.**



Нож для фигурной нарезки
~~1190 руб.~~ **490 руб.**



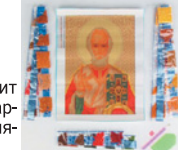
Шторка магнитная
~~1590 руб.~~ **690 руб.**

Антимоскитная сетка на магнитах.



Алмазная вышивка
~~2990 руб.~~ **990 руб.**

В набор алмазной мозаики входит все необходимое для создания картины по технике рисования камнями.



Зонт складной
~~2990 руб.~~ **990 руб.**



Подсветка для унитаза с датчиком движения
~~1290 руб.~~ **590 руб.**



Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

ИП Елкин Иван Юрьевич ОГРН 321774600271012. С информацией об организаторе акций, правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по телефону 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 13.03.2024 г. по 03.04.2024 г.
*По итогам продаж 2023 г. На правах рекламы.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 499 213-03-16

Работаем без выходных с 9:00 до 20:00.

Карина Андоленко возвращается в детектив «Спасская»

В Сочи стартовали съёмки четвёртого сезона много-серийного детектива «Спасская» для телеканала «Россия». Режиссерами новых серий стали Давид Ткебучава и Александр Черняев. В ролях мы снова увидим знакомых нам артистов: Карину Андоленко, Александра Голубева, Виталия Коваленко, Дмитрия Ульянова, Ларису Удовиченко, Романа Маякина и многих других. Также к съёмочной группе фильма присоединился Валентин Смирнитский, который сыграет бывшего главу преступной группировки.

В новых сериях детективный сюжет никого не оставит равнодушным. Жизнь следователя из Сочи Анны Спасской (напомним, ее играет Карина Андолен-



ко), что называется, на волоске: бывший глава одной из мощнейших ОПГ Николай Рябов отдаёт приказ устранить Спасскую. Но Анне удается вызволить из плена девяти-летнюю девочку Лизу, которую преступники похитили с целью выкупа. Она оказывается внучкой Рябова. В благодарность за спасение девочки криминальный авторитет отменяет свой приказ. Но у Рябова остаются счеты с бизнесменом Иваном Шалаевым (Дмитрий Ульянов). Анне Спасской и Ивану Шалаеву придется объединиться, чтобы посадить Рябова, но задача оказывается гораздо сложнее, чем им казалось... Кроме Сочи, съёмки намечены также в Москве и Костроме.

Фото телеканала «Россия»



Сериал «Цирк!» готовится к премьере

На телеканале СТС 25 марта планируется премьера комедийного сериала «Цирк!». По сюжету фильма три главных героя: Тимофей (его играет Егор Кирычок), Сева (Иван Злобин) и Валик (Илья Сигалов) попадают в цирк на исправительные работы. Вскоре они понимают, что одним уходом за животными дело не обойдется. Им придется искать сбежавшего слона, убежать от тигра и медведя, а еще – летать под куполом цирка! За перевоспитание героев всерьез взялись артисты цирка во главе с директором, которого сыграл Николай Добрынин. Актер рассказал, что в съёмочный процесс влился легко, ведь у него уже есть опыт общения с цирковыми животными. Снимаясь в сериале «Маргарита Назарова», он целый год провёл рядом с тиграми дрессировщиков братьев Запашных. Новый проект «Цирк!» тоже не обошелся без участия известной цирковой династии. Эдгард Запашный стал продюсером сериала и вместе со своим братом Аскольдом снялся в одной из серий.

Фото PR телеканала СТС

Герой Романа Курцына отправился в Сочи

Роман Курцын принял участие в съёмках нового, пятого сезона популярного, любимого миллионами зрителей сериала о непростых буднях команды спасателей МЧС – «Пять минут тишины. Море и горы».

Герой Романа – спасатель Александр Грек, вместе с отрядом передислоцируется из Ульяновска в Сочи. Здесь им предстоит познакомиться и обменяться опытом с местными спасателями и применить свои знания на практике. Море, горы, пещеры – это не только красоты, но и источник опасности, поэтому каждый день им приходится кого-то спасать. Съёмки сериала прошли в известных локациях популярного курорта: как в черте города Сочи, так и за его пределами, на территории национального парка. Премьера новых серий состоится на телеканале НТВ.

Эмир Кустурица снимет кино в России

Прославленный сербский режиссёр Эмир Кустурица никогда не скрывал, что он поклонник русской культуры. Он неоднократно приезжал в Россию в качестве простого туриста, а также как гость или как член жюри различных кинофестивалей. Теперь же режиссер планирует снять фильм в нашей стране. Это будет первая работа Эмира Кустурицы на русском языке. Кинолента называется «Преступление без наказания», в ней будут соединены сюжеты двух романов Фёдора Достоевского: «Идиот» и «Преступление и наказание». Съёмки пройдут в Санкт-Петербурге и в Сибири. Но на этом Кустурица не собирается останавливаться: в его планах также – экранизация романа Евгения Водолазкина «Лавр».



Фото Вадима Тараканова

Сергея Бурунова завалили подарками

На телеканале СТС и в социальной сети «Одноклассники» готовятся к выходу новые выпуски развлекательного шоу «ОКнутые люди», которое рассказывает о самых необычных хобби. Первый сезон проекта собрал более 130 миллионов просмотров в телеэфире и соцсети.

В новом сезоне угадывать увлечения пользователей под присмотром ведущего Сергея Бурунова предстоит Марине Федункив, Карине Кросс, Мигелю, Алле Михеевой, Анфисе Чеховой, Хабибу и другим.

В этот раз участники со всей страны покажут трюки на погрузчике, экстремальное



жонглирование, скоростное надувание грелок, стрельбу из лука ногами, дизайн кокошников, игру на световых барабанах и многое другое. Кстати, съёмки первых выпусков нового сезона проходили накануне дня рождения Сергея Бурунова.

– Вот уже второй сезон уношу с собой подарки, – признается актер. – Как-то выступал участник, занимающийся карвингом (*искусство вырезания по фруктам, овощам и ягодам, – Прим. ред.*). Он вырезал мой портрет на арбузе.

Фото пресс-службы телеканала СТС

Александр Робак получил новую роль

В Москве идёт работа над фильмом «Вечная зима». Главные роли в киноленте исполняют Александр Робак и Юлия Марченко.

По сюжету фильма супруги Владимир и Елена по-разному переживают трагедию, случившуюся с их сыном. Она пытается разобраться с прошлым и собственными чувствами. Он одержим мстостью и стремится восстановить справедливость. Чтобы сохранить отношения и найти силы жить дальше, каждому предстоит пройти свой особый путь и «растопить зиму в сердце».

Режиссером стал автор сценария Николай Ларионов.

– Мне как зрителю всегда нравился жанр семейной драмы, – признается Николай. – Поэтому, когда стал писать сценарий будущего фильма, я не сомневался в выбранной теме. Для меня это история про простых людей в непростой ситуации. Про ценность и мимолетность человеческой жизни. Про неслучайные случайности. Про проблемы коммуникации – не только между родителями и детьми, но и между взрослыми...

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА»

ВЕРНУТЬ КРАСИВЫЕ НОГТИ И МЯГКУЮ КОЖУ СТОП

ТЕПЕРЬ РЕАЛЬНО
Деформированные, утолщенные, пожелтевшие, крошащиеся ногти. Они не дают носить открытую обувь, вызывают дискомфорт. Мозоли, трещины на огрубевшей коже стоп мешают ходить. Врастающие ногти вызывают боль.



Такие изменения ногтей и кожи стоп далеко не редкость. Чаще всего с проблемами ногтей сталкиваются люди старшего возраста. Однако к таким изменениям ногтей и кожи стоп люди идут постепенно, часто не придавая значения изменению цвета и формы ногтей. Проблемы с кожей стоп решаются при помощи педикюрных кабинетов, различных пилингов для ног. Однако со временем поддерживать красоту ногтей и кожи стоп становится все трудней.

Для мастера педикюра устранить проблему ногтей не составляет труда. Современные методы, включающие местные средства, аппаратные методики позволяют справиться с подобной ситуацией. Но это требует регулярного посещения мастера педикюра, что вызывает затруднение и вынуждает людей иногда смириться и терпеть.

Сейчас терпеть уже не нужно! Российскими учеными создан оригинальный косметический пре-

парат «ФУНДИЗОЛ», основой которого послужил состав мази Аравийского. Уникальным является не только состав крема, включающий антисептики, компоненты размягчающие пораженный ноготь и огрубевшую кожу стоп, заживляющие и питательные компоненты, экстракты трав, но и методика применения. Крем помогает одновременно устранять изменение ногтей и кожи стоп (мозоли, трещины, натоптыши, которые сами по себе не дают ходить и надевать носки). При этом не требуется применять различные пилки для кожи.

Разработка состава крема проводилась сотрудниками ФГБОУ ВПО РНИМУ им. Н. И. Пирогова Минздрава России совместно с ООО «Инфарма 2000» г. Москва. Клинические исследования крема проводились в МНПЦДК, ЦТП ФХФ РАН, Клинике «Веларт». Было показано, что избавиться от измененных ногтей удавалось в срок

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

от 1 до 2 месяцев. Значительно дольше (более 5 месяцев) идет отрастание новых ногтей на ногах.

Для того, чтобы не столкнуться с проблемой в зрелом возрасте можно рекомендовать молодым людям применение «ФУНДИЗОЛА» после посещения тренажерных залов, бассейнов, пляжей, где приходится ходить босиком. «ФУНДИЗОЛ» можно использовать после маникюра и педикюра.

Л. Р. САКАНИН, Л. Ш. ТОГОБЕВА, И. В. ОПЕНИЧ, С. С. АВЕТИКЯН, А. В. ПАВЛЕНКО, И. М. КОРСУНСКАЯ. ФГБУН «Центр теоретических проблем физико-химической фармакологии РАН», г. Москва, Россия, 119991; ГБУЗ г. Москвы «Московский научно-практический центр дерматовенерологии и косметологии Департамента здравоохранения Москвы», г. Москва, Россия, 119071; Клиника «Веларт», г. Москва, Россия, 111673. КЛИНИЧЕСКАЯ ДЕРМАТОЛОГИЯ И ВЕНЕРОЛОГИЯ 4, 2017, стр. 59-61.



От 180 руб.

8 (800) 500-92-62, 8 (800) 700-88-88,
8 (800) 555-11-15, 8 (800) 555-62-65,
8 (800) 550-00-33, 8 (800) 350-27-76
(звонок бесплатный)

СКИДКА ПРИ ПОКУПКЕ
НА САЙТАХ:
ARTEKA.RU¹,
ZDRAVCITY.RU²

Спрашивайте в аптеках и интернет-аптеках, в сети «Столичные аптеки»

СЕКРЕТ УСПЕХА

Как найти новую работу, оставаясь на старой

Посетили мысли о смене работы, а уволиться «в никуда» нет возможности? Значит, самое время начать поиски новой работы, не уходя со старой. Давайте разбираться, с чего стоит начинать.



Секрет до поры

Если вы до конца не уверены, что хотите поменять работу, лучше не говорить нынешнему работодателю о возможной смене работы. Последствия могут быть непредсказуемыми. Никто не обрадуется такой новости: ни руководство, ни коллеги. Причем последние могут рассказать эту новость директору «по секрету». А это еще хуже, чем если бы он услышал об этом от вас. Чтобы руководитель не узнал о ваших поисках работы от HR-специалиста, скройте его на сайте, где разместили резюме. Кроме того, оставляйте только личные контактные данные (личный номер телефона, личную почту), а не рабочие. Открывайте сайты для поиска работы только с личного компьютера или телефона. Казалось бы, так очевидно, но некоторые попадают именно на этом.

Собеседование без спешки

Выбирайте правильное время для собеседования. Лучше взять отгул и запланировать несколько собеседований, чем придумывать бесконечные причины для отлучки. А еще лучше – выбрать время отпуска для более удобного и продуктивного поиска новой работы.

Хорошее последнее впечатление

И последний, но очень важный пункт! После того, как вы все же нашли работу своей мечты, попрощайтесь с прежним работодателем по-хорошему. Объясните, что вас не устроило в его компании, закончите начатые проекты и постарайтесь обучить нового сотрудника, который вас заменит.

Единого рецепта для построения счастливых семейных отношений не существует.

Каждый выполняет взятую на себя роль, и если это всех устраивает – лучше не придумывай! Но что делать, если под давлением обстоятельств члены семьи меняются ролями? Это может привести как к положительному, так и к отрицательному результату. Судите сами.

Жена – добытчица, муж – домохозяйин

Традиционно роли распределяются наоборот: муж ходит на работу и является основным «зарабатывателем» денег, а жена обеспечивает домашний уют. Но в наши дни все чаще встречаются ситуации, когда получается наоборот. Когда это идет на пользу семье, а когда нет?

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ПРИМЕР. Активная и целеустремленная женщина не хочет долго сидеть в декретном отпуске. Ей важно реализовать себя на работе, при этом ее заработка вполне достаточно, чтобы содержать всю семью. Ее муж, напротив, готов посвятить себя заботе о ребенке. Он с удовольствием варит каши, меняет подгузники, пылесосит по три раза на дню и гуляет с коляской. В этом случае смена ролей пойдет семье только на пользу, потому что все действуют на благо друг друга и реализуют свои лучшие стороны.

ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ ПРИМЕР. Муж по какой-то причине остался без работы, и все хлопоты по обеспечению семьи легли на плечи жены. Но и домашние заботы остались на ней же, в то время как мужчина занимает позицию беспомощного и обиженного судьбой бедолаги. Он не слишком рвется найти новую работу и довольствуется малым: играет в компьютер, смотрит телевизор, лежит на диване. В этом случае забота о благо семьи распределена неравномерно, что обязательно приведет к взрыву недовольства.

Поменяемся ролями?

– Пап, я всегда хотел спросить вас с мамой: а почему я единственный ребенок в семье?
– Потому что твои родители учатся на своих ошибках.



Дети как взрослые, а взрослые как дети

Почему человек стал самым выживаемым с точки зрения эволюции видом? Потому что мы научились приспосабливаться практически к любым условиям и заботиться о детях и стариках. Но порой дети и их родители меняются ролями.

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ПРИМЕР. Когда престарелые родители становятся немощными и беспомощными, заботу о них берут на себя взрослые дети. Фактически они заменяют своим родителям их родителей: кормят, обеспечивают досуг, заботятся о лечении. При этом важно, чтобы ни одна из сторон не злоупотребляла своим положением. Пожилым родителям не стоит перекладывать на детей обязанности, которые они в состоянии выполнять сами. И взрослым детям

лучше не забывать, что родитель – самостоятельная личность, которую не стоит лишать возможности выбора там, где он есть.

ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ ПРИМЕР. Отрицательное проявление смены ролей между детьми и родителями тоже происходит довольно часто. В психологии даже есть специальное понятие – парентификация (от англ. Parents – родители). Это происходит, когда родители возлагают на ребенка (порой совсем маленького) ответственность за

действия и решения. Например, когда мама советуется с ребенком-школьником, разводится ей с его отцом или нет. Или на старшего ребенка возлагается ответственность за младшего: накормить, погулять, проверить уроки. Или родители просто не могут четко обозначить, какое поведение в семье разрешается, а какое нет. Для детей такая ситуация настолько непосильна, что это чревато серьезными психологическими травмами и даже соматическими заболеваниями.

Вместо вывода

Спасти от перекосов в отношениях с самыми близкими людьми поможет осознанность. Нужно постараться посмотреть на ситуацию со стороны – самостоятельно или с помощью семейного психолога. Если все члены семьи заинтересованы в ее исправлении – будьте уверены, все получится!

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

Пчелиный секрет

Вы когда-нибудь задумывались, как пчелы переносят пыльцу? Согласно многолетним исследованиям, на задних лапках этих насекомых есть специальные «корзины», которые функционируют как маленькие карманы. А удерживать в них пыльцу пчелам помогают волоски и щетинки. Кстати, у пчелиной матки и трутней таких корзинок нет.



Самая редкая газета

Представьте ситуацию: вы отгадываете кроссворд и ждете следующего номера любимой газеты, чтобы проверить свои ответы. Но ожидать придется целых четыре года! Поклонникам французской газеты «Свеча сапера» (La Bougie du Sapeur) даже не нужно представлять. В 1980 году группа друзей создала газету с пародийными новостями и забавными историями. Но выпускают ее исключительно 29 февраля. Остальное время редакторы копят материал для новых выпусков.



Кофе в прямом эфире

Самую первую веб-камеру (которая ведет трансляцию в интернете) придумали и установили сотрудники Кембриджского университета. И сподвигла их к этому, как это часто бывает, лень. Через устройство они наблюдали, сварила ли кофемашина, находящаяся в соседнем помещении, бодрящий напиток. Зато теперь благодаря их лени мы имеем возможность взглянуть в любой уголок мира, где установлены такие камеры.



Для вратаря главное – терпение

В 1937 году в Англии должен был состояться матч между командами «Челси» и «Чарльтон Атлетик». Голкипер последней занял место в своих воротах и начал ждать начала матча. Но погода изменилась, опустился туман, и судьи решили отменить игру. Однако вратаря никто об этом не предупредил, и тот 15 минут защищал ворота от невидимого мяча. Вот это терпение!

Светлана СИДОРЧУК

ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА: РАЗРАБОТКА ИЗ СССР, КОТОРАЯ ПОСТАВИТ ВАС НА НОГИ



И случилось просто невероятное! На медицинской выставке миру был представлен великолепный аппарат высокочастотной терапии «Надежда» для оздоровления всего организма! Он является гордостью нашей страны. Можно сказать, прорывом в мире физиотерапии. Даже профессора и доктора наук были поражены.

Ведь это не просто аппарат, а целый физиотерапевтический комплекс для домашнего использования! Лечит более 60 заболеваний!

Остеохондроз, артрозы, ишиас, гипертонию, астму! И это только некоторые из них. Представляете? Теперь Вы сможете избавиться от мучивших Вас годами болезней. Или хотя бы добиться стойкой ремиссии. Это технология на миллиард! Сегодня она готова помочь Вам вернуть своё здоровье! Именно Вы, рождённые в СССР, сможете одними из первых оздоровиться с помощью «Надежды».

МЕДИЦИНА НОВОГО УРОВНЯ ДОСТУПНА КАЖДОМУ

Чем же так удивительна «Надежда», что её называют инновацией в мире медицины? Всё дело в уникальных импульсах. Благодаря широкой частотной модуляции, они без труда проникают на разную глубину в ткани и достигают очага Вашей боли. И это происходит независимо от того, чем Вы больны, ведь «Надежда» настолько уникальна, что запускает процесс восстановления всего организма. Только представьте, теперь Вы можете максимально оздоровиться уникальной высокочастотной электротерапией прямо у себя дома. И сделать это, когда Вам удобно. А главное, без посторонней помощи. Такое лечение эффективно и полностью безопасно. Ведь методики для него разработаны профессорами и доцентами медицинских наук старшей в России кафедры физиотерапии. И рассчитаны на то, чтобы помочь каждому человеку, ведь «Надежда» лечит практически все болезни.

РЕАЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ ВАШИХ ПРОБЛЕМ

Вы только посмотрите, какой огромный перечень показаний к применению у «Надежды»:

- **остеохондроз позвоночника с корешковым синдромом;**
- **остеоартроз;**
- **деформирующие дорсопатии;**
- **другие дорсопатии;**
- **спондилопатии;**
- **поражения межпозвоночных дисков;**
- **радикулопатия;**
- **полиартроз;**
- **коксартроз;**
- **гонартроз;**
- **артроз первого запястно-пястного сустава;**
- **другие артрозы.**

Не нашли своё заболевание? Не страшно, ведь этим возможности «Надежды» не ограничиваются. Согласно методическим рекомендациям ведущих физиотерапевтов страны, ей можно успешно лечить такие заболевания как:

- **гипертоническая болезнь 1-2 стадии;**
- **ишемическая болезнь сердца, постинфарктный кардиосклероз;**
- **бронхиальная астма;**
- **сосудистая деменция;**
- **ишиас, ишиалгия;**
- **облитерирующие заболевания сосудов нижних конечностей;**
- **переломы костей;**
- **вазомоторный ринит;**
- **хронический гастрит в стадии ремиссии.**

Согласитесь, внушительный список показаний. Если это не панацея от всех болезней, то, по крайней мере, серьёзная заявка на этот титул. И поэтому неудивительно, что «Надежда» не осталась незамеченной!

Аппарат внесли в 100 лучших товаров России. Более того, его отметили на ведущем конкурсе страны и наградили платиновым «знаком качества XXI века». Это высшая награда конкурсов «Всероссийская Марка (III тысячелетие)».

Советская медицина по праву считалась лучшей в мире. Однако после распада СССР её буквально похоронили заживо. Уникальные разработки просто забросили. А физиотерапия в 2000-х совсем пришла в упадок. Старое оборудование списали, а новое не закупили. Это было тяжёлое время. И по сей день мы нередко слышим, что Россия тогда многое потеряла.

Неужели мы всё так и оставим?! Особенно в свете последних мировых событий, когда всем стало ясно, что Запад нам — не помощник. И нужно надеяться только на себя. К счастью, нашлись люди, которые не только вспоминают прежнее величие СССР, но и, опираясь на прошлое, строят наше будущее. Они смогли не просто возродить медицину, но и вернули её на законное первое место в мире!

И стало это возможно благодаря старейшей кафедре физиотерапии при университете им. И.И. Мечникова. Совсем недавно ей исполнилось 130 лет. Представляете, какой колоссальный опыт накоплен за это время? Она смогла не просто пережить распад Союза, но и сохранила тайны прошлого. Неудивительно, что в поисках идеи наши учёные обратились именно к архивам кафедры, и не зря.

Они нашли всеми забытые исследования СССР о возможностях электрического тока. Взяли метод амплипульс-терапии, или «русской стимуляции», разработанный в 60-х. И с помощью новых технологий не просто улучшили, а создали нечто уникальное, особые целебные импульсы. И даже смогли адаптировать их для домашнего применения.

В эффективности «Надежды» не остаётся сомнений. А всё потому, что это не просто физиотерапевтический аппарат, а настоящее медицинское чудо. Прорыв в медицине! Можно сказать, дверь в будущее! И это не просто слова, ведь «Надежда» тестировалась в лучших клиниках страны. И показала просто ошеломляющие результаты. Например, в городской больнице № 23 г. Санкт-Петербурга в ходе клинических испытаний улучшения наблюдались у всех пациентов. Представляете?

Не было ни одного человека, которому не помогла бы «Надежда», это вселяет уверенность, что этот удивительный медицинский аппарат поможет и Вам.

«Надежда» просто обязана быть в Вашем доме всегда под рукой. Ведь болезни есть практически у каждого человека. Даже если кто-то не знает об этом, то он просто не дообследован. А те, кто уже попробовал «Надежду», убедились в её эффективности и смогли вернуть себе здоровье!

Ведь обычно как бывает, подлечили одно, а через месяц другое заболело. Здесь такого нет! Импульсы аппарата настолько умные, что, действуя даже в одном месте, запускают оздоровительный процесс во всём организме. Наконец-то у Вас появился реальный шанс навсегда забыть о многих болезнях!

ИСЦЕЛЯЮЩИЕ ИМПУЛЬСЫ ДАЮТ НАДЕЖДУ

Чтобы понять, как всё-таки лечит «Надежда», давайте вообразим такую картину. Боль, как выстрел, пронзила Ваше колено или спину (каждый вспомнит своё). Что же делать? Протяните руку и возьмите «Надежду». Расположите лечебный электрод на место Вашей боли, включите аппарат, а дальше он сделает всё за Вас. Уже с первых минут вы почувствуете облегчение. Как бушины рассыпаются по полу, так и оздоровление начнёт распространяться по Вашему

телу. Вы будете ощущать, словно Вам проводят глубокий внутриклеточный массаж. Начнёт проходить воспаление. А главное — изнуряющая боль наконец-то стихнет! Ведь аппарат действует безопасно и в то же время глубоко. Сказать честно, ни одному массажисту такое не под силу. Да и лечение будет полностью адаптировано под Вас. Есть силы сейчас — полечились! Никаких очередей и строгих расписаний в физкабинет. С «Надеждой» наконец-то Вы вздохнёте спокойно. Ведь боль, мешающая жить, пройдёт, и Вы начнёте полноценно отдыхать и восстанавливаться. Вскоре каждое движение будет даваться Вам с небывалой лёгкостью. А каждый Ваш шаг наполнится уверенностью! И вот Вы уже на своей любимой даче, рыбалке или просто гуляете на свежем воздухе. И у Вас ничего не болит! А энергия просто бьёт ключом.

К тому же под действием исцеляющих импульсов «Надежды» Ваш организм начнёт вырабатывать эндорфины (гормоны счастья).

А это даёт не только обезболивающий эффект, но и улучшает Ваше настроение и общее самочувствие!

Все дела, намеченные с вечера, теперь не кажутся Вам чем-то нереальным, ведь Ваш организм наполнен силой и энергией! Вот она — медицина будущего!

«НАДЕЖДА» — ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ФИЗИОТЕРАПЕВТ ПРЯМО У ВАС ДОМА

Как избавиться от большинства болезней? Сегодня Вы знаете ответ на этот вопрос. Вам поможет аппарат «Надежда»! Болезнь, травма или сильное перенапряжение после тяжёлого дня — всё это под силу «Надежде». Уже сегодня Вы можете наслаждаться жизнью, а не просто доживать свой век. «Надежда» — это Ваш шанс вернуть былое здоровье и энергию. Больше Вам не нужно беспокоиться о высокой стоимости лечения, потому что «Надежда» делает его бесплатным для Вас!

Это очень ценно, особенно для пенсионеров и жителей регионов. Ведь на пенсию и прокормиться-то сложно. Что уж говорить о качественном лечении?

Только представьте, Вы можете обрести надёжную и эффективную помощь не выходя из дома.

С «Надеждой» Вы будете чувствовать себя спокойно. Ведь на расстоянии вытянутой руки есть домашний доктор, который окажет помощь, когда Вам это нужно. «Надежда» помогла многим справиться с болезнью и вернуться к полноценной жизни. Не откладывайте заботу о своём здоровье на потом. Не доводите свой недуг до операции или инвалидности. Сделайте выбор в свою пользу и, как можно скорее, начните лечение «Надеждой»!

Позвольте себе наслаждаться каждым моментом жизни без боли и ограничений. Звоните по бесплатному номеру и получайте «Надежду» в своё полное распоряжение.

Сделайте подарок себе и своим близким прямо сейчас. Это Ваш билет к здоровой жизни! Берите и пользуйтесь.

ПРЕИМУЩЕСТВА, КОТОРЫЕ ДАРИТ ВАМ «НАДЕЖДА»

«Надежда» подарит не только ощущение молодости, но и реально обновит весь Ваш организм.

Под действием импульсов аппарата у Вас образуется новая капиллярная сеть, и нарушенное кровообращение начнёт восстанавливаться. Вы почувствуете, как каждая Ваша клеточка наполняется кислородом.

Отток лимфы улучшается, а значит, уходят отёки и выводятся токсины. При регулярном использовании Вы ощутите, как тело ожи-

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

8 (800) 333-56-71
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!



БЕСПЛАТНАЯ
ДОСТАВКА

WWW.PRODEX.RU¹

WWW.APTEKA.RU²

МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!^{*}

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 3067302059000051. Оплата при получении. *Акция действует с 13.03.2024г по 13.04.2024г. 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 по тел. 8-800-333-56-71. ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. ²АО НПК «КАТРЕН» ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская Область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

18 марта на телеканале ТНТ в эфир выходит новый комедийный сериал «Наследство» с Александром Робак, Нонной Гришаевой, Глебом Калюжным и Алёной Бабенко в главных ролях.

Сюжет остроумной комедии весьма любопытен: 25 лет назад Виктор (Александр Робак), миллионер и авантюрист, бросил в Москве свою семью – жену Татьяну (Нонну Гришаеву) и детей – и сбежал в Италию, скрываясь от уголовного преследования. Но спустя годы он захотел наладить отношения с семьей, и в один из знаменательных дней у подъезда дома, где живет бывшая супруга, останавливается шикарный автомобиль, а в нем – Виктор со своим водителем. Такова завязка сюжета. О том, почему эта картина должна понравиться зрителям, рассказала исполнительница одной из главных ролей Алёна Бабенко...

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Жду вас всегда в театре «Современник»!

«Такой барышни ещё не играла»

– Алёна, вы достаточно разборчивы в сценариях, за любую работу браться не будете. Что так заинтересовало в сюжете и конкретно в вашей героине, что согласились сниматься?

– Меня привлекла режиссер и автор сценария Анна Мирохина, которая что-то такое во мне увидела, что предложила сыграть неожиданную для меня роль. Помню, даже спросила ее: «Ты точно уверена, что я справлюсь?» Она твердо ответила: «Да». И я осмелилась участвовать в этом проекте в общем-то благодаря ей. Аня предложила мне довольно характерную роль. Такой барышни, в хорошем смысле безбашенной, играть в кино мне не приходилось. Тем не менее, пошла на этот риск и дальше, взаимодействуя уже на площадке, не раз спрашивала Аню: не перегнула ли я палку, создавая этот образ? На что она отвечала: «Нет-нет, можно еще больше!» И я себе сказала – хорошо, буду делать, что чувствую, что

Алёна БАБЕНКО:

Вдохновение беру из жизни



мне разрешено, а дальше все на ответственности режиссера (смеется).

Лидка-ураган

– Вы сказали, что роль характерная. А кого играете?

– Соседку двух главных героев, которая внезапно внедряется в их семью, и они начинают дружить. Правда, отношения складываются таким образом, что вся эта компания все время попадает в какие-то приключения. Здесь есть и

другая история, которая у моей героини завязывается с другим мужчиной (не буду раскрывать карты – каким именно), хотя у нее есть состоятельный муж, водитель и охрана...

Я прозвала свою героиню Лидка-ураган. Это тот случай, когда артисту, чтобы сыграть, нужно выйти из зоны комфорта, а это всегда опыт. На площадке я себе сказала: «Можно все!», поэтому жгла и говорила все, что думаю.

– Создатели фильма определили его жанр как «комедия с криминальным уклоном»...

– Совершенно верно. А раз мы снимаем комедию, должно быть весело, и было действительно весело даже на площадке, хотя приходилось преодолевать некоторые препятствия. Так что все с нетерпением ждем выхода фильма, где обещано все, кроме скуки. Если картина полюбит зрители, возможно, будет продолжение.

«Драму люблю больше»

– Я видела вас в самых разных ролях, и могу сказать, что никакой типаж к вам не приклеился, вы везде разная, можете играть всё – от драмы до комедии. Тем не менее, кажетесь, что вы предпочитаете драме комедию...

– Нет, все зависит от истории. Если перевеши-

Детали

Дорожные истории

– Знаю, что вы ещё любите путешествовать...

– Люблю, но путешествую мало. Если бы не моя профессия, я бы придумала историю, связанную с дорогой. Подглядывать за людьми, наблюдать за чужими судьбами мне очень интересно. Я до этого жадная.

– Вы и до работы жадная...

– Оказалось, да. Думала, что более ленива. И влюбляюсь в свой театр все больше и больше. Это чувство нам всем передала Галина Борисовна Волчек, которая изменила мою жизнь мгновенно и навсегда. Я нашла свое место, мне повезло.

вает история комедийная, выберу ее, но драму, кстати, люблю больше.

– В каких ещё новых проектах можем увидеть вас в ближайшее время?

– С нетерпением жду выхода сериала «Любовь Советского Союза». Снимаюсь в популярном ситкоме «Молодежка», спортивная тема мне близка, поэтому согласилась участвовать в этой истории, к тому же команда собралась замечательная. Есть еще проекты, о которых не могу говорить, поскольку съемки еще не начались. Что касается театра, 31 марта ожидается премьера спектакля под названием «Эта моя жизнь» в «Современнике»...

Понять и простить

– С прошлого года вместе с Александром Лазаревым вы ведёте телепередачу «Жди меня»...

– И очень счастлива этим приглашением. Когда-то эту передачу 14 лет вел Игорь Кваша, с которым мы работали в «Современнике». Для меня это некая приемственность...



Роль Лиды позволяет раздвинуть рамки актёрского мастерства.

– Тяжело психологически каждый раз погружаться в человеческие истории? Они все непростые...

– Тяжело, но полезно. Это замечательная возможность сохранить в себе неравнодушного человека. Меня здесь удивляют, особенно когда люди по 30-40 лет, всю жизнь ищут человека, чтобы его отблагодарить за какой-то поступок... Ну, и моменты встреч, конечно, незабываемые. Ты переживаешь в такие минуты некий сердечный катарсис, разделяешь радость от того, что люди находят друг друга, особенно, когда прощают друг друга.

– Эмоционально вовлекаетесь в эти истории?

– А как иначе? Привыкнуть к этому трудно, поэтому нужно научиться как-то распределяться, потому что первые передачи давались мне тяжело, я практически рыдала вместе со своими героями. Приводил меня в чувство режиссер, говорил, что это зрители должны переживать и плакать, но не мы. Мы должны делать свою работу.

Наталья АНОХИНА

ПОДРОБНОСТИ

Коньки всегда с собой

– Удивительно, что при вашей занятости вы успеваете брать балетные уроки у Илзе Лиена, писать, заниматься спортом. Это потребность или уроки самодисциплины?

– Когда все время в работе, ты думаешь: откуда брать вдохновение? Конечно, из жизни. Нужно немножко отвлекаться и уходить в другую сферу, что я и делаю.

– Вы участвовали в двух телепроектах «Ледниковый период», танцевали в паре с Романом Косто-

маровым и Алексеем Тихоновым. Если Илья Авербух, продюсер проекта, позвонит в третий раз?..

– Наверное, чуть покобеньюсь, попереживаю, что прошло много времени, что мне много лет, и в результате... соглашусь (смеется).

– Поддерживаете отношения со спортсменами-фигуристами?

– Когда Илья с командой работает в Сочи, куда я часто летаю, прихожу к ним на лед покататься, тренироваться. Коньки у меня всегда с собой.

В Москве идёт работа над сказочным блокбастером «Финист. Первый богатырь» – совместным проектом студии Yellow, Black and White, онлайн-кинотеатра START и телеканала «Россия», при поддержке Фонда кино.

Создатели картины решили расширить сказочную кино- вселенную и рассказать предысторию полюбившихся зрителю персонажей фильмов «Последний богатырь», «Последний богатырь: Корень зла» и «Последний богатырь: Посланник Тьмы».

Сказка о Финисте

Роли в сказочной истории исполняют Кирилл Зайцев, Юлия Пересильд, Елена Яковлева, Фёдор Добронравов, Сергей Лавыгин, Фёдор Гамалея, Софья Зайка, Артём Гайдуков и другие артисты. Снимает фильм Дмитрий Дьяченко, который многим зрителям знаком по своим работам над «Последними богатырями», «Кухней» и, конечно же, «Чебурашкой».

На этот раз в центре сюжета – самый удалой и неотразимый богатырь Белогорья Финист Ясный Сокол. Все остальные богатыри на него равняются, дети хотят быть на него похожими, а девушки просто заглядываются. Финист отправится в восточные земли, где поймет простую истину: один в поле не воин!

– Трилогия «Последний богатырь» закончилась, но наше желание развивать эту вселенную сохранилось, – поясняет сценарист и генеральный продюсер проекта Виталий Шляппо. – Для этого мы выбрали Финиста Ясного Сокола, решив, что за собственными приключениями самого сильного, самого смелого и самого яркого богатыря Белогорья будет интересно наблюдать всем поклонникам наших героев.

Старые знакомые

Некоторые персонажи в этом фильме зрителям уже знакомы по трем частям «Последнего богатыря».

– С одной стороны – это совсем новая история, – рассказывает режиссер-постановщик проекта Дмитрий Дьяченко. – Но главный герой настолько другой, что мне – несмотря на то, что я снял три части «Последнего бога-

Кирилл Зайцев отправился в сказку



Юлия Пересильд сыграла молодую Бабу Ягу.



Появится в фильме и Фёдор Добронравов.



Сергей Лавыгин в образе помощника главного героя – Мелехи.

тыря», – очень интересно приступить к этой работе. В «Финисте» по-прежнему присутствует искромётный юмор, но представлена уже более глубокая история главного героя. Это меня подкупает, и я надеюсь, что мое чувство воодушевления удастся передать зрителям.

Кроли богатыря Финиста вернулся Кирилл Зайцев.

– Я, конечно, не ожидал, что про моего персонажа Финиста будут снимать отдельный фильм, – признается Кирилл. – Но, когда я прочитал сценарий, он мне сразу понравился. Для меня наша история по-актерски интересна предлагаемыми обстоятельствами, в которые попадает мой герой. Помимо этого, постоянно идет развитие: и с героем происходят изменения, идет смена интересных локаций, появляются новые яркие персонажи... Работая в такой сильной творческой команде, я получаю большое удовольствие!

Компания – что надо!

Зритель познакомится со множеством новых персонажей. Вместе с Финистом в восточные земли отправятся его помощник Мелеха (его играет Сергей Лавыгин) и помолодевшая Баба Яга (в этом образе мы увидим Юлию Пересильд).

– Мне кажется, для любого артиста сыграть в сказке – это, конечно, мечта, – говорит Юлия Пересильд. – Я в этой сказке играю молодую Бабу

Ягу, которая очень переживает из-за того, что ей придется постареть... Моя героиня – забавная, очень милая, и при этом еще и хулиганка...

Во время своего непростого путешествия Финист и его друзья встретят загадочного изобретателя Анарифа в исполнении Фёдора Добронравова.

– Я много лет мечтал сняться именно в такой сказке, поэтому, когда мне прислали сценарий, я не раздумывал, у меня было только одно желание: чтобы меня утвердили, – признается Добронравов. – Мой герой Анариф – изобретатель, он как бы обычный человек, но просто невероятно умный и очень любящий науку...

Съёмки в Казахстане

Съемки проходили в Москве, Подмоскowie и Казахстане. Один из блоков был снят в декорациях крепости Номад, которая была построена в 2004 году для фильма «Кочевник». Художники фильма «Финист. Первый богатырь» отремонтировали стены крепости и построили вокруг них невероятно красивый, но реалистичный город Центральной Азии, будто сошедший с картин Василия Верещагина.

Также среди съемочных локаций Казахстана были Поющий бархан, Чарынский каньон, город Конаев, а также окрестности Алматы (леса и горы), национальные парки, степи и пустыни.

– Это была одна из самых



Одну из ролей в фильме сыграл Фёдор Гамалея.



Главную роль в фильме исполняет Кирилл Зайцев.

эмоционально ярких поездок за всю мою творческую деятельность, – вспоминает Дмитрий Дьяченко. – За одну долгую поездку – она продолжалась больше месяца – мы побывали в шести абсолютно разных по природе местах. Финалом наших

съемок в Казахстане была погоня, где были взрывы, полеты, драки, невероятная сцена с арбузаченко. – За одну долгую поездку – она продолжалась больше месяца – мы побывали в шести абсолютно разных по природе местах. Финалом наших

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

Детали Сказочный реализм

В массовых сценах фильма участвовали около 300 актеров массовых сцен, которые были тщательно отобраны на этапе кастинга. Даже верблюда для одного из героев отбирали долго и тщательно: необходимо было учесть не только внешние данные, но и особенности линьки верблюдов из-за разницы климатов на локациях. – Я очень люблю создавать сказочный реализм, – говорит режиссер. – Это такой жанр, где волшебство случается с реальными людьми. Несмотря на то что наши герои попадают в абсолютно новую для себя сказочную страну, она оказывается реалистичной: там живут обычные люди, ходят верблюды, павлины и петухи. Эта реалистичность и отличает наш фильм от многих других, созданных в павильонах, с большим

количеством компьютерной графики. Поэтому у наших героев – засаленные волосы, мокрая и иногда грязная одежда, а окружает их пыльный и реалистичный мир. Фильм будет живым и настоящим. Спасибо Казахстану – я всегда буду рад приехать туда еще раз! Отметим, что этот фильм на экранах кинотеатров зрители смогут увидеть только 1 января будущего года. – Люблю к сказкам, как известно, все возрасты покорны! – говорит генеральный продюсер картины Антон Златопольский. – Наши чудо-богатыри завоевали колоссальный успех не только в кинопрокате, но и стали бессменными хитами новогоднего телеэфира. Они открыли новый тренд российского современного кино – и доказали, что для нашего зрителя нет жанра благодарнее, чем истинно родные киносказки: ироничные, зрелищные, с тонким смыслом, веселые и многогранные.

ВЕСНА!

Берём здоровье под контроль

Наши старые знакомые: бизнесвумен Галина Сергеевна, домохозяйка Верочка, учительница Анна Адамовна и девушка на выданье Машенька снова собрались за чашкой чая. Темой их беседы стали слагаемые женского здоровья, в частности, необходимость постоянно его контролировать.



Машенька,
девушка на выданье

Верочка,
домохозяйка

Анна
Адамовна,
учительница

Галина
Сергеевна,
бизнесвумен

1

– Девочки, мы с вами, конечно, знаем, что здоровье женщины требует постоянного контроля, особенно после 40 лет. Как минимум раз в год нам необходимо проходить медицинское обследование, чтобы не пропустить опасные заболевания, которые на начальном этапе проходят бессимптомно. Давайте поговорим о том, какие анализы нужно сдавать регулярно.



2

– Да, это очень важная тема, но я хотела бы уточнить, что и до 40 лет нашему здоровью необходимо повышенное внимание. Врачи-репродуктологи считают, что регулярные медицинские обследования нужно проходить с 18 лет. Ведь это время, когда женщина готовится стать и становится матерью, и конечно, для этого надо всегда внимательно относиться к здоровью.



– Ты права: чем раньше начинать заботиться о своем здоровье, тем лучше. Но контроль за здоровьем не поздно начать в любом возрасте, первым делом проведя диагностику. А именно – сдать анализы, и в первую очередь анализ крови. Мне врач рекомендовал делать общий анализ и биохимию. Именно по составу крови врачи очень быстро определяют наличие или отсутствие патологии. Ведь любой патологический процесс в организме, даже простуда, любая инфекция отражается в составе крови как в зеркале. Поэтому кровь – это анализ номер один.



3

– А общий анализ номер два – это, извиняюсь, моча. Да-да, я не оговорила. Этот анализ способен рассказать о многом. Мне помог выявить неполадки в почках, а моей соседке – определенные нарушения в ее эндокринной системе. И еще о многом другом, и хорошем и плохом, что творится в нашем организме, способен рассказать этот очень важный и серьезный анализ. Насколько я знаю, направление на него можно получить не только от терапевта, но и от уролога, нефролога, эндокринолога и гастроэнтеролога.



ВАЖНО!

Напоминаем, что одним из средств раннего выявления заболевания является диспансеризация. Профилактический осмотр для граждан старше 40 лет проводится ежегодно.

4

– А мне после болезни врач посоветовал сдавать анализы не когда что-то заболит, и даже не раз в год, а раз в полгода. И конечно, нам, женщинам, чтобы здоровье было под контролем, необходимо раз в год (даже если ничего не беспокоит) посещать гинеколога. И далее следовать его рекомендациям.



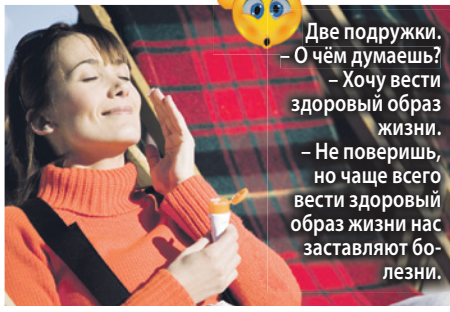
А вы знали?

- Женское сердце бьется быстрее мужского. Это благодаря влиянию половых гормонов. У мужчин частота сердечных сокращений в минуту составляет 70-72 удара, а у женщин – 78-82.
- Женская кожа в 10 раз чувствительнее, чем у мужчин, у женщин больше болевых рецепторов, а на языке больше вкусовых рецепторов.
- Женщины лучше различают цвета, в женском глазу больше колбочек, соответственно больше цветочувствительность. Зато у мужчин больше палочек, и они лучше видят в темноте.

Вместе с тем, это средние цифры. Всегда следует помнить, что каждый организм, и женский и мужской – индивидуален и имеет свои особенности.

5

– А еще, девочки, тоже не реже чем раз в год, необходимо сдавать анализ на общий уровень витамина D. Зима закончилась, как раз самое время сделать этот анализ. Он выявляет недостаток или переизбыток витамина D (для здоровья плохо и то и другое), а также показывает уровень производных фолиевой кислоты (витамина B9) – фолатов – в крови. Дефицит фолатов критически опасен, в том числе для людей пожилого возраста. Кроме того, по этому анализу можно судить о нарушениях кальциевого обмена, что тоже очень важно для здоровья в целом.



Две подружки.
– О чём думаешь?
– Хочу вести здоровый образ жизни.
– Не поверишь, но чаще всего вести здоровый образ жизни нас заставляют болезни.

6

– Еще после 40 лет рекомендуется сдавать анализ на глюкозу сыворотки. Этот анализ показывает, правильно ли происходит углеводный обмен, и самое главное – диагностирует и контролирует сахарный диабет и другие заболевания, связанные с нарушением углеводного обмена. Также не мешают печеночные и почечные пробы, и особенно липидограмма, определяющая уровень различных жиров в крови. Нарушение жирового обмена чревато риском сердечно-сосудистых заболеваний, поэтому этот анализ очень важен и, конечно, нужен, особенно в зрелом возрасте.



– Ну вот, девочки, зима закончилась. И давайте вместе решим – не будем дожидаться, когда что-то заболит, и не будем заниматься самолечением. Запишемся к врачу на прием и возьмем направления на анализы. Словом, чтобы не прозевать болезнь, берем здоровье под контроль!



Стройность – это отсутствие жировых отложений? **Вовсе нет!**

Ч тобы быть стройной и подтянутой, гораздо важнее мышцы. И их должно быть достаточно. Иначе тело даже с минимальным количеством жира будет выглядеть скорее не стройным, а худым. Но мы же за эстетику! Начинаем!

Как быть не худой, а стройной?

Не смотрите на других

Увеличение мышечной массы у всех людей происходит по-разному. На это влияет телосложение, гормональный фон, особенности обмена веществ, уровень выносливости и т.д. Поэтому никогда не смотрите на результаты других. Сравнивайте себя только с собой.

Мнение специалиста Легко не будет



Советы, которые помогут нашим читателям правильно организовать занятия, даст тренер Елена Рощупкина.

– Елена, какие ощущения должны быть в мышцах после удачно подобранной тренировки? К чему стремиться?

– Ваши тренировки не должны быть легкими, если вы хотите увидеть какие-либо значительные результаты. Вес в каждом упражнении должен быть подобран таким образом, чтобы к концу подхода чувствовалось хорошее жжение в мышцах. Когда вам кажется, что вы больше не можете, надо сделать еще 5-7 повторений, и это будут самые мощные повторения для развития силы и гипертрофии мышц. После тренировки на первый или второй день возникнет крепатура, возможно, ломота в теле. Эти ощущения говорят о том, что вы хорошо поработали и запустили мышечный рост. При этом не должно быть сильной боли.

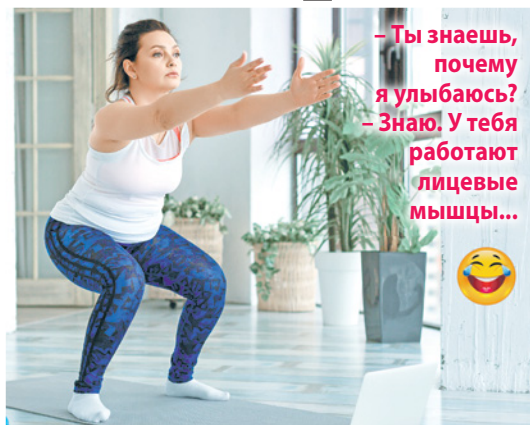
– Через какое время после начала тренировок можно увидеть первые изменения мышечной массы?

– Новички могут увидеть первые результаты уже через пару месяцев. Они очень быстро прогрессируют. Их тело хорошо откликается на нагрузку и начинает наращивать мускулатуру.

Фото из личного архива Елены Рощупкиной и www.shutterstock.com

На тренировку становись!

Если не хватает времени на спортзал, прокачать мышцы можно и на домашних тренировках. Если вы никогда раньше не занимались, желательнее получить консультацию тренера, чтобы отработать технику выполнения упражнений. Имейте в виду, что через 2-3 месяца регулярных тренировок для большего результата нужно добавить новые упражнения, возможно, увеличить вес. Наше тело привыкает к однообразным нагрузкам, а значит, упражнения вам будет выполнять легче, но эффекта от них станет меньше. И обязательно давайте себе дни отдыха между тренировками. Ежедневные тренировки не приблизят к цели, зато увеличат риск усталости и срыва.



– Ты знаешь, почему я улыбаюсь?
– Знаю. У тебя работают лицевые мышцы...



Да будет сон

Обязательно соблюдайте режим сна и бодрствования. Ложитесь спать не позднее 23 часов, а длительность сна должна составлять 6-8 часов. Сон крайне важен для синтеза мышечного белка и роста мышц. А вот экономия на сне приведет к потере мышечной массы.



Белок в каждый приём пищи

Для наращивания и поддержания мышц важен белок. Норма потребления белка в день – примерно 1,5-2 г на 1 кг веса. Например, если вы весите 80 кг, то должны съесть примерно 120-160 г белка (белка, а не белковых продуктов!). И это не так уж и мало. Так, в 100 г куриной грудки 23 г белка. Следовательно, чтобы набрать необходимое количество белка, нужно съесть 500-600 г куриной грудки (расчет идет в сыром продукте, вареная грудка уменьшается примерно на 30%), и это помимо полезных жиров и

углеводов, положенных на день. Лучше и полезнее распределить его на 3-5 приемов пищи в течение дня. И, конечно же, добавить белкового разнообразия вместо одной грудки. А это:

- Красное мясо: говядина, свинина и др.
- Птица: курица, индейка и др.
- Рыба: хек, минтай, скумбрия, лосось и др.
- Яйца (можно съесть больше белка, а желтки оставлять для приготовления других блюд или масок для лица, волос и т.д.).
- Молочные продукты: сыр, творог, йогурт и др.

Татьяна МИХАЛЁВА

СОРТ № RU.77.99.19.003.E.000022.01.15 от 12.01.2015 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 8 (495) 220-76-76

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

НЕ ВРЕДИТЕ СВАЛЕКАРСТВОМ



ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ С БОГАТЫМИ ИЛЛЮСТРАЦИЯМИ И ПОШАГОВЫМ ОПИСАНИЕМ

- ✓ В каждом выпуске **100 вкусных рецептов** проверенных и популярных блюд
- ✓ Все блюда можно приготовить из **доступных продуктов**, купленных в обычном магазине
- ✓ Каждый рецепт имеет **информацию** о калорийности, количестве персон и времени приготовления блюда
- ✓ Каждый выпуск содержит **секреты и советы** по приготовлению

ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 7 МАРТА!
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТЕ:



WILDBERRIES
wildberries.ru¹

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

¹ ООО «Вайлдбери». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

Анфиса Черных стала популярна после фильма «Географ глобус пропил», где она вместе с Константином Хабенским сыграла одну из главных ролей.

Анфиса ЧЕРНЫХ:

Любой наш регион прекрасен

Правда, ее карьера началась еще раньше, с фильма «Крыша». Его снимал Борис Грачевский. Анфиса сейчас много снимается в различных телевизионных и кинопроектах. А совсем недавно вышел фильм «Между нами лето», в котором она сыграла главную роль. Мы поговорили с актрисой о его съемках и о работе в кино в целом.

«Между нами лето»

– Анфиса, на экраны кинотеатров вышел фильм «Между нами лето», где вы сыграли одну из главных ролей. Мне показалось, что некоторые эпизоды снимали в Новом Афоне.

– Да, фильм действительно снимали в Абхазии. Это было полтора года назад. Нам нужно было воссоздать атмосферу романтики, поэзму и выбрали подходящие локации. От съемок у меня остались потрясающие впечатления. Это одна из моих любимых съемочных групп. Мы до сих пор все дружим. И фильм тоже получился пропитанный любовью. Мы всегда безумно рады друг друга видеть.

– Действие в фильме разворачивается в 1999 году. Вам на тот момент было три года. И сразу спросу о музыке того времени – её много звучит в фильме. Вам она была знакома?

– Очень хорошо знакома! Я до сих пор обожаю эти шлягеры, эти хиты... Потому что это мое детство... И я обожаю те времена. Возможно, я хорошо их не помню, по-



Детали

«Пробный переезд»

– Сейчас вы ведёте передачу «Пробный переезд» на телеканале «Пятница!», где вместе с Антоном Зайцевым исследуете нашу страну. Новые выпуски будут сниматься?

– Да, мы сейчас снимаем уже четвертый сезон. Мы отъездили три сезона по России – и как я думала, я была уже везде. Но оказалось, что есть еще города, в которые я не съездила. Сейчас мы едем на Дальний Восток...

– Что понравилось в этих путешествиях?

– До того, как я стала вести «Пробный переезд», я в России была всего в двух городах: Санкт-Петербурге и Сочи. А сейчас я посмотрела все, и могу сказать, что у нашей страны есть удивительная история, и таких людей, как у нас в России, я не видела в мире нигде!

– Есть города, которые особенно понравились и запомнились?

– Мне очень нравится Владивосток, я в восторге от Калининграда, от Самары, от Красноярска, Камчатки, Сахалина... Да любой наш регион прекрасен – надо только разглядеть эту красоту!

тому что это больше воспоминания по фотографиям, по рассказам родителей, но для меня это очень теплое время... У меня было хорошее детство... Я понимаю, что 90-е годы – тяжелые, но, например, в нашем кино «Между нами лето» мы рассказываем исключительно про романтические и положительные моменты. В кино мы касаемся лишь любви. А что касается музыки – то у нас есть сцены, где мы играем на фортепиано и поем. Это наши голоса звучат в фильме, настоящие. И ныряли мы без каскадеров, и пели сами, без профессиональных исполнителей...

«Никогда не мечтала стать актрисой»

– Можно сказать, что ваша карьера началась с фильма «Крыша». И я видела ещё в вашей биографии сообщение о том, что вы и в «Ералаше» снимались...

– Действительно, первые мои съемки были в фильме Бориса Грачевского «Крыша» – мне тогда было 11 лет. После этого я снялась в нескольких эпизодах «Ералаша». С этого, можно сказать, началась моя карьера актрисы. Правда, я всегда была отличницей, и сначала хотела стать адвокатом. И после этого фильма я подумала, что у меня будет такая красивая строчка в биографии... Я не плани-

ровала тогда делать карьеру актрисы. Но потом, когда мне было 17 лет, я прошла кастинг в фильм «Географ глобус пропил» – и поняла, что раз мне второй раз в жизни дают такую подсказку – значит, стоит дальше двигаться по этому пути.

– Я как раз хотела вас спросить о том, мечтали ли вы быть актрисой...

– Никогда!

– «Географ глобус пропил» – довольно знаковое кино в биографии актёра, не только начинающего...

– Да, это знаковое кино, и случилось оно со мной довольно рано. До сих пор люди меня за него благодарят – а уже столько лет прошло! Мне это очень важно и приятно. Это моя первая роль, с которой пришлось именно работать. На «Крыше» мне было только 11 лет, и я совершенно не понимала, что такое актерские инструменты, а в «Географе» эта героиня – не я, и мне приходилось именно работать над ролью. При том, что у меня не было еще актерского ремесла и для меня это такой первый серьезный опыт. Я потом с этим фильмом весь мир объехала, и это было здорово!

«Другая походка, другие костюмы»

– Фильм «Хитровка. Знак четырёх», который вышел совсем недавно, это тоже большой и интересный проект. Вам понравилось сниматься



в исторической киноленте?

– Во-первых, я давно хотела «взять время». Есть такое понятие у артиста. У меня никогда не было исторических фильмов – XVIII, XIX века и так далее... И тут наконец-то – историческое кино! Мне очень интересно было это попробовать. Это другая физика. Ты даже на уровне речи иначе общаешься с партнерами, не можешь вставлять какие-то современные слова – например, «в общем», «короче»... Это и другая походка, и другие костюмы, юбки и корсеты... Это много весит, ты каждый день в этом ходишь, у тебя другая осанка... Тебя затачивают в корсет – и ты не можешь ни есть, ни пить! Но когда у тебя есть идея сделать красивую историческую роль, то все это можно потерпеть. Конечно, когда я все это снимала с себя в конце съемочного дня и надевала обычный свободный костюм, то думала: «Какое счастье!» (Смеется.)

– Какой образ вам хочется сыграть?

– У меня еще не было каких-то боевиков, остро сюжетных сцен, и я с удовольствием в них снялась бы! Мне интересно попробовать себя в этом качестве.

Валерия ХВАЦЕВСКАЯ

ПОДРОБНОСТИ

«Последний герой»

– Вы стали победительницей одного из сезонов передачи «Последний герой». Что помогло выиграть, какое качество?

– Дух! Очень кратко отвечу, потому что иначе это разговор на час. «Последний герой» –

это настолько важная история в моей биографии! Даже в том смысле, насколько это меня поменяло – насколько был грандиозный опыт, и я его пережила. Я когда это вспоминаю, то даже не верю, что это было со мной...

– Что там было сложнее всего?

– Все! Это проект на выживание. Ты выживаешь там каждый день. Сталкиваешься с собой, с нехваткой еды, воды, у тебя болит все тело... Жесточайшие испытания! Борешься со своими страхами, оторван абсолютно от какой-то цивилизованной жизни...

– То есть в этой передаче всё по-честному?

– Да. Я сначала тоже думала, что там можно будет как-то «подшаманить». Но нет! А иначе нет смысла в этом проекте, потому что суть его – в том, чтобы погрузить участников в максимально некомфортные условия и смотреть, что с ними будет происходить.

СКАНВОРДЫ КРОССВОРДЫ ГОЛОВОЛОМКИ

**ПОЛЕЗНО
УВЛЕКАТЕЛЬНО
ПОЗИТИВНО**

Дорогие читатели!

Весной так хочется впечатлений и приключений! Именно это настроение вдохновило нас на новый игровой конкурс – «Сканворды, кроссворды, головоломки», в котором мы с удовольствием приглашаем вас поучаствовать! Взгляните на страницы – в некоторых квадратиках расставлены цифры в красных кружочках. Разгадайте задания и впишите появившиеся там буквы в табличку на последней странице вкладыша в соответствии с номерами. У вас должна получиться фраза А.П. Чехова. Осталось только сообщить ее нам!

Ответы на конкурсное задание будем принимать **25 марта с 12.00 до 13.30 по московскому времени по телефону: 8-495-792-47-73.**

Срок проведения конкурса с призами – с 13 марта по 3 апреля 2024 года. Результаты конкурса будут опубликованы 3 апреля в № 14 газеты «ТЕЛЕК».


- **Победителей ждут призы:**
- **1-е место** – Умные наполненные ве-сы с функцией Bluetooth, BRADEX.
 - **2-е место** – Подписка на газету «ТЕЛЕК» на 2-е полугодие 2024 года.
 - **3-е место** – Сборники кроссвордов/сканвордов и вкусных рецептов.
 - Участие в конкурсе означает ваше знакомление и полное согласие с «Общими правилами» участия в конкурсах, размещенными на сайте Организатора конкурса по адресу: <https://telek.kardos.media/>
 - Не забывайте указывать свой номер телефона для связи!


СУДОКУ

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

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

СКАНВОРД

Свинец по-латыни	1			1			15		
		"Комплект" лекций	Их мыли гуси в луже у канавки	Пунктир-прерывистая ...	Норковая "куртка" в гардеробе модницы		За ним сидит на сцене пианист		
		Легенда о конунге	Монолог Аиды						
					Летит от банного веника		Походный "хранитель" горячего чая		
			Високосные ...	Дух бодр, да ... немощна					
	9	"Руководящий центр" человека	Сырье для прованского масла			К чаю с изюмом		22	Продавец лекарств
		Так прозвали друга Карлсона	Эрзац кожи для переплетов	2	Высекается из кремня				
				Вестибюль отеля со стойкой портье		Бешеный ... жизни			
			40						
Шест – управлять нартами	Заслуженное "битые баклуш"	"Столетняя" колючка				Животное в сапогах		28	
				"Луна и ..." Моэма		Какой жанр породил Монтень?			
	Бездна титанов	16	Ночной сумрак						
					Мохнатый шутник с планеты Мелмак				
	2	Душистый цветок-"колокольчик"	"Зыбун" под болотной гатью					2	11
						Королева на 64 клетках			
	19								32



ФИЛВОРД

Филворды – это вид кроссвордов, в которых все слова уже вписаны в сетку. Их нужно только найти в рядах букв. Слова могут «ломаться» в любом направлении (кроме диагонального), но не пересекаются. Каждая буква может быть использована только в одном слове.

М	И	Т	Д	И	Б	У	Т	Б	У
У	Я	Н	У	Л	И	Щ	О	Ы	З
Б	Ш	А	Р	А	Г	Е	Н	Я	К
И	К	А	Й	В	И	Б	И	Р	Ь
В	Д	Р	В	О	С	К	Р	С	Т
Н	Ь	Н	Е	Р	У	О	У	О	К
Р	О	О	Ц	Ь	Л	З	Ж	Н	И
Е	Г	Г	З	К	О	Е	Я	Д	Н
И	С	У	И	Л	О	Н	Б	Е	Ь
Н	А	К	В	О	П	Г	У	А	Ш

1. Кузнечный очаг. (4). 2. Человек, который занимается сутяжничеством, кляузами. (7). 3. Замкнутая плоская кривая, все точки которой находятся на одинаковом расстоянии от ее центра. (10). 4. «Прощание с Родиной» Михаила Огинского как музыкальное творение. (5). 5. Прибор для проверки горизонтальности. (7). 6. Любой цветок и красивая девушка в отрочестве. (5). 7. Единственные кости человека, которые не покрыты кожей. (4). 8. Деталь ременной передачи, колесо. (4). 9. Ажиотаж. (3). 10. Крик поросенка. (4). 11. Процесс с участием зубов. (7). 12. «Бесконечное» украшение конечности. (6). 13. Английское движение и джазовый прием. (5). 14. Краска юных живописцев. (5). 15. Обещание, подлежащее выполнению. (8). 16. «Палочка», к которой рыбак крепит леску. (7). 17. Коренной житель Зауралья, который славится своим крепким здоровьем. (7).

КРОССВОРД



ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Завсегда́й букинистиче-ских магази́нов. 7. «... солнца́» – сказка Пришвина о богатстве флоры лесных болот. 11. Агент, показывающий кварти́ру потенциа́льным покупа́телям. 13. Этот литерату́рный комиссар рабо́тал на улице Набере́жная Орфе́вр. 15. Чисто́ внешне́я новизна́ в иску́стве. 16. Громкий «аккомпане́мент» ба́тырско́го сна. 18. Компоне́нт биологиче́ского происхо́ждения в составе краски́ темпера́. 21. Геро́иня сказа́н Волко́ва. 22. Материа́л, из кото́рого сде́лан Мед-

ный вса́дник. 23. Физкульту́ра для краси́вoty фи́гуры. 24. Звезда́ Го́лливу́да по имени То́м. 25. Звезде́к, давший на́звание гу́стым бровя́м краси́тки. 28. Арифмети́ческий знак ме́жду сла́гаемыми. 30. А́рматура́ иску́ственно́го зу́ба. 31. «Колпа́к», под кото́рым тре́пещет ба́бочка. 32. Слово́ из загла́вных букв на́звания. 33. Про́дукция́ вяза́льной фабрики́. 34. А́ртист, владе́ющий иску́ством подра́жать разли́чным зву́кам: пению́ пти́ц, звуча́нию музыка́льных инстру́ментов, голосо́ам живо́тных и т.п.

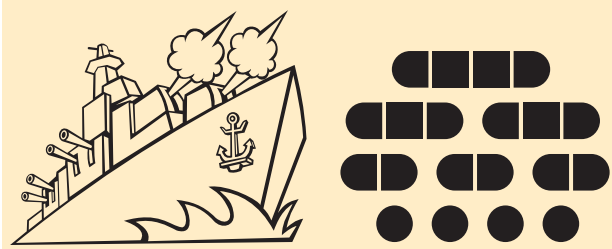
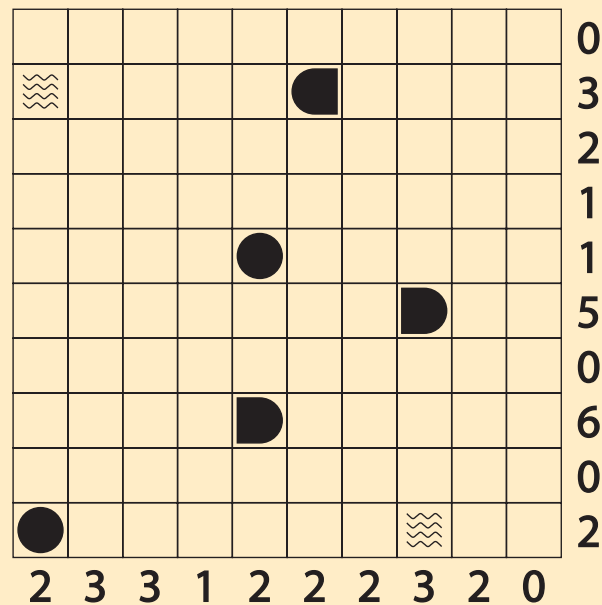
ПО ВЕРТИКАЛИ:

2. «... споткне́тся, а голо́ве доста́ется» (русская посло́вица). 3. Ку́раторство́ над сирото́й. 4. Ни́жние штаны́ в Сре́дневеко́вье. 5. Взы́тые бе́лки как лако́мство. 6. А́дминистра́тивно-тери́ториальная́ едини́ца Аме́рики. 7. А́ргумент, на кото́рый сры́ваются, ко́гда кончи́лись а́ргументы́. 8. Не в сво́ей тарелке́, оди́м сло́вом. 9. Зу́бастая гро́за море́й и океа́нов. 10. Ко́лле́дж сове́тских вре́мен. 12. Ли́цемерие́, неискренно́сть, скло́нность к о́бману. 14. Строчка́ на та́бло аэропор-

та. 17. «Подарочный» сектор «По́ля Чуде́с». 18. «Заноза́», оста́вшаяся после́ уку́са пче́лы. 19. Вре́мя вока́ла попры́гуньи Стре́козы. 20. Отро́сток в ви́де усика́ на ко́лосе. 21. «Басно́словный» гре́к. 22. «Уда́рный инстру́мент» в бе́йсболе. 23. Успе́х, наде́лавший мно́го шу́ма. 25. Все го́ды, отме́ченные в трудо́вой кни́жке. 26. Ва́л из корне́плодов в по́ле. 27. Ке́рнейский́ зве́рь из подвиго́в Ге́ракла. 29. Пла́стмассовый́ констру́ктор с «пупы́рышка́ми». 31. Пре́сса, радио́ и ТВ (а́ббревиатура́).

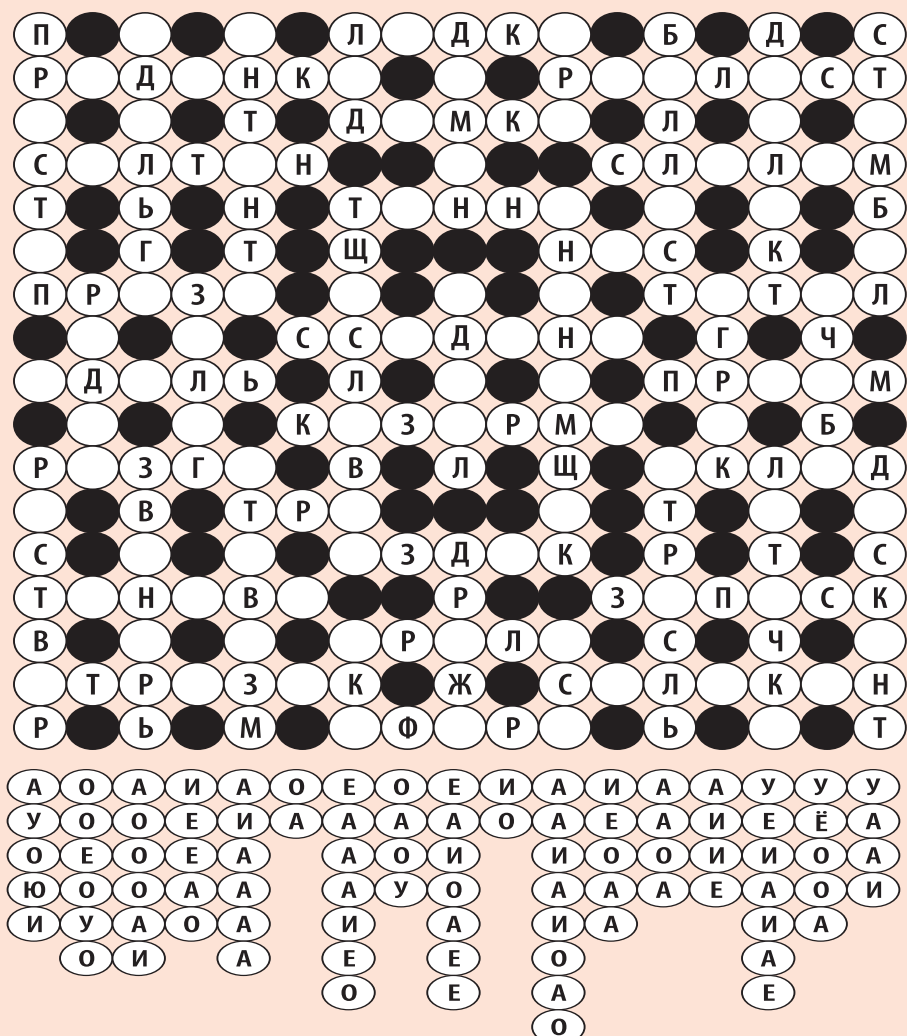
МОРСКОЙ БОЙ

Расположите в сетке 10 кораблей так, чтобы они не соприкасались даже углами. Цифры сбоку и снизу означают, сколько всего фрагментов кораблей попало в эту строку или столбец. Волны в клетке означают, что в ней нет корабля.



БУКВОПАД

Некоторые буквы кроссворда осыпались в ряды ниже. Впишите буквы в белые ячейки и восстановите исходный кроссворд.



СЛОВО В СЛОВО

В каждую строчку вписывается по два слова, имеющих три общих буквы. Если слова вписаны правильно, то по вертикали прочтёте фразу.

Засланный в "Черную кошку"									Что ищет забияка?
Его чешет призадумавшийся									Вьющаяся прядь
Комплект пиджака и брюк				33					Областной центр на реке Тура
Царь по фамилии Годунов									Акварельный опус
"Душ" для сухих грядок									Гармошка родом из Орловской губернии
Материал грифеля								29	"Хвостик" свечки
Яхта мчится во все ...					17				Сжатие одежды после стирки
Средство связи									Картина полукругом
"Участковая" роль Михаила Жарова								30	Кориандр на рынке в виде пучка
Удобрение из перепревших сорняков									Джейн, автор "Доводов рассудка"
Посланец с высокой целью									Птица из ястребиных
Итальянская новогодняя фея								37	... крови на сахар
"Премия" официанту									Углубление в детали
Урок грамоты в избе-читальне									Морская пучина
Подиум штангиста									"Носик" иголки
Небольшое сдобное печенье									Грузовик с крытым кузовом
"Летчик" в болиде									Что такое бинго?
Мера картошки на рынке									Плитка из какао
Лев Николаевич у Достоевского								3	"Ножик" джигита

Как мы помним из школьного курса истории Древнего мира, мужчина и женщина стали жить вместе, потому что так было удобнее и безопаснее выживать в непростых условиях того далёкого времени.

Он был защитником и добытчиком пищи, она занималась пещерно-домашним хозяйством и детьми. Тысячи лет спустя ситуация в нормальных семьях не особо изменилась. Хотя эмансипация внесла свою ложку дегтя: помимо основных своих функций слабый пол нередко вынужден взять на себя и финансовое обеспечение семьи. Лично я тащила эту ляжку с момента своего замужества.

Через месяц – поженились

Мы познакомилась в гостях у общих друзей. Леонид приехал в наш город по рабочим вопросам и заглянул в гости к однокласснику. В это же самое время я пришла поговорить о том о сем к своей подруге детства, теперь уже жене того самого одноклассника.

Он был красив и остроумен – редкое сочетание. Мир для меня перевернулся. Поцеловались мы на третий день знакомства. Через месяц поженились.

Поселились у моих родителей в однушке. Потеснили родителей, отгородили угол. Лёня был веселым, компанейским, с легким характером и без бытовых претензий. Его устраивало абсолютно все. Леонид совершенно очаровал моих домочадцев остроумными беседами на извечные темы: погода-здоровье-политика.

Единственный минус – совершенная бездеятельность, превращенная в

Сильная слабая женщина

«Все счастливые семьи похожи друг на друга; каждая несчастная семья несчастна по-своему».
Лев Толстой

созерцательность. Как говорится, день прошел, и хорошо. Он устроился на работу в НИИ младшим сотрудником. Ни карьера, ни финансовое благополучие Леонида не волновали. Ни через год, ни через два, ни через пять...

– Как мы будем жить? – интересовалась я у мужа постоянно.

– Так и будем, – отвечал он неизменно. – В любви и согласии.

Дни следовали один за другим. Я все отчетливее понимала: тише едешь – дальше будешь от того места, куда направляешься. Мне хотелось свить свое гнездо, где я буду хозяйкой, где можно будет думать о детях. Засучив рукава, стала воплощать в жизнь мечты-планы.

Купила комнату и отселила

Через несколько лет мы въехали в свою новую кооперативную квартиру. С соседками познакомилась и жила дружно. Я росла профессионально, карьера моя шла в гору. Потихоньку обставились,

стали ездить в отпуска. Жизнь менялась. Не менялся только мой Лёня. Ни зарплата, ни карьера, да и мои успехи его, похоже, не интересовали.

Прошло еще три года. И родилась дочь, бесконечно любимая. И понеслось: пеленки, распашонки, бессонные ночи. Немного передохнула – и деньги зарабатывать. Ничего не хочу сказать плохого про Лёню моего – он был прекрасным отцом, но в плане финансового обеспечения по-прежнему – полный ноль. После развала НИИ его накрыла депрессия со всеми вытекающими.

– Ты хотя б попробуй свои силы в чем-то ином! – взывала я к его разуму.

– Я высококвалифицированный специалист и работать где попало не стану.

Мои силы иссякли окончательно, когда Ксюша перешла в четвертый класс. Купила Леониду комнату и отселила. Он был в шоке.

– Алиментов требовать не буду – себя попробуй прокорми, – сказала я напоследок, чем добила его окончательно.

Шубку не отдам!

Время пронеслось со свистом взлетающего самолета. Еще вечера строила грандиозные планы на жизнь, сегодня разгребая последствия.

– Мам, ты новую шубку купила? – удивленно воскликнула дочь, распахнув дверцу шкафа.

Ксения жила отдельно с мужем в той самой родительской однушке, в которую когда-то и я привела своего Леонида. Но теперь там был сделан роскошный ремонт и жили там Ксения с мужем одни.

– Красивая, – дочь накинула обновку. – И качественная! Но зачем она тебе? Цвет не твой и фасончик молодежный. Отдай мне! Ты для нее уже старая. А мне в самый раз.

Моя дочка любила не только дорогие вещи (как она говорила, качественные) и вкусную еду, желательную в ресторане, но и солидных, по ее мнению, знакомых. Причем к знакомым она тоже добавляла слово «качественные». Для дочери качество жизни было идеей фикс, доведенной до абсурда. И все

это должно было быть по умолчанию, без приложения каких-либо усилий.

И когда моя девочка успела вырасти в эгоистичного потребителя? Почему активировались эти ненавистные мне гены?

– Шубку тебе не отдам! – решительно заявила я дочери. – Мне она тоже очень нравится. Хочешь такую же? Заработай или у мужа попроси.

– Ты ж знаешь, что мы не можем себе этого позволить – у нас кредит за машину, – надулась Ксюша.

В одну реку дважды?

Мы столкнулись с Леонидом накануне 8 Марта. Дочь общалась с отцом, а я не видела его со дня развода. Он изменился: килограммы прибавились, волосы поредели. Но держится так же уверенно и прямо, и взгляд смешливо-снисходительный.

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

– Хорошо выглядишь, – Лёня первым начал разговор. – Как живешь?

– Стандартный вопрос – стандартный ответ: нормально. Ты как?

– И я нормально.

– Не жалеешь? – спросил он снова после паузы.

– Нисколько! – я весело крутанула головой, хотя на душе стало тоскливо и мутно. – А ты?

Он тоже покачал головой. Врать у него никогда не получалось.

– Может, кофе? – в его голосе угадывалась нотка надежды.

– В другой раз, я спешу.

В двух шагах от нас находилась стойка с цветами. Леонид схватил охапку моих любимых тюльпанов и протянул мне:

– С наступающим праздником!..

...Мы живем так, как себе намечтали. Главное выбрать правильную мечту.

А может, и взгляд смешливо-снисходительный?

МАРИНА

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 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

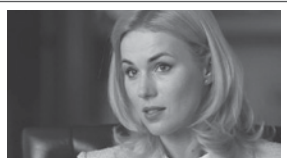
2	1	6	9	3	5	8	4	7
4	5	9	8	7	6	2	3	1
7	3	8	1	2	4	5	6	9
8	4	7	5	1	3	9	2	6
6	2	5	4	9	7	3	1	8
3	9	1	2	6	8	7	5	4
9	6	4	3	8	2	1	7	5
1	7	3	6	5	9	4	8	2
5	8	2	7	4	1	6	9	3

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

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

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

ПЕРВЫЙ



22.00 «ПЕРЕВЕДИ ЕЁ ЧЕРЕЗ МАЙДАН». (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «Под небом Крыма». (12+)
09.50 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 19.30 Информационный канал. (16+)
17.30 Вечерние новости (с субтитрами)
18.00 Митинг-концерт «10 лет в родной гавани»
21.00 «Время»
22.00 «ПЕРЕВЕДИ ЕЁ ЧЕРЕЗ МАЙДАН». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 «Александр Проханов. Исповедь». (18+)
00.55 Подкаст.Лаб. (16+)
03.00 Новости
03.05 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



14.55 «Наши». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ВАСНЕЦОВА». (12+)
Майор полиции, мать четверых детей, Вероника Васнецова возвращается на службу после десятилетнего перерыва. Васнецову переводят в Следственное управление на должность руководителя группы по борьбе с особо тяжкими преступлениями.
23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
03.40 «МОРОЗОВА». (16+)

НТВ



03.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)

- 04.55 «ПАСЕЧНИК». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)
На складе возникает ссора между двумя работниками: Толик запрещает Рустаму встречаться с его сестрой, не желая ей мусульманского мужа.
22.10 «ПРЕТОРИАНЕЦ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ПРЕТОРИАНЕЦ». (16+)
00.50 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)
03.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)

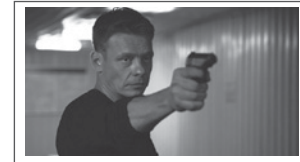
СТС



08.00 Окнутые люди. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.30 «Маша и Медведь». (0+)
08.00 Окнутые люди. (16+)
09.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
09.25 «Сказания земноморья». (16+)
11.50 «ПО КЛИЧКЕ ЧУДАК». (12+)
13.40 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)
17.00 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
17.55 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)
20.30 «ОТМОРОЖЕННЫЕ». (16+)
22.05 «ДЖЕК РИЧЕР-2: НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ». (16+)
00.35 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.40 «Я СОЗДАН ДЛЯ ТЕБЯ». (16+)
03.20 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
05.10 Ералаш. (0+)

ТНТ



09.30 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)
09.30 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)
15.00 «Это нормально?» (16+)
16.00 «ЖУКИ». (16+)
20.00 «НАСЛЕДСТВО». (16+)
Татьяна все еще не простила Виктора, но от сертификата в дорогой фитнес-клуб отказываться не стала. В фитнес-клубе она знакомится с соседкой Виктора Лидией, которая направляется к ним в гости.
22.00 «Новая фабрика звезд». (16+)
00.00 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
01.40 «Я тебе не верю». (16+)
02.25 «Импровизация. Команды». (16+)
04.00 «Шоу Студия Союз». (16+)
05.35 «Импровизация». (16+)

REN



00.30 «ЗАЩИТНИК». (18+)

- 05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)
17.00 02.55 «Тайны Чапмана». (16+)
20.00 «ВИКИНГИ». (16+)
21.55 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
00.30 «ЗАЩИТНИК». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 «Простоквашино». (0+)
05.10 «Простоквашино». (12+)
05.20 Кондитер. (16+)
06.30 Пятница News. (16+)
07.00 Гость у порога. (16+)
08.50 Черный список. (16+)
10.10 Адский шеф. (16+)
13.10 На ножах. (16+)
17.00 Битва шефов. (16+)
23.10 Черный список. (16+)
00.00 «ВТОРАЯ ЖИЗНЬ УВЕ». (16+)
02.00 Пятница News. (16+)
02.20 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (18+)
03.40 Дикие животные. (16+)

Ю

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
08.25 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
10.40 «Моя свекровь - монстр». (16+)
13.55 «Супермама». (16+)
17.00 «Беременная в 45». (16+)
20.00 «СЕМЬЯ». (16+)
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.00 «Спасите моего ребенка». (16+)
01.40 «СЕМЬЯ». (16+)
03.20 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
Случайная встреча навсегда изменила жизнь Нихан и Кемалю. Любовь с первого взгляда изначально была обречена на провал, ведь они живут в разных мирах.

ЧЕ!

- 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)
06.50 Дорожные войны. Лучшее. (16+)
07.20 Дорожные войны. (16+)
09.10 «КУХНЯ». (12+)
13.30 Притворщицы. (16+)
15.30 Решала. (16+)
16.30 Улётное видео. (16+)
19.00 Решала. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
04.10 Решала. (16+)
05.45 Дорожные войны 2.0. (16+)

МИР

- 05.00, 23.55 Наше кино. (16+)
05.10, 06.25 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
06.15 Сделано в Содружестве. (12+)
07.30, 10.20 «СЕРДЦА ТРЕХ». (16+)
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
13.15 Мировое соглашение. (16+)
14.10, 15.05 Дела судебные. (16+)
16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+)
17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
18.50 Игра в кино. (16+)
22.20 «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ». (16+)

ОТР

- 06.00 «Утро вместе». (12+)
09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТРажение
10.10 Родительское собрание
10.55 «Коллеги». (12+)
11.50 05.20 «За дело!» (12+)
15.10 «РЕБРО АДАМА». (16+)
17.00 «Формула здоровья». (12+)
18.00 «Губернские новости». (12+)
20.40 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)
22.30 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
00.25 «В ОКРУЖЕНИИ». (16+)

ПОБЕДА

- 04.30 «Путь к Победе». (16+)
05.30 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
07.20 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)
10.50 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)
Телепат, гипнотизер, ясновидящий, ученик Фрейды и знаменитого доктора Абея. Он умел не только подчинять людей своей воле, распутывать сложные преступления, но и предсказывать будущее, в том числе величайшие события истории.
23.59 «Путь к Победе» (16+)
01.00 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)
03.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 Ранние пташки. «Ангел Бэби», «Котики, вперед!», «Поезд динозавров», «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)
08.10 «Школьный автобус Гордон». (0+)
08.25 «Робокор Поли и его друзья». (0+)
09.00 «Царевны». (0+)
11.15 «Простоквашино». (6+)
13.15 «Мотофайтеры». (6+)
13.35 «Инфинити Надю». (6+)
14.05 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.45 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)
17.10 «Смешарики. Пин-код». (6+)
19.05 «Сказочный патруль». (0+)
20.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)
Музыкальные клипы для детей.
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Супер МЯУ». (6+)
22.00 «Мотофайтеры». (6+)
22.35 «Трое из Простоквашино». (0+)
22.55 «Каникулы в Простоквашино». (0+)
23.20 «Ералаш». (6+)
00.10 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
01.15 «Таинственные золотые города». (6+)
02.45 «Бобби и Билл». (0+)
03.45 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

- 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
07.00, 18.30, 02.30 «Лунтик». (0+)
07.30 «Умка». (0+)
08.00, 10.55, 19.00, 23.30, 04.35 «Барбоскины». (0+)
08.25, 13.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль». (0+)
09.30, 05.00 «Катя и Эф. Куда Угодно-Дверь». (0+)
10.00, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+)
10.30 «Чик-Чиркино». (0+)
11.20, 19.25, 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
11.45 «Школьный автобус Гордон». (0+)
13.00, 04.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
15.00 «Тобот». (6+)
15.20, 02.00 «Смешарики». (0+)
17.00 «Простоквашино». (0+)
17.25 «Бодо Бородо. БОДПутешествия». (0+)
18.00 «Фиксики. Дай пять! Краскопульт, Календарь». (0+)
20.00 «Кошечки-собачки. Милые песни. Растеряшка», «Кошечки-собачки». (0+)
20.40 Сказка на ночь. «Сказочный патруль», «Машины сказки». (0+)
21.15 «Маша и Медведь. Анимашки. Давай делиться!», «Маша и Медведь». (0+)
22.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
23.00 «Турбозавры». (0+)
00.00 «Соня и Лёня». (6+)
00.20 «Приключения Бубы». (6+)
01.00 «Котики, вперед!» (0+)
03.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

- 06.55 История российских кадетских корпусов. (6+)
07.25 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
08.10, 09.15 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
10.20 Расшифрованные сокровища. (12+)
11.15 Россия научная. Великие имена. (12+)
11.35, 15.25 Народный фронт Победы. (12+)
12.05 Северный морской путь. (16+)
13.10 Феодосий Веселаго. Наука о приключениях и подвиге. (12+)
13.40 Российские военные в начале XX века. (12+)
14.10, 21.00, 21.30 Книжные аллеи. (12+)
14.40 Непокорённые. (12+)
16.00 Архивы истории. (12+)
16.15 Битва ставок. (12+)
17.00 Тайное становится явным. (12+)
17.15 Пешком в историю. (12+)
17.45 Семь дней истории. (12+)
17.55 Легенды науки. (12+)
18.25 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
18.55, 20.50 Обыкновенная история. (6+)
19.05 Звезда и смерть графа Вронского. Сербский гамбит. (12+)
20.00 Георгий Победоносец. (16+)
22.00 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+)
23.00, 23.30 В поисках утраченного искусства. (12+)

VJU HISTORY

- 06.00 История без прикрас. (12+)
06.55 Утопия инженерии. (16+)
07.50, 08.50 Сокровища Европы. (12+)
09.50 Рыцари: Последние в своем роде. (16+)
10.55 Строительство Ватикана: секреты Священного города. (12+)
11.55 Карты убийств. (16+)
12.45 Загадки планеты Земля. (16+)
13.35 Очень странные экспонаты. (12+)
14.30 Утопия инженерии. (16+)
15.25 Охотники за утраченным искусством. (16+)
15.50, 16.55 Сокровища Европы. (12+)
17.55, 18.55 Легенды Европы. (12+)
20.00, 20.30 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)
21.00 Загадки планеты Земля. (16+)
21.50 История без прикрас: Оккупированная Европа. (12+)
22.55 История без прикрас: Нацизм. (12+)
23.55, 00.55 Сокровища Европы. (12+)
01.50 Рыцари. (16+)
02.40 Строительство Ватикана: секреты Священного города. (12+)
03.35 Карты убийств. (16+)
04.20 Загадки планеты Земля. (16+)
05.05 История без прикрас: Холодная война. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.00, 08.15, 08.35, 10.50, 11.10, 13.20, 13.40, 15.55, 16.15, 18.55, 19.15, 22.05, 22.25, 00.40, 00.55, 03.10, 03.35, 05.45 Волшебный пендель с Никой Набоковой. (16+)
06.20, 08.55, 11.30, 14.00, 16.35, 20.35, 22.45, 01.20, 03.55 Прокатать за 600 секунд. (16+)
06.30, 09.00, 11.40, 14.10, 16.45, 19.45, 22.55, 01.25, 04.00 Ой, мамочки! (12+)
06.55, 04.30 Нейрофизиология. (16+)
07.20, 09.55, 12.30, 15.05, 18.00, 21.15, 23.50, 02.20, 04.55 Суп дня. (12+)
07.35, 10.10, 12.40, 15.15, 18.15, 21.25, 00.00, 02.35, 05.05 Сыроварня. (12+)
07.45, 10.20, 12.55, 15.30, 18.25, 21.40, 00.10, 02.45, 05.20 Внешние данные. (12+)
09.30 Рак груди. (16+)
12.05 Таблетка от старения. (16+)
14.40 Хлоя. (16+)
17.10 Что такое стресс? (16+)
17.40 Имеешь право. (12+)
20.10 Антибиотики и микробы. (16+)
20.45 Медицина будущего. Вернуть зрение. (16+)
23.20 Медицина будущего. Технологии заживления. (16+)
01.55 Медицина будущего. Современный взгляд на «болезни старости». (16+)

ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ
 <p>22.00 «ПЕРЕВЕДИ ЕЁ ЧЕРЕЗ МАЙДАН». (16+)</p>	 <p>09.55 О самом главном. (12+)</p>	 <p>02.35 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)</p>	 <p>11.35 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)</p>	 <p>16.00 «ЖУКИ». (16+)</p>	 <p>20.00 «ВЗРЫВНАЯ ИГРА». (16+)</p>		
<p>05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «Под небом Крыма». (12+) 09.50 «Жить здорово!» (16+) 10.45 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Премьера. «Давай пожеми!» (16+) 16.05 «Мужское / Женское». (16+) 17.00 18.30 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+) 21.00 «Время» 22.00 «ПЕРЕВЕДИ ЕЁ ЧЕРЕЗ МАЙДАН». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 00.00 Подкаст.Лаб. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «Наши». (12+) 16.00 Вести 16.30 «Малахов». (16+) 17.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ВАСНЕЦОВА». (12+) Команда Васнецовой случайно спасает тонущего студента-первокурсника Артура Блохина. Артур утверждает, что неизвестный напал на него сзади и сделал укол в ключицу, а потом столкнул в море. 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+) 03.40 «МОРОЗОВА». (16+)</p>	<p>04.55 «ПАСЕЧНИК». (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ПЁС». (16+) 10.00 «Сегодня» 10.35 «ПЁС». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.00 «Сегодня» 16.45 «За гранью». (16+) 17.50 «ДНК». (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+) Юная Даша всю жизнь провела с мамой-инструктором на конно-спортивной базе и очень привязалась к одной из лошадей... 22.10 «ПРЕТОРИАНЕЦ». (16+) 23.35 «Сегодня» 00.00 «ПРЕТОРИАНЕЦ». (16+) 00.45 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+) 02.35 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+) 06.30 «Маша и Медведь». (0+) 08.00 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+) 09.00 Уральские пельмени. (16+) 09.45 «РЫЖИЙ ПЁС». (16+) 11.35 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+) 14.25 «ДЖЕК РИЧЕР-2: НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ». (16+) 17.00 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+) 17.55 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+) 20.30 «ОТМОРОЖЕННЫЕ». (16+) 21.35 «БРОСОК КОБРЫ». (16+) 00.00 «МИССИЯ АССАСИНА». (18+) 01.45 «КОРАБЛЬ В ПУСАН». (18+) 03.35 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+) 05.05 «6 кадров». (16+) 05.10 Ералаш. (16+)</p>	<p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+) 09.30 «Битва пикников. Праздники». (16+) 10.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+) 15.00 «Это нормально?» (16+) 16.00 «ЖУКИ». (16+) 18.30 «НАСЛЕДСТВО». (16+) Среди ночи у Виктора звонит кнопочный телефон. Он говорит с кем-то по-итальянски и больше не может уснуть. На утро никто из детей не приехал в дом Виктора, и тот, не долго думая, штрафует каждого на 1 000 баллов. 22.00 «Сокровища императора». (16+) 01.00 «30 СВИДАНИЙ». (16+) 02.35 «Я тебе не верю». (16+) 03.20 «Импровизация. Команды». (16+) 04.55 «Шоу Студия Союз». (16+) 06.35 «Импровизация». (16+)</p>	<p>05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.15 «Тайны Чапмана». (16+) 20.00 «ВЗРЫВНАЯ ИГРА». (16+) 21.55 «Смотреть всем!» (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 «ПОРОХОВОЙ КОКТЕЙЛЬ». (18+)</p>		

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

<p>ПЯТНИЦА 05.00 Кондитер. (16+) 06.10 Пятница News. (16+) 06.50 Гость у порога. (16+) 08.40 Черный список. (16+) 09.50 Адский шеф. (16+) 13.10 Битва шефов. (16+) 21.50 Мастер-кондитер. (16+) 23.20 Черный список. (16+) 00.00 «ЗДЕСЬ БЫЛА БРИТМАРИ». (12+) 01.40 Пятница News. (16+) 02.00 В дикой природе с Баром Гриллсом. (18+) 03.30 Дикая природа. (16+) 03.50 Пятница News. (16+) 04.20 «Простоквашино». (12+)</p>	<p>ЧЕ! 06.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 06.50 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.20 Дорожные войны. (16+) 09.10 «КУХНЯ». (12+) 13.30 Притворщики. (16+) 15.30 Решала. (16+) 16.30 Улётное видео. (16+) 19.00 Решала. (16+) 22.00 Заступницы. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+) 04.10 Решала. (16+) 05.45 Дорожные войны 2.0. (16+)</p>	<p>ОТР 06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТражение 10.10 20.40 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+) 12.00 «Вспомнить всё». (16+) 15.10 «С ДОНА ВЫДАЧИ НЕТ». (16+) 17.00 «Такие разные». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 18.15 «Вечер вместе». (12+) 22.30 «НЕЗАБУДКИ». (16+) 00.10 «ЗАЩИТНИК СЕДОВ». (12+) 01.50 ОТражение. Главное. (12+) 05.20 «За дело!» (12+)</p> <p>ПОБЕДА 05.00 «Путь к Победе» (16+) 06.00 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+) 07.40 «ЧЕРНЫЙ ПЁС. УПРЕЖДАЮЩИЙ УДАР». (16+) 09.40 «ФРОНТ». (16+) 16.50 «КОНВОЙ PQ 17». (16+) 1942 год. В Рейкьявике формируется караван под названием PQ-17, который должен поставить в СССР военную технику. Прикрытием каравана должен заниматься конвой британского флота. Караван выдвинулся в путь, имея в своём составе 25 сухогрузов и один танкер. Ставка Гитлера разработала план уничтожения каравана. 23.59 «Путь к Победе» (18+) 01.00 «КАЛАШНИКОВ» (16+) 02.40 «КУКУШКА». (16+)</p>
<p>Ю 05.00 «Маша и Медведь». (0+) 08.25 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+) Драматичное произведение о любви во всех ее проявлениях: любовь взрослой женщины и молодого мужчины, любовь за деньги, а также несчастная и жертвенная любовь. 10.40 «Моя свекровь - монстр». (16+) 13.55 «Супермама». (16+) 17.20 «Ждули». (16+) 20.00 «СЕМЬЯ». (16+) 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+) 00.05 «Спасите моего ребенка». (16+) 01.40 «СЕМЬЯ». (16+) 03.30 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)</p>	<p>МИР 6.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости 06.15 Евразия. (12+) 06.30, 01.55 Наше кино. (16+) 07.05 «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА». (16+) 09.50, 10.10 «СУДЬБА РЕЗИДЕНТА». (16+) 13.15 Мировое соглашение. (16+) 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+) 16.15 Дела судебные. Яблоко раздора. (16+) 17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 18.50 Игра в кино. (16+) 22.20 «КАК СТАТЬ ЗВЕЗДОЙ». (16+) 01.30 Рожденные в СССР. (16+)</p>	

ДЕТСКИЕ

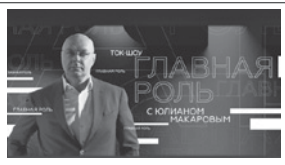
<p>КАРУСЕЛЬ 05.00 Ранние пташки. «Ангел Бэби», «Котики, вперед!», «Поезд динозавров», «Ми-Ми-Мишки». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.35 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+) 08.10 «Школьный автобус Гордон». (0+) 08.25 «Роботар Поли и его друзья». (0+) 09.00 «Смеш! Юные супергерои». (0+) 10.45 «Это супер!» (0+) 11.10 «Ник-изобретатель». (0+) 13.15 «Мотофайтеры». (6+) 13.35 «Инфинити Надо». (6+) 14.05 «Тобот. Герои Дэйдо». (6+) 14.30 «Навигатор. Новости». (0+) 14.45 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+) 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+) 17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 17.10 «Смешарики. Пин-код». (6+) 19.05 «Сказочный патруль». (0+) 20.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.20 «Супер МЯУ». (6+) 22.00 «Мотофайтеры». (6+) 22.35 «Кот в сапогах». (0+) 22.55 «Лягушка-путешественница». (0+) 23.20 «Ералаш». (6+) 00.10 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 01.15 «Таинственные золотые города». (6+) 02.45 «Бобби и Билл». (0+) 03.45 «Смешарики». (0+)</p>	<p>МУЛЬТ 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+) 07.00, 18.30, 02.30 «Лунтик». (0+) 07.30 «Умка». (0+) 08.00, 10.55, 19.00, 23.35, 04.35 «Барbosкины». (0+) 08.25, 21.15 «Маша и Медведь». (0+) 09.00 «Сказочный патруль». (0+) 09.25, 05.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+) 10.00 «Фиксики. Дай пять! Краскопулт, Календарь». (0+) 10.30 «Чик-Чирикино». (0+) 11.20, 19.25, 01.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 11.45 «Школьный автобус Гордон». (0+) 13.00, 04.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+) 13.30 «Маша и Медведь. Анимашки. Давай делиться!» «Маша и Медведь». (0+) 15.00 «Тобот». (6+) 15.20, 02.00 «Смешарики». (0+) 17.00 «Простоквашино». (0+) 17.25 «Бодо Бородо. БОДПутешествия». (0+) 18.00, 22.00, 05.30 «Фиксики». (0+) 20.00 «Кошечки-собачки». (0+) 20.40 Сказка на ночь. «Сказочный патруль», «Машины сказки». (0+) 22.30 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 23.00 «Турбозавры». (0+) 00.00 «Соня и Лёня». (6+) 00.25 «Приключения Бубы». (6+) 01.00 «Котики, вперед!» (0+) 03.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)</p>
---	---

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

<p>365 ДНЕЙ ТВ 03.55, 13.00 Обыкновенная история. (6+) 04.05, 05.10 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+) 06.15 Расшифрованные сокровища. (12+) 07.05 Россия научная. Великие имена. (12+) 07.30, 11.25, 12.00 Народный фронт Победы. (12+) 08.00 Северный морской путь. (16+) 09.00 Феодосий Веселого. Наука о приключениях и подвиге. (12+) 09.35 Российские военные в начале XX века. (12+) 10.05, 12.30, 17.55, 18.30 Книжные аллеи. (12+) 10.35 Непокорённые. (12+) 11.20, 17.50 Семь дней истории. (12+) 13.10 Легенды науки. (12+) 13.40 Пешком по Москве. (6+) 14.00, 17.15 Пешком в историю. (12+) 14.30 Во имя человечества. История российской медицины. (12+) 15.05 Звезда и смерть графа Вронского. Сербский гамбит. (12+) 16.00 Архивы истории. (12+) 16.15 Битва ставок. (12+) 17.00 Тайное становится явным. (12+) 19.00 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+) 20.00 Секреты истории. (16+) 21.55 Мемориалы России. (12+) 22.30 Как Пётр Эссен спас город Петра. (12+) 23.05 Без срока давности. (12+)</p>	<p>VJU HISTORY 06.00 История без прикрас: Оккупированная Европа. (12+) 06.55 Утопия инженерии. (16+) 07.40, 08.45 Сокровища Европы. (12+) 09.45, 10.45 Легенды Европы. (12+) 11.50, 12.15 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+) 12.45 Загадки планеты Земля. (16+) 13.40 Очень странные экспонаты. (12+) 14.35 Короли Африки. (12+) 15.30 Охотники за утраченным искусством. (16+) 15.55 Сокровища Европы. (12+) 17.00 Англия Агаты Кристи. (12+) 17.55, 18.55 Легенды Европы. (12+) 20.00, 20.30 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+) 21.00 Загадки планеты Земля. (16+) 21.50 История без прикрас: Кредитный кризис. (12+) 22.55 История без прикрас: Вьетнам. (12+) 23.50, 00.50 Сокровища Европы. (12+) 01.45, 02.40 Легенды Европы. (12+) 03.30, 03.55 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+) 04.25 Загадки планеты Земля. (16+) 05.05 История без прикрас: Нацизм. (12+)</p>	<p>ЗДОРОВОЕ ТВ 06.05, 08.20, 08.40, 10.50, 11.10, 13.25, 13.45, 16.05, 16.25, 22.05, 22.25, 00.40, 01.00, 03.10, 03.30, 05.45 Волшебный пендель с Никой Набоковой. (16+) 06.25, 09.00, 11.30, 14.05, 20.40, 22.45, 01.20, 03.50 Прокачать за 600 секунд. (16+) 06.35, 09.10, 11.40, 14.15, 17.05, 19.45, 22.55, 01.30, 04.00 Ой, мамочки! С Анной Левандой. (12+) 07.00, 04.25 Рак груди. (16+) 07.30, 10.00, 12.35, 15.15, 18.00, 21.15, 23.50, 02.20, 04.55 Суп дня. (12+) 07.40, 10.10, 12.45, 15.25, 21.25, 00.00, 02.35, 05.05 Сырвария. (12+) 07.50, 10.25, 13.00, 15.40, 18.25, 21.40, 00.15, 02.45, 05.20 Внешние данные. (12+) 09.35 Таблетка от старения. (16+) 12.10 Хлоя. (16+) 14.40 Что такое стресс? (16+) 16.55 Имеешь право. (12+) 17.35 Антибиотики и микробы. (16+) 18.10 Доктор смузи. (12+) 18.50 Психология в деталях. (16+) 19.10 Краткий курс счастливой мамы. (12+) 20.10 Бальнеологическое общество. (16+) 20.45, 23.20 Медицина будущего. (16+) 01.55 Нейрофизиология. Чтение мыслей. (16+)</p>
---	---	---

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телераздатчики, 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



19.45 Главная роль

07.05 15.20 «Обитаемая Вселенная»
08.00 «Невский ковчег»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 «ТАЛАНТ»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 01.00 XX век
11.45 «Приключения Ари-стотеля в Москве»
13.00 «Коллекция историй»
13.30 00.00 «ПОРУС»
14.35 «Игра в бисер»
16.15 «Сати. Нескучная классика...»
17.15 «Коллекция»
17.45 01.50 Шедевры камерно-инструментальной музыки
19.00 «Николай Вавилов»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.50 «Лев Кулиджанов»
21.30 «Белая студия»
22.15 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»
23.15 «История русской промышленности»

ТВЦ



17.50 События

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
10.40 02.10 «Тайны пластической хирургии». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «10 СРЕЛ ДЛЯ ОДНОЙ». (12+)
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.00 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
16.55 «Актёрские драмы. Печки-лавочки». (16+)
18.10 04.55 «Хватит слухов!» (16+)
18.45 «ГАДАЛКА». (16+)
22.35 Специальный репортаж. (16+)
23.05 «90-е. Тур для дур». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. Бандитский Екатеринбург». (16+)
01.30 «90-е. Крыша» для артиста». (16+)

ТВ-3



08.35 «Слепая». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
08.35 «Слепая». (16+)
09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
11.00 Знаки судьбы. (16+)
12.15 Мистические истории. (16+)
13.15 «Старец». (16+)
14.35 Гадалка. (16+)
16.15 «Слепая». (16+)
18.05 «КАРПОВ». (16+)
21.15 «МАЖОР». (16+)
23.15 «ДУРНОЙ ГЛАЗ». (16+)
В самый разгар модного показа дизайнер одежды Кристин узнает плохие вести. Трагические события приводят ее к беспокойству и ужасным видениям, мешающим нормально существовать.
01.15 «ГОРНИЧНАЯ». (16+)
02.45 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



11.55 «Порча». (16+)

06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.30 Давай разведёмся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)
10.45 «Понять. Простить». (16+)
11.55 00.15 «Порча». (16+)
13.00 «Знахарка». (16+)
13.35 «Верну любимого». (16+)
14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.45 «Кризисный центр». (16+)
19.00 «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ». (16+)
23.05 «Понять. Простить». (16+)
01.15 «Знахарка». (16+)
01.50 «Верну любимого». (16+)
02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.40 Тест на отцовство. (16+)
04.20 Давай разведёмся! (16+)

5-й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
05.25 04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
08.20 «Страна советов». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.30 13.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
02.40 «СЛЕД». (16+)
★ ЗВЕЗДА
05.05 13.45 15.05 17.15 03.20 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ». (12+)
13.25 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
19.55 «По горячим следам». (16+)
20.10 «Улика из прошлого». (16+)
22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.15 «ГАИШНИКИ». (16+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+)
12.00 «Собрание сочинений». (12+)
12.15 «Полицейский вестник». (12+)
12.30 «Спортивная семья». (12+)
12.45 «Безопасная дорога». (12+)
13.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА 2». (16+)
13.45 18.00 «Депутатский журнал». (12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
14.30 «День вместе». (12+)
16.30 «ПАРФЮМЕРША». (16+)
17.30 04.30 «ОТКРЫТАЯ НАУКА». (12+)
18.15 «Эксперт». (12+)
18.30 03.00 «Заметные люди». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 «От 7 до 17». (12+)
20.30 22.30 01.30 «Футбол губернии». (12+)
23.00 «ГОД ТЕЛЕНКА». (16+)
00.30 03.30 «Такие разные». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ СТРАНА МАТЧ СТРАНА
06.00 «Кто кого?» (12+)
06.30 «Наши иностранцы». (12+)
07.00 09.30 13.55 15.50 Новости
07.05 15.55 21.55 00.20 Все на Матч!
09.35 Лыжные гонки. Альфа-Банк Чемпионат России. Женщины. 10 км
11.30 Лыжные гонки. Альфа-Банк Чемпионат России. Мужчины. 10 км
13.35 Специальный репортаж. (12+)
14.00 «Есть тема!»
15.20 География спорта. (12+)
16.45 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала
19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала
22.35 Дартс. ОЛИМПЕТ Международная лига. Тур 2
00.55 Матч! Парад. (6+)
01.25 Магия большого спорта. (12+)
01.55 Гандбол. ЦСКА - «Кубань» (Краснодар). Чемпионат России. ОЛИМПЕТ Суперлига. Женщины. (6+)
06.00 20.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
07.50 10.00 13.00 Новости
07.55 «Громко». (12+)
08.40 12.15 15.10 22.25 04.50 Спецрепортаж. (12+)
09.05 19.10 Неделя КХЛ (12+)
10.05 Художественная гимнастика. Гран-при. Кубок Чемпиона. (6+)
12.30 «Спортивный интерес». (12+)
13.05 Гандбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
14.30 «Физруки. Будущее за настоящими». (6+)
15.25 21.55 «бхб». (12+)
16.00 17.25 Лыжные гонки. Чемпионат России. (0+)
18.45 География спорта. (12+)
22.40 «Есть тема!» (16+)
23.55 Тайский бокс. Чемпионат России. (16+)
01.35 Лица страны. (12+)
01.50 «Якушин. Первый среди первых». (12+)
02.45 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (0+)
04.20 Автоспорт. Ралли. Чемпионат России. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
05.55 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Top15 Like FM. (16+)
10.00 Top-30. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Кто следующий? (16+)
14.00 Плейлист. Весна. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Хиты по-русски. (16+)
17.00 Ждите ответа. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Русский чарт. (16+)
19.20 Top-30. (16+)
22.00 Табор уходит к звездам: заколдованный шоу-биз. (16+)
23.00 PRO-новости. (16+)
23.25 Плейлист. Весна. (16+)
00.30 Хиты по-русски. (18+)
01.30 Муз'итив. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

ТВ1000 РУССКОЕ TV1000 РУССКОЕ ДОМ КИНО ДОМ КИНО СУББОТА! СУББОТА!
05.40 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
07.25 «ОСТРОВ ГОЛОВОРОВО». (16+)
09.50 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
11.40 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». (16+)
13.25 «ПОСЛЕ». (16+)
15.20 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-2». (16+)
17.10 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-3». (16+)
19.00 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТОКОВ». (16+)
21.25 «ЖЕНА СМОТРИТЕЛЯ ЗООПАРКА». (16+)
23.50 «ПИАНИСТ». (16+)
02.30 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
03.55 «ЧЕЛОВЕК-МОТЫЛЁК». (16+)
05.30 «Пин-код». «Три ката». Мультсериалы. (6+)
07.10 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
07.50 «ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ». (16+)
09.30 «ДОМОВОЙ». (6+)
11.25 «ХОТТАБЫЧ». (16+)
13.10 «РУБЕЖ». (12+)
15.00 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (16+)
17.00, 17.50 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
18.50 «БАТЯ». (16+)
20.20 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
22.15 «СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
00.10 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)
01.55 «ЛЮБОВЬ И МОСТЫ». (16+)
03.20 «МИНИМАКС». (12+)
04.40 «Котёнок по имени Гав». Мультфильм. (6+)
05.50 «Три богатыря и Морской царь». Мультфильм. (6+)
09.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
11.00 «СВАТЫ». (16+)
14.00 «ЗНАХАРЬ». (16+)
Сериял. Россия, 2018 г. В ролях: Даниил Страхов, Николай Иванов, Владимир Матвеев, Сергей Колос, Павел Чинарев
17.00 «СВАТЫ». (16+)
21.00 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
23.00 «МАЖОР-2». (16+)
01.10 «СТИЛЯГИ». (16+)
Россия, 2008 г.
03.20 «ВРЕМЕННЫЕ ТРУДОСТИ». (16+)
Россия, 2017 г.
04.45 «ЗЕЛЁНАЯ КАРЕТА». (16+)
05.00, 09.35, 14.40 «Маша и Медведь». «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
09.10, 14.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
16.30, 17.20, 18.20 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
Сериял. Мелодрама, Аргентина, 1998-1999 гг.
19.00, 20.00 «КАРМЕЛИТА». (16+)
21.00, 22.00 Богиня свиданий. (16+)
23.15 Суббота News. (16+)
23.20, 23.50 «МАХАБХАРАТА». (16+)
00.20 Интервью со звездами. Лина Арифулина. (16+)
01.50 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
02.30 Мультсериалы. (0+)
00.45 «ПИКСЕЛИ». (12+)
02.35 «НОРТ». (12+)
04.00 «ИХ СОБСТВЕННАЯ ЛИГА». (16+)
06.25 «БУЛКИ». (16+)
08.20 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)
09.55 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)
11.30 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)
13.35 «В СПОРТЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ». (16+)
15.15 «ПЛОХИЕ ПАРНИ». (16+)
17.25 «МАЛАВИТА». (16+)
19.30 «ПЛОХИЕ ПАРНИ-2». (18+)
Боевик, триллер, драма, комедия, криминал, США
22.15 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
06.20 «ИСПЫТАТЕЛЬ». (12+)
06.45 «Веселая карусель». Мультсериал. (0+)
07.00 Мультфильмы. (0+)
08.00 «СУДЬБА». (16+)
11.05 «В КВАДРАТЕ 45». (12+)
12.20 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (16+)
14.00 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН». (12+)
16.25 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ». (12+)
18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
20.00 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)
23.05 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+)
00.25 «ПОСЛЕСЛОВИЕ». (12+)
02.05 «ПЯТЬ МИНУТ СТРАХА». (16+)
03.25 «ВОСКРЕСЕНИЕ». (12+)
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ОДИНОЧЕСТВА.NET». (16+)
13.00, 21.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-4. ПАРАНОИЯ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ОСТРОВ НЕЖУРНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)
В ролях: Софья Хилькова, Пётр Рыков, Павел Рассомахин, Александр Тютин, Александр Назаров, Анна Шкиль, Сергей Котях
06.00 «Три ката». Мультсериал. (0+)
09.05 «МАРГОША». (16+)
12.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
16.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
Сотрудникам отеля выдали специальные браслеты. Пётр с помощью браслета пытается понять, что нравится Даше.
21.45 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
Герою предстоит длительное восстановление. Лена делится своими подзрениями со Шмельвым. Жилину всё-таки удаётся исполнить просьбу Орловой. Кисляка пытаются залупать. Каштанова решает поговорить с Юлей...
01.40 «б кадров». (16+)
04.00 «Три ката». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «ЧАКЛУН И РУМБА». (12+)
06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 День Ангела. Равноапостольные Константин и Елена. (0+)
11.35 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Благодатное небо». Икона Божией Матери «Прибавление ума». (0+)
12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
13.05, 13.35 Монастырская кухня. (0+)
14.00 «ФОТОГРАФИЯ НА ПАМЯТЬ». (0+)
15.20 «МАМА, Я ЖИВ!» (12+)
16.55 «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ». 1 серия. (12+)
18.00 «Великий покаянный канон преподобного Андрея Критского». День 2. Прямая трансляция. (0+)
20.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
22.00, 01.50 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
23.00 Спас-стрим. (16+)
00.55 Спас-стрим. (16+)
01.35 День Патриарха. (0+)
02.45 Во что мы верим. (0+)
03.35 Поле битвы. (16+)
04.05 Херсонес. Родина нашей Родины. (12+)

Православный календарь

19 марта
Седмица 1-я Великого поста. Глас 8.
Мч. 42 во Аммоорее: Константина, Аетия, Феофила, Феодора, Мелиссена, Каллиста, Васоя и прочих с ними.



Прп. Иова, в схиме Иисуса, Анзерского. Прмчч. Конона и сына его Конона. Обретение Честного Креста и гвоздей св. равноапостольной царицею Еленою во Иерусалиме. Прп. Аркадия Кипрского. Прп. Фридолина Зекингенского. Икон Божией Матери: Ченстоковской, «Благодатное Небо» и Шестоковой.

Великий пост.
«Пребудьте в терпении и не давайте расслабляться сердцем во время бедствий, но воздавайте за них благодарения, чтобы получить воздаяние от Господа». Прп. Антоний Великий

РОССИЯ К
Культура

ТВЦ
ТВЦ

3
ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5
5-й КАНАЛ

ТВ
ГУБЕРНИЯ
ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



20.05 «Правила жизни»
06.30 «Пешком...»
07.05 15.20 «Обитаемая Вселенная»
08.00 «Невский ковчег»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 «ТАЛАНТ»
10.00 12.30 17.00 19.30 23.45
Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 01.00 XX век
13.00 «Коллекция историй»
13.30 00.00 «ПОРУС»
14.35 Искусственный отбор
16.15 «Белая студия»
17.15 «Библейский сюжет»
17.45 02.15 Шедевры камерно-инструментальной музыки
18.35 «Дмитрий Блохинцев»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.50 Абсолютный слух
21.30 Власть факта
22.15 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»
23.15 «История русской промышленности»



16.55 «Актёрские драмы. После катастрофы». (16+)
06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
10.40 02.05 «Рыцари советского кино». (16+)
11.30 14.30 17.50 22.00 События
11.50 «НЫРЯЛЬЩИЦА ЗА ЖЕМЧУГОМ». (12+)
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
14.50 Город новостей
15.00 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
16.55 «Актёрские драмы. После катастрофы». (16+)
18.10 22.35 04.55 «Хватит слухов!» (16+)
18.40 «ГАДАЛКА». (16+)
23.05 Прощание. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Дорогие товарищи. Бриллианты для Галины Брежневой». (16+)
01.25 «Знак качества». (16+)
02.50 «Подслушай и хватай». (12+)



21.15 «МАЖОР». (16+)
06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.00 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
08.35 «Слепая». (16+)
09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
10.00 Гадалка. (16+)
11.00 Знаки судьбы. (16+)
12.15 Мистические истории. (16+)
13.15 «Старец». (16+)
14.35 Гадалка. (16+)
16.15 «Слепая». (16+)
18.05 «КАРПОВ». (16+)
21.15 «МАЖОР». (16+)
23.15 «НЕ ДЫШИ: НАЧАЛО». (18+)
Одиночки и таинственный старик-отшельник живет в лесной глуши. Ожидания к нему забредает любитель пеших походов, который уверяет деда, что заблудился. Он сразу же вызывает подозрения у хозяина дома.
01.15 «ГОРНИЧНАЯ». (16+)
02.45 Дневник экстрасенса. (16+)



07.30 Давай разведемся! (16+)
06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
07.30 Давай разведемся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)
10.45 «Понять. Простить». (16+)
11.55 «Порча». (16+)
13.00 «Знахарка». (16+)
13.35 «Верну любимого». (16+)
14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.45 «Кризисный центр». (16+)
19.00 «ДВА КРЫЛА». (16+)
23.05 «Понять. Простить». (16+)
00.15 «Порча». (16+)
01.15 «Знахарка». (16+)
01.50 «Верну любимого». (16+)
02.15 «Голоса ушедших душ». (16+)
02.40 Тест на отцовство. (16+)
04.20 Давай разведемся! (16+)

05.00 09.00 13.00 17.00
«Известия». (16+)
05.25 04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.30 13.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
02.45 «СЛЕД». (16+)

★ ЗВЕЗДА
05.00 13.45 15.05 17.15
03.20 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 «ШОФЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)
13.25 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
19.55 «По горячим следам». (16+)
20.10 «Секретные материалы». (16+)
22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.15 «ГАИШНИКИ». (16+)

05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
11.00 15.00 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+)
12.00 01.15 04.30 «Заметные люди». (12+)
12.30 18.30 «Футбол губернии». (12+)
13.00 16.30 «ПАРФЮМЕРША». (16+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости». (12+)
14.30 01.45 «Открываем Воронеж». (12+)
14.45 «Спортивная семья». (12+)
17.30 04.00 «ОТКРЫТАЯ НАУКА». (12+)
18.00 00.45 «От 7 до 17». (12+)
19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
20.00 22.00 03.00 «Здоровая среда». (12+)
23.00 «ОЛЯ + КОЛЯ». (18+)
Оля - красивая, добрая и слегка застенчивая девушка, верящая в настоящую любовь. Она едет в Москву осуществить свою мечту - стать студенткой Гнесинского училища. По дороге Оля знакомится с Колей...

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ СТРАНА МАТЧ СТРАНА
06.00 «Кто кого?» (12+)
06.30 География спорта. (12+)
07.00 09.30 15.55 Новости
07.05 13.00 16.00 21.55 00.45
Все на Матч!
09.35 Лыжные гонки. Альфа-Банк Чемпионат России. Командный спринт
12.40 Специальный репортаж. (12+)
13.25 01.25 «Вид сверху». (12+)
13.55 Хоккей с мячом. Чемпионат России. Финал
16.45 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция
22.35 Дартс. OLMРBET Международная лига. Тур 2. Прямая трансляция
01.55 Баскетбол. «Фуна» (Москва) - «Астана» (Казахстан). Единая лига ВТБ. (6+)
03.55 Новости. (0+)
04.00 Лыжные гонки. Альфа-Банк Чемпионат России. Командный спринт. Трансляция из Архангельской области. (0+)
06.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат России. (6+)
07.10 Лица страны. (12+)
07.25 15.25 Сочи. 10 лет спустя. (12+)
07.50 10.00 13.00 Новости
07.55 «Вы это видели». (12+)
08.45 12.15 15.05 18.10 21.15
01.55 02.15 02.30 04.50
Спецрепортаж. (12+)
09.05 05.05 География спорта. (12+)
09.30 18.25 05.30 «бхб». (12+)
10.05 13.05 Художественная гимнастика. Гран-при. Кубок Чемпионки. (6+)
12.30 Здоровый образ (12+)
14.45 Небесная грация. (0+)
16.00 Лыжные гонки. Чемпионат России. (0+)
18.55 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
21.45 Хоккей с мячом. Чемпионат России. (12+)
23.35 «Вид сверху». (12+)
00.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
02.45 Спортивная гимнастика. Чемпионат России. (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000 VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ ДОМ КИНО ДОМ КИНО СУББОТА! СУББОТА!
05.45 «ПИАНИСТ». (16+)
08.20 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (16+)
10.45 «ЖЕНА СМОТРИТЕЛЯ ЗООПАРКА». (16+)
13.10 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
15.00 «ЧЕЛОВЕК-МОТЫЛЕК». (16+)
17.15 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)
Комедийно-приключенческий боевик, Гонконг, Югославия, 1986 г.
19.00 «ДОСПЕХИ БОГА-2: ОПЕРАЦИЯ «КОНДОР». (16+)
21.10 «ДОСПЕХИ БОГА-3: МИССИЯ «ЗОДИАК». (12+)
23.30 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (16+)
01.30 «С МЕНЯ ХВАТИТ». (16+)
03.20 «ГОТИКА». (16+)
04.55 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
07.10 «Смешарики». Мультсериал. (16+)
08.00 «СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
09.55 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)
11.35 «ХЭППИ-ЭНД». (12+)
13.30 «БАТЯ». (16+)
15.00 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)
17.00, 17.55 «СКЛИФОВОСКИЙ». (18+)
18.55 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
20.40 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
Россия, 2022 г.
22.25 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)
00.05 «БУЛКИ». (16+)
01.50 «ЭКИПАЖ». (16+)
04.00 «ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ». (16+)
06.20 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
07.35 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
09.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
11.00 «СВАТЫ». (16+)
14.00 «ЗНАХАРЬ». (16+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
21.00 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
Сериал. Россия, 2016 г.
В ролях: Александра Никифорова, Дмитрий Фрид, Сергей Друзьяк, Борис Хвошнянский, Ирина Сидорова
23.00 «МАЖОР-2». (16+)
01.10 «ДУБЛЁР». (18+)
02.35 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖИЧЬО». (18+)
04.05 «ПЛЮС ОДИН». (16+)
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
09.10 «МАРГОША». (16+)
Зимовский пользуется моментом, чтобы вновь приблизиться к месту главного редактора...
12.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
Федя уверен, что его очередная девушка наслала на него проклятье...
16.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
Даша и Юля узнают правду о Петре. Дядя Боря и Сеня устраивают рыбалку на крыше отеля...
21.50 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
«Медведи» выходят в финал плей-офф, где их ждёт встреча с «Металлистом»...
01.45 «б кадров». (16+)
03.55 «Три кота». (0+)
00.00 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
02.05 «МАЛЫШ В ДЕВОЧКЕ». (16+)
04.00 «АС ИЗ АСОВ». (16+)
05.55 «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД!». (16+)
07.25 «БОЛЬШОЙ СОЛДАТ». (16+)
09.10 «МАЛАВИТА». (16+)
11.10 «СВИНГЕРЫ». (16+)
13.00 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА. СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (18+)
14.50 «ПЛОХИЕ ПАРНИ-2». (18+)
17.40 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (18+)
19.30 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙМИ». (16+)
21.15 «РОДНЫЕ». (18+)
23.05 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
06.45 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)
07.35 Мультфильмы. (0+)
08.25 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОСКАЯ». (6+)
10.55 «ФАРА». (18+)
12.20 «КАК СТАТЬ СЧАСТЛИВЫМ!». (12+)
13.55 «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЕТ». (12+)
16.20 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (12+)
18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
19.50 «ИНКОГНИТО ИЗ ПЕТЕРБУРГА». (12+)
21.30 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХОДИТСЯ». (12+)
22.55 «РОДНЯ». (12+)
00.35 «Нонна Мордюкова. Простая история». (16+)
01.25 «ДВОРЯНСКОЕ ГНЕЗДО». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
06.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
12.30 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
13.30 Монастырская кухня. (0+)
14.00 «ЧАКЛУН И РУМБА». (12+)
15.50, 16.55 «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ». 1-2 серии. (12+)
18.00 «Великий покаянный канон преподобного Андрея Критского». День 3. Прямая трансляция. (0+)
20.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
22.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
23.00 Поле битвы. (16+)
23.35 Апокалипсис. Глава 3. (16+)
00.30 Спас-стрим. (16+)
01.10 День Патриарха. (0+)
01.25 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
02.15 Профессор Осипов. (0+)
02.45 Во что мы верим. (0+)
03.35 Поле битвы. (16+)
04.05 В поисках святого города. Семь мучеников Херсонеса. 4 серия. (0+)
04.35 На камне спасения. (0+)
Православный календарь
20 марта
Седмица 1-я Великого поста. Глас 8. Священномучеников, в Херсонесе епископствовавших: Василия, Ефрема, Капитона, Евгения, Еферия, Елпидия и Агафодора.
Прп. Павла Препростого. Свт. Павла исп., еп. Прусиадского. Прп. Емилиана Итальянского. Сщмч. Николай пресвитера. Прмч. Нила, прмцц. Матроны, Марии, Евдокии, Екатерины, Антонины, Надежды, Ксении и Анны. Иконы Божией Матери, именуемой «Споручница грешных», в Корце (Ровенск. обл.), в Одрине (Орловск. обл.) и в Москве.
Великий пост.
«Благодать и правда – две руки Господа, простертые над каждым. Одна наказывает, чтобы другой представить случай помиловать».
Прп. Ефрем Сирин

МУЗЫКА

МУЗ МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
05.50, 06.15 10 самых! (16+)
06.40, 08.40, 15.00, 18.00, 23.05 PRO-новости. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
08.15 Топ чарт. (16+)
09.00 Новое Радио. (16+)
10.00 Плейлист. Весна. (16+)
11.00 #НАМУЗТВ. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Кто следующий? (16+)
14.00 Плейлист. Весна. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Битва фанклубов. (16+)
16.30 Хиты по-русски. (16+)
17.00 Консервы. (16+)
18.20, 18.55 10 самых! (16+)
19.20 Раз пошла такая Бьянка. (16+)
19.55 Слетни-шейкер. (16+)
20.30, 21.00, 21.35 Хит-Стариз. (16+)
22.05 Отставшие: звезды на пенсии. (16+)
23.30 Плейлист. Весна. (16+)
00.30 Муз'итив. (18+)

7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ	ТНТ	РЕН
 22.00 «ПЕРЕВЕДИ ЕЁ ЧЕРЕЗ МАЙДАН». (16+)	 16.30 «Малахов». (16+)	 02.35 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)	 15.10 «РУФУС. ХРОНИКИ ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ». (6+)	 16.00 «ЖУКИ». (16+)	 22.00 «Смотреть всем!» (16+)			
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости (с субтитрами) 09.20 «Под небом Крыма». (12+) 09.50 «Жить здорово!» (16+) 10.45 Информационный канал. (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Информационный канал. (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Премьера. «Давай поженемся!». (16+) 16.05 «Мужское / Женское». (16+) 17.00 Информационный канал. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+) 21.00 «Время» 22.00 «ПЕРЕВЕДИ ЕЁ ЧЕРЕЗ МАЙДАН». (16+) 23.00 «Большая игра». (16+) 00.10 Подкаст.Лаб. (16+)	05.00 Утро России 09.00 Вести. Местное время 09.30 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.30 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.30 Вести. Местное время 14.55 «Наши». (12+) 16.00 Вести 16.30 «Малахов». (16+) 17.30 «60 минут». (12+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Местное время 21.20 «ВАСНЕЦОВА». (12+) Убита бухгалтер янтарной компании Инга Букмеева. Главным подозреваемым становится её бывший муж, который неоднократно избивал девушку. Однако у него обнаруживается алиби. 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+) 03.40 «МОРОЗОВА». (16+)	04.55 «ПАСЕЧНИК». (16+) 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+) 08.00 «Сегодня» 08.25 «ПЁС». (16+) 10.00 «Сегодня» 10.35 «ПЁС». (16+) 13.00 «Сегодня» 13.25 «Чрезвычайное происшествие» 14.00 «Место встречи» 16.00 «Сегодня» 16.45 «За гранью». (16+) 17.50 «ДНК». (16+) 19.00 «Сегодня» 20.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+) Артем возвращается из школы в свой одиноко стоящий среди горного леса дом и видит, что туда забрался медведь. 22.10 «ПРЕТОРИАНЕЦ». (16+) 23.35 «Сегодня» 00.00 «ПРЕТОРИАНЕЦ». (16+) 00.55 «Поздняков». (16+) 01.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+) 02.05 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+) 02.35 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)	06.00 Ералаш. (16+) 06.30 «Маша и Медведь». (0+) 08.00 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+) 09.00 Уральские пельмени. (16+) 09.25 «ПО КЛИЧКЕ «ЧУДАК». (12+) 11.20 «РЫЖИЙ ПЁС». (16+) 13.15 «ЛЕССИ: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (6+) 15.10 «РУФУС: ХРОНИКИ ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ». (6+) 17.00 «ТАЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+) 17.55 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+) 20.30 «ОТМОРОЖЕННЫЕ». (16+) 21.30 «КИН». (16+) 23.40 «G.I. JOE. БРОСОК КОБРЫ-2». (18+) 01.50 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+) 03.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+) 05.10 Ералаш. (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+) 09.30 «Салон». (16+) 10.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+) 15.00 «Это нормально?» (16+) 16.00 «ЖУКИ». (16+) 19.00 «НАСЛЕДСТВО». (16+) Узнав, что Лидия с мужем едут в гольф-клуб, Мауро врет про семейный ужин и встречает семью Маши и Леши, и вечером семьи встречаются в условленном месте. 22.00 «Женский стендап». (16+) 23.00 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД-2». (16+) 00.50 «МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ». (16+) 02.15 «Я тебе не верю». (16+) 03.00 «Импровизация. Команды». (16+) 04.40 «Шоу Студия Союз». (16+) 06.20 «Импровизация». (16+)	05.00 18.00 03.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрим утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Документальный спецпроект». (16+) 10.00 «Засекреченные списки». (16+) 11.00 «Как устроен мир». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 04.05 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ВЕТРЕНАЯ РЕКА». (16+) 22.00 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «АЛЕКСАНДР». (18+)			

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ	ОТР	ОТР
05.00 Кондитер. (16+) 06.10 Пятница News. (16+) 06.50 Гость у порога. (16+) 08.30 Черный список. (16+) 09.50 Адский шеф. (16+) 13.20 21.30 Четыре свадьбы. (16+) 19.00 Большие девочки. (16+) 00.00 «ЛЕВ». (16+) 02.00 Пятница News. (16+) 02.20 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (18+) 03.50 Дикие животные. (16+) 04.20 Пятница News. (16+) 04.40 «Простоквашино». (0+)	06.00 Дорожные войны 2.0. (16+) 06.50 Дорожные войны. Лучшее. (16+) 07.20 Дорожные войны. (16+) 09.10 «КУХНЯ». (12+) 13.30 Притворщики. (16+) 15.30 Решала. (16+) 16.30 Улётное видео. (16+) 19.00 Решала. (16+) 22.00 Заступницы. (16+) 00.00 Опасные связи. (18+) 02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+) 04.10 Решала. (16+) 05.45 Дорожные войны 2.0. (16+)	06.00 «Утро вместе». (12+) 09.05 09.35 ОТРАЖЕНИЕ 10.10 21.40 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+) 12.00 13.10 14.05 18.20 ОТРАЖЕНИЕ. Республика Крым. Севастополь 15.50 «Севастополь - песня моя!» (12+) 17.00 «Здоровая среда». (12+) 18.00 «Губернские новости». (12+) 23.25 «КОРОТКОЕ ЗАМЫКАНИЕ». (18+) 01.50 ОТРАЖЕНИЕ. Республика Крым. Севастополь. Главное. (12+) 05.20 «За дело!» (12+)	04.50 «Путь к Победе» (18+) 05.50 «БАЛАБОЛ». (16+) Провинциальный оперативник Саня Балабин - волк-одиночка с неясным чувством юмора, который твердо уверен: со своими личными проблемами и любыми трудностями на работе он сможет справиться без чьей-либо помощи. Эту уверенность Балабин часто рушит сама жизнь, которая все время подкидывает ему просто безвыходные ситуации, и тут на выручку стражу порядка приходят его верные друзья - Грибанов и Кузнецик... 23.59 «Путь к Победе» (16+) 01.00 «РЖЕВ». (16+) 02.50 «72 МЕТРА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ	МУЛЬТ
05.00 Ранние пташки. «Ангел Бэби», «Котики, вперед!», «Поезд динозавров», «Ми-Ми-Мишки». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.35 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+) 08.10 «Школьный автобус Гордон». (0+) 08.25 «Роботар Поли и его друзья». (0+) 09.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 10.45 «Проще простого!» (0+) 11.05 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 13.15 «Мотофайтеры». (6+) 13.35 «Инфинити Надо». (6+) 14.05 «Тобот». (6+) 14.30 «Навигатор. Новости». (0+) 14.45 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+) Новые приключения Белки, Стрелки и друзей на лунной космической станции! 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+) 17.00 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+) 17.10 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 20.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+) 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 21.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 22.00 «Мотофайтеры». (6+) 22.35 «Винни-Пух». (0+) 22.45 «Винни-Пух идет в гости». (0+) 23.00 «Винни-Пух и день забот». (0+) 23.20 «Ералаш». (6+) 00.10 «Ну, погоди! Каникулы». (6+) 01.15 «Таинственные золотые города». (6+) 02.45 «Бобби и Билл». (0+) 03.45 «Смешарики». (0+)	06.00, 12.00, 15.20, 21.00, 02.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+) Мультсериал рассказывает о приключениях белого медвежонка по имени Белая Тучка и буроного Кеша, а также их друзей Лисички и Цыпленка Цыпы. Друзья не могут просто так сидеть на месте, а потому приключения их всегда находят. Вместе с героями много нового узнают и маленькие зрители. Несмотря на разные, а иногда даже диаметрально противоположные характеры, медвежата находят выход из любой ситуации, потому что их дружба сильнее любых проблем. 10.35, 19.50 «Мини-Мишки». (0+) Малыши Кеша, Тучка, Лисичка, крот Валя, еноты-близнецы Саня и Соня, а также цыпленок Цыпа живут в маленьком игрушечном городке, где все выглядит нарядным и веселым. Каждый день они выходят из своих домиков и увлеченно играют на детской площадке, где постоянно попадают в различные сложные ситуации. Проблемы, кажущиеся взрослым незначительными, для наших героев очень важны, и они отважно справляются с ними. Увлекательный анимационный спин-офф сериала «Ми-Ми-Мишки» ответит на большие вопросы вашего маленького ребенка. 11.45 «Школьный автобус Гордон». (0+) 15.00 «Тобот». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VJU HISTORY	ЗДОРОВОЕ ТВ
04.25 Народный фронт Победы. (12+) 04.55, 09.05, 09.40 Книжные аллеи. (12+) 05.25, 19.25 Легенды науки. (12+) 05.55 Пешком по Москве. (6+) 06.15, 17.15 Пешком в историю. (12+) 06.45 Во имя человечества. (12+) 07.15 Звезда и смерть графа Вронского. (12+) 08.05 Георгий Победоносец. (16+) 08.55 Обыкновенная история. (6+) 10.10 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+) 11.10, 11.35 В поисках утраченного искусства. (12+) 12.05 Секреты истории. (16+) 14.00 Мемориалы России. (12+) 14.35 Как Пётр Эссен спас город Петра. (12+) 15.05 Без срока давности. (12+) 16.00 Архивы истории. (12+) 16.15 Битва ставок. (12+) 17.00 Тайное становится явным. (12+) 17.50 Семь дней истории. (12+) 17.55 Урарту. Забытое царство. (12+) 18.50 Забытый полководец. (12+) 20.00 Историада. (12+) 20.55 Чесменский бой, или Греческий проект Екатерины Великой. (12+) 21.45 Расшифрованные сокровища. (12+) 22.40 История российских кадетских корпусов. (6+) 23.10 Бог войны. (12+)	06.15 Критская операция: Эвакуация. (12+) 07.10 Монголия Чингисхана: Расцвет монголов. (12+) 08.05 Монголия Чингисхана: Экспансия. (12+) 09.00, 10.00 Легенды Европы. (12+) 11.05, 11.35 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+) 12.00 Загадки планеты Земля. (16+) 12.55 Тайное досье Марко Поло. (12+) 13.55 Короли Африки. (12+) 14.50 Чёрное дерево: последние годы трансатлантической работорговли. (16+) 16.00 Монголия Чингисхана: Наследие монголов. (12+) 16.55 Сокровища Древней Греции. (12+) 17.55, 19.00 Легенды Европы. (12+) 20.00, 20.25 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+) 21.00 Загадки планеты Земля. (16+) 21.50 Критская операция: Окупация. (12+) 22.55 Битва за Окинаву: Операция «Айсберг». (16+) 23.55 Монголия Чингисхана: Расцвет монголов. (12+) 00.50 Монголия Чингисхана: Экспансия. (12+) 01.35, 02.30 Легенды Европы. (12+) 03.25, 03.50 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+) 04.15 Загадки планеты Земля. (16+)	06.05, 08.15, 08.35, 10.55, 11.15, 21.45, 22.05, 00.25, 00.45, 02.55, 03.15, 05.25, 05.45 Волшебный пендель с Никой Набоковой. (16+) 06.25, 08.55, 22.25, 01.05, 03.35 Прокачать за 600 секунд. (16+) 06.35, 09.05, 11.40, 14.15, 16.55, 19.45, 22.35, 01.10, 03.45 Ой, мамочки! (Санной Левандой). (12+) 07.00, 04.10 Хляя. (16+) 07.25, 10.00, 12.35, 15.10, 18.00, 23.30, 02.05, 04.35 Суп дня. (16+) 07.35, 10.15, 21.05, 23.45, 02.15, 04.50 Сыроварня. (12+) 07.50, 10.25, 13.00, 15.35, 18.30, 21.15, 23.55, 02.30, 05.00 Внешние данные. (12+) 09.30 Что такое стресс? (16+) 12.10 Антибиотик и микробы. (16+) 12.45, 15.25, 18.15 Доктор смузи. (12+) 13.25, 16.05, 18.55 Психология в деталях. (16+) 13.45, 16.25, 19.10 Краткий курс счастливой мамы. (12+) 14.45, 17.20 Бальнеологическое общество. (16+) 17.50 Имеешь право. (12+) 20.10 Медицина будущего. Онкологические заболевания: мифы и реальность. (16+) 20.40 Медицина будущего. Диабет сегодня: жизнь без ограничений? (16+) 23.00 Рак груди. (16+) 01.40 Таблетка от старения. (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



20.05 Открытая книга

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 15.20 «Обитаемая Вселенная»
- 08.00 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 «ТАЛАНТ»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.00 ХХ век
- 13.00 «Коллекция историй»
- 13.30 00.00 «ПОРУС»
- 14.35 Абсолютный слух
- 16.15 «2 Верник 2»
- 17.15 «Пряничный домик»
- 17.45 02.15 Шедевры камерно-инструментальной музыки
- 18.45 «Острова»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 Открытая книга
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «В четверг и больше никогда»
- 21.30 «Энигма»
- 22.15 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»
- 23.15 «История русской промышленности»

ТВЦ ТВЦ



22.35 «10 самых...» (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
- 10.40 02.10 «Горькие слезы советских комедий». (16+)
- 11.30 14.30 17.50 22.00 События
- 11.50 «НЫРЯЛЬЩИЦА ЗА ЖЕМЧУГОМ». (12+)
- 13.45 05.25 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Дело принцеппа». (16+)
- 18.10 04.55 «Хватит слухов!» (16+)
- 18.45 «ГАДАЛКА». (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Легенды эстрады». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Следствие ведет КГБ. Час двойника». (16+)
- 01.25 «90-е. Заказные убийства». (16+)

3 ТВ-3



11.00 Знаки судьбы. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.35 16.15 «Слепая». (16+)
- 09.45 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 11.00 Знаки судьбы. (16+)
- 12.15 Мистические истории. (16+)
- 13.15 «Старец». (16+)
- 14.35 Гадалка. (16+)
- 18.05 «КАРПОВ». (16+)
- 21.15 «МАЖОР». (16+)
- 23.15 «ПОБЕЖДАЯ ВРЕМЯ». (16+)
- 2005 год. Дни смертоносного урагана «Катрин», который сметает все на своем пути, повергли Новый Орлеан в шок. Отец из всех сил пытается спасти свою дочь. Он не в силах справиться со стихией. Но выхода нет - на спасение дочери остаются считанные часы.
- 01.15 «ГОРНИЧНАЯ». (16+)
- 02.45 Дневник экстрасенса. (16+)

ДОМАШНИЙ



14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.15 Давай разведёмся! (16+)
- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 «Понять. Простить». (16+)
- 11.40 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Кризисный центр». (16+)
- 19.00 «КОГДА ЛЮБОВЬ СОВСЕМ НЕ ЖДЁШЬ». (16+)
- 23.10 «Понять. Простить». (16+)
- 00.20 «Порча». (16+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 01.55 «Верну любимого». (16+)
- 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 02.45 Тест на отцовство. (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.25 04.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 08.35 «День ангела». (0+)
- 09.30 13.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)
- 02.45 «СЛЕД». (16+)

★ ЗВЕЗДА

- 05.00 13.45 15.05 17.15 04.30 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 03.15 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (12+)
- 12.35 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 13.25 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.15 «ГАИШНИКИ». (16+)

ТВ ГУБЕРНИЯ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 «МАРГАРИТА НАЗАРОВА». (16+)
- 12.00 17.45 04.00 «Здоровая среда». (12+)
- 13.00 16.30 «ПАРФЮМЕРША». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «ЗАСТУПНИКИ». (16+)
- 17.30 01.45 «Спортивная семья». (12+)
- 18.45 22.30 «Служу Отчеству». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 21.10 02.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 22.00 01.15 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 00.45 03.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 22.45 «Открываем Воронеж». (12+)
- 23.00 «МЭРАЙЯ МУНДИ И ШКАТУЛКА МИДАСА». (16+)
- Мир семнадцатилетнего Мэрайя Мунди меняется, когда его родители внезапно исчезают, оставив юношу и его брата Феликса на произвол судьбы...
- 03.30 «От 7 до 17». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ МАТЧ! СТРАНА МАТЧ! СТРАНА
- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Вид сверху». (12+)
- 07.00 10.05 15.50 Новости
- 07.05 13.00 14.10 15.55 21.55 00.20 Все на Матч!
- 10.10 «Шумахер и Шумахер». (12+)
- 10.55 12.10 Бобслей и скелетон. Чемпионат России. Мужчины
- 11.50 Специальный репортаж. (12+)
- 13.25 14.35 Бобслей и скелетон. Чемпионат России. Двойки. Мужчины
- 15.20 01.25 «Большой хоккей». (12+)
- 16.45 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция
- 22.35 Смешанные единоборства. UFC. Пётр Ян. (16+)
- 00.55 Фрирайд. Мировой тур. Трансляция из Грузии. (6+)
- 01.55 Баскетбол. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) - «ПАРМА» (Пермский край). Единая лига ВТБ. (6+)
- 03.55 Новости. (0+)
- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 08.50 12.10 13.05 17.25 17.45 18.05 01.55 04.50 Спецрепортаж. (12+)
- 08.15 «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)
- 09.05 «Здоровый образ». (12+)
- 09.30 «Вид сверху». (12+)
- 10.05 Дартс. Международная лига. (0+)
- 11.55 Лица страны. (12+)
- 12.30 География спорта. (12+)
- 13.25 «Физруки». (12+)
- 13.55 «Ручная работа». (12+)
- 14.25 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок России. (6+)
- 18.25 Большой хоккей (12+)
- 18.55 Баскетбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 20.50 22.30 Бобслей и скелетон. Чемпионат России. (6+)
- 00.05 Баскетбол. Единая Лига ВТБ. (6+)
- 02.15 «Спортивный интерес». (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 05.55 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.00 Плейлист. Весна. (16+)
- 11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 12.00 Хиты по-русски. (16+)
- 13.00 Кто следующий? (16+)
- 14.00 Плейлист. Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Love чат. (16+)
- 17.00 Моя волна. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20, 18.55 10 самых! (16+)
- 19.20 Хит-Стories. Винтаж «Знак Водолея». (16+)
- 20.00 Топ-30. (16+)
- 22.00 Тальков. Про рок в своем отечестве. (16+)
- 23.00 PRO-новости. (16+)
- 23.25 Плейлист. Весна. (16+)
- 00.30 Рок нон-стоп. (18+)
- 01.30 Муз'итив. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- VIJU TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ ДОМ КИНО ДОМ КИНО СУББОТА! СУББОТА!
- 06.30 «ДОННИ ДАРКО». (16+)
- 08.50 «2:22». (16+)
- 10.45 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)
- 12.30 «ДОСПЕХИ БОГА-2: ОПЕРАЦИЯ «КОНДОР». (16+)
- 14.35 «ДОСПЕХИ БОГА-3: МИССИЯ «ЗОДИАК». (12+)
- 17.00 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (16+)
- 19.00 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)
- Романтическая мелодрама, США, 2002 г.
- 21.00 «ТАМ, ГДЕ СЕРДЦЕ». (16+)
- Мелодрама, США, 2000 г.
- 23.20 «ВЕРЮ В ЛЮБОВЬ». (12+)
- Музыкальная мелодрама, США, 2020 г.
- 01.30 «2:22». (16+)
- 03.05 «ДОННИ ДАРКО». (16+)
- 04.50 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.10 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.00 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)
- 09.40 «БЛОКБАСТЕР». (16+)
- 11.15 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
- 13.05 «СКОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 15.00 «БУЛКИ». (16+)
- 17.00, 18.00 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.55 «1993». (16+)
- Россия, 2023 г.
- 21.50 «ПИРАММИДА». (16+)
- 23.55 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)
- 01.55 «ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ». (16+)
- 03.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)
- 04.50 «Аленький цветочек». Мультфильм. (6+)
- 05.50 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 07.15 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 09.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.00 «СВАТЫ». (16+)
- 14.00 «ЗНАХАРЬ. ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
- 23.00 «МАЖОР-2». (16+)
- Сериял. Россия, 2016 г. В ролях: Павел Прилучный, Карина Разумовская, Дмитрий Шевченко, Денис Шведов, Александр Обласов
- 01.10 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ!». (16+)
- Россия, 2011 г.
- 03.15 «МЕТРО». (16+)
- 05.00, 07.25 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 07.00 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 16.30, 17.20, 18.10 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 19.00, 20.00 «КАРМЕЛИТА». (16+)
- Сериял. Мелодрама, Россия, 2005 г.
- 21.00, 22.00 Моя жена рулит. (16+)
- 23.15 Суббота News. (16+)
- 23.30, 00.00 «МАХАБАХАРАТА». (16+)
- 00.20 Интервью со звездами. Светлана Бондарчук. (16+)
- 01.50 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 02.30 Мультсериалы. (0+)
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «МАРГОША». (16+)
- Между Марго и Калугиным возникает конфликт...
- 12.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- Сеня и Марина поменялись... нет, не телами, а всего лишь ролями...
- 16.55 «ОТЕЛЬ «ЛЕОН». (16+)
- Бегунова Шеф-повар Виктор Баринов ушёл на пенсию, а Элеонора Андреевна встретила мужчину своей мечты. Михаил Джекович по-прежнему отвечает за порядок в «Элеоне», шеф-повар ресторана «Victor» назначили Сеню...
- 21.45 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- 01.45 «б кадров». (16+)
- 03.50 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «МАМА, Я ЖИВ!» (12+)
- 06.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Знамение». (0+)
- 11.35 В поисках святого города. Семь мучеников Херсонеса. 4 серия. (0+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.35 Монастырская кухня. (0+)
- 14.00 «ДЫМ ОТЕЧЕСТВА». (0+)
- 15.50, 16.55 «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ». 2-3 серии. (12+)
- 18.00 «Великий покаянный канон преподобного Андрея Критского». День 4.
- 20.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 22.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 23.00 Поле битвы. (16+)
- 23.35 Апокалипсис. Глава 4. (16+)
- 00.30 Спас-стрим. (16+)
- 01.10 День Патриарха. (0+)
- 01.25 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 02.15 В поисках Бога. (12+)
- 02.45 Во что мы верим. (0+)
- 03.35 Поле битвы. (16+)
- 04.05 Дети войны. Возвращение. (12+)

Православный календарь

21 марта
Седмица 1-я Великого поста. Глас 8.
Прп. Феодилakta исп., еп. Никомидийского.



Божией Матери «Знамение» Курской-Коренной.

Великий пост.
«Надо без ропота принимать любовью поворот кормила, которым Бог изводит меня из борьбы и жизни, пока не войду в тихую пристань...»
Свт. Григорий Богослов

РОССИЯ К
Культура



23.00
«2 Верник 2»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 15.20 «Обитаемая Вселенная»
- 08.00 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.50 «ТАЛАНТ»
- 10.20 Шедевры старого кино
- 12.00 Открытая книга
- 12.45 «Рассекреченная история». День памяти жертв Хатыни
- 13.15 «ЗАБЫТОЕ ремесло»
- 13.30 «ПОРУС»
- 14.35 Власть факта
- 16.15 «Энигма»
- 17.15 Письма из провинции
- 17.45 «Вертинский. Русский Пьеро». Спектакль-концерт Николая Мартона
- 18.45 «Царская ложа»
- 19.45 Линия жизни
- 20.40 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»
- 23.00 «2 Верник 2»
- 00.00 «ТАЙНА ЭЙФЕЛЕВОЙ БАШНИ». (18+)

ТВЦ



14.50 Город новостей

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «МОЯ ЗВЕЗДА». (12+)
- 12.30 «КУПЕЛЬ ДЬЯВОЛА». (16+)
Катя Соловьева неожиданно для себя становится владелицей картины легендарного мастера Северного Возрождения. История полотна полна тайн и мифов, главный из которых заключен в том, что «картина убивает».
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «КУПЕЛЬ ДЬЯВОЛА». (16+)
- 16.55 «Актерские драмы» (16+)
- 17.50 События
- 18.05 «ГАДАЛКА». (16+)
- 22.00 «В центре событий»
- 23.00 «Хорошие песни». (12+)
- 00.35 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (12+)
- 02.05 «Петровка, 38». (16+)
- 02.20 «Женская версия. Мышеловка». (12+)
- 05.20 «10 самых...» (16+)

3



11.00 Новый день. (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.00 «Леди Бэг и Суперкот». (6+)
- 08.35 16.45 «Слепая». (16+)
- 10.00 Гадалка. (16+)
- 11.00 Новый день. (16+)
- 11.45 Гадалка. (16+)
- 12.15 Мистические истории. (16+)
- 13.15 Гадалка. (16+)
- 14.35 Вернувшиеся. (16+)
- 18.30 Человек невидимка. (16+)
- 19.45 «МОДИФИКАТЫ». (16+)
Когда за простым уборщиком Джозефом приходят двое в черном, парень пытается бежать. Он явно не самый обычный человек, раз на его захват отправлена целая группа вооруженных людей.
- 21.45 «КОД 8». (16+)
- 23.45 «НЕКРОМАНТ». (18+)
- 01.30 «ПРОКЛЯТИЕ АРТУРА». (18+)
- 03.00 Мистические истории. (16+)

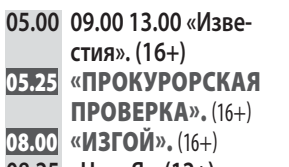
ДОМАШНИЙ



13.30 «Верну любимого». (16+)

- 06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
- 08.25 Тест на отцовство. (16+)
- 10.40 «Понять. Простить». (16+)
- 11.45 «Порча». (16+)
- 12.55 «Знахарка». (16+)
- 13.30 «Верну любимого». (16+)
- 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 14.40 «Кризисный центр». (16+)
- 19.00 «МЫ ЭХО ДРУГ ДРУГА». (16+)
- 23.10 Уютное утро. (16+)
- 23.40 «Понять. Простить». (16+)
- 00.50 «Порча». (16+)
- 01.50 «Знахарка». (16+)
- 02.15 «Верну любимого». (16+)
- 02.45 «Голоса ушедших душ». (16+)
- 03.10 Тест на отцовство. (16+)

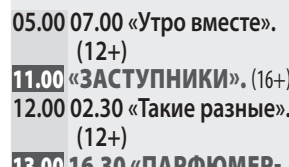
5



05.00 09.00 13.00 «Известия». (16+)

- 05.25 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 08.00 «ИЗГОЙ». (16+)
- 08.25 «Новая». (12+)
- 09.30 «ИЗГОЙ». (16+)
- 12.45 13.30 «ИЗГОЙ: НЕЧИСТЬ». (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (16+)
- 01.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
- ★ ЗВЕЗДА**
- 06.10 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)
- 10.10 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)
- 12.20 13.25 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 14.30 15.05 17.15 «ВИКИНГ-2». (16+)
- 19.40 «Загадки века». (12+)
- 21.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 23.30 Музыка+. (12+)
- 00.55 «МОЙ ЛАСКОВЫЙ И НЕЖНЫЙ ЗВЕРЬ». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ



05.00 07.00 «Утро вместе». (12+)

- 11.00 «ЗАСТУПНИКИ». (16+)
- 12.00 02.30 «Такие разные». (12+)
- 13.00 16.30 «ПАРФЮМЕРША». (16+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 15.30 «Футбол губернии». (12+)
- 17.30 02.00 «Мастерская спорта». (12+)
- 18.00 «Служу Отечеству». (12+)
- 18.15 «От 7 до 17». (12+)
- 18.45 «Специальный репортаж». (12+)
- 19.00 «Новости дайджест». (12+)
- 19.10 «Вечер вместе». (12+)
- 20.00 01.30 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 20.30 «Просто жизнь». (12+)
- 21.00 01.00 «Точка.ру». (12+)
- 22.00 «Малая сцена». (12+)
- 23.30 «ДИАЛОГ С ПРОДОЛЖЕНИЕМ». (16+)
Алексей не видел с отцом с тех пор, как тот развелся с матерью. До поступления в институт он решил навестить отца.
- 03.30 «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛОВУШКА». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** МАРЧ! ТВ
- 06.00 «Кто кого?» (12+)
- 06.30 «Большой хоккей». (12+)
- 07.00 09.10 Новости
- 07.05 14.30 21.55 Все на Матч!
- 09.15 Небесная грация. (0+)
- 09.35 Лыжные гонки. Альфа-Банк Чемпионат России. Эстафета. Женщины
- 11.30 Лыжные гонки. Альфа-Банк Чемпионат России. Эстафета. Мужчины
- 13.55 14.55 Бобслей и skeleton. Чемпионат России. Женщины
- 15.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция
- 22.45 Бокс. Vane Knuckle FC. Прямая трансляция из Болгарии
- 01.00 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 01.30 География спорта. (12+)
- 02.00 Баскетбол. УНИКС (Казань) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Единая лига ВТБ. (6+)
- МАТЧ! СТРАНА** МАТЧ СТРАНА
- 06.00 Баскетбол. Чемпионат России. Суперлига. (6+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 «Якушин. Первый среди первых». (12+)
- 08.50 11.55 12.10 15.00 16.40 20.40 22.50 02.20 04.50 Спецрепортаж. (12+)
- 09.05 05.05 «Ручная работа». (12+)
- 09.30 05.30 «Большой хоккей». (12+)
- 10.05 Дартс. Международная лига. (0+)
- 12.30 17.55 «Вид сверху». (12+)
- 13.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)
- 15.20 21.00 Страна смотрит спорт. (12+)
- 15.55 17.00 21.30 Бобслей и skeleton. Чемпионат России. (6+)
- 17.40 Лица страны. (12+)
- 18.25 Фехтование. Международный турнир. (6+)
- 23.10 00.35 Лыжные гонки. Чемпионат России. (0+)
- 02.35 «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ** МУЗ-ТВ
- 05.00 Муз'итив. (16+)
- 05.50, 06.15 10 самых! (16+)
- 06.40 PRO-новости. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 08.15 Teen чарт. (16+)
- 08.40 PRO-новости. (16+)
- 09.00 Топ-30. (16+)
- 11.25 10 самых! (16+)
- 12.00 Топ15 Like FM. (16+)
- 13.00 Лига клипов. (16+)
- 13.30 Перемотка. (16+)
- 14.30 Плейлист. Весна. (16+)
- 15.00 PRO-новости. (16+)
- 15.20 В десятку! (16+)
- 16.00 Новое Радио. (16+)
- 17.00 Консервы. (16+)
- 18.00 PRO-новости. (16+)
- 18.20 Сплетни-шейкер. (16+)
- 19.00 День рождения МУЗ-ТВ в Кремле-2022. (16+)
- 22.25 Народное диско. (16+)
- Музыкальный non-stop самых зазорных хитов.
- 23.30 Dance chart. (16+)
- 00.30 Танцпол. (16+)
- 02.00 Муз'итив. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

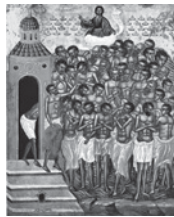
- VIJU TV1000** VIJU TV1000 РУССКОЕ
- 06.30 «ТАМ, ГДЕ СЕРДЦЕ». (16+)
- 09.00 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)
- 11.00 «ГОТИКА». (16+)
- 13.00 «С СЕНЯ ХВАТИТ». (16+)
- 15.10 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 17.00 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)
- 19.00 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
- 21.10 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (12+)
- 23.10 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВАРА». (12+)
- 01.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». (16+)
- 02.30 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 04.00 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- МОСФИЛЬМ** ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
- 01.20 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА. СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (18+)
- 03.05 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (18+)
- 04.40 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
- 06.40 «МАЛАВИТА». (16+)
- 08.40 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
- 11.10 «ПЛОХИЕ ПАРНИ-2». (18+)
- 13.55 «СВИНГЕРЫ». (16+)
- 15.45 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 17.40 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 19.30 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 21.15 «НЕСЧАСТЬЕ В СИЭТЛЕ». (6+)
- 23.15 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+)
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три коты». Мультсериал. (6+)
- 07.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.05 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)
- 10.10 «1993». (16+)
- 13.05 «ПИРАММИДА». (16+)
- 15.10 «ХОТТАБЫЧ». (16+)
- 17.00, 17.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 18.55 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (6+)
- 20.35 «ЭКИПАЖ». (16+)
- 23.10 «ВИКИНГ». (16+)
- 01.40 «СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 03.20 «БАТЯ». (16+)
- 04.30 «Дикие лебеди». Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО** ДОМ КИНО
- 05.25 «Три коты». Мультсериал. (6+)
- 06.15 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 07.35 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 09.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.00 «СВАТЫ». (16+)
- 14.00 «ЗНАХАР. ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ». (16+)
- 23.00 «МАЖОР-2». (16+)
- 02.00 «СЕМЬ УЖИНОВ». (18+)
- Россия, 2019 г.
- 03.30 «ГУДБАЙ, АМЕРИКА». (16+)
- Россия, 2020 г.
- 05.05 «30 СВИДАНИЙ». (18+)
- СУББОТА!** СУББОТА!
- 05.00, 08.40, 10.50 «Маша и Медведь». «Машини сказки». «Машини страшники». Мультсериалы. (0+)
- 08.10 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 10.20 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)
- 16.30, 17.20, 18.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 19.00, 20.00 «КАРМЕЛИТА». (16+)
- 21.00, 22.00 Богиня. (16+)
- 23.15 Суббота News. (16+)
- 23.20, 23.50 «МАХАБАХАРАТА». (16+)
- 00.20 Интервью со звездами. Лина Арифулина. (16+)
- 01.50 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 02.30 Мультсериалы. (0+)
- СТС LOVE** СТС LOVE
- 06.00 «Три коты». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «МАРГОША». (16+)
- Дочка Калугина оставляет отца и Марго наедине друг с другом. Снова происходит опасное сближение... (16+)
- 12.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 16.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- 21.45 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- Васген подозревает, что Дина украла у него сильнейшего действующего препарат. Шмельев убеждает Куницына, что Даша его использовала, а Лену подставила. Отец Бакина вырывает «Медведя». Сочников приглашает Олю в ресторан... (16+)
- 01.45 «б кадров». (16+)
- 03.50 «Три коты». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
- 05.10 «ФОТОГРАФИЯ НА ПАМЯТЬ». (0+)
- 06.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00 Дети войны. Возвращение. (12+)
- 12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.35 Монастырская кухня. (0+)
- 14.00 «ЖУРАВУШКА». (12+)
- СССР, 1969 г.
- 15.50, 16.55 «СТО ДНЕЙ СВОБОДЫ». 3-4 серии. (12+)
- 18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
- 20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 20.55 Святые воины. Массовые страдания воинов-мучеников. (6+)
- 21.30 Святые воины. Мученики первых веков. (6+)
- 22.00 Глобус православия с Марией Бутиной. (12+)
- 23.00 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 00.05, 00.35, 01.05, 01.35 Поле битвы. (16+)
- 02.05 День Ангела. Равноапостольные Константин и Елена. (0+)
- 02.35, 03.10 Святые воины. (6+)
- 03.40 Русский ковчег с Яном Таксиром. (12+)
- 04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

22 марта
Седмица 1-я Великого поста. Глас 8.
40 мучеников, в Севастийском озере мучившихся.



Мчч. Кократа и иже с ним: Киприана, Дионисия, Анекта, Павла, Крискента, Дионисия, Викторина, Виктор, Никифора, Клавдия, Диодора, Серафима, Папия, Леонида и мчч. Хариссы, Нунихии, Василиссы, Ники, Гали, Галины, Феодоры и иных многих. Мчч. Урпасиана. Св. Кесария, брата свт. Григория Богослова. Прав. Тарасия. Сщмчч. Михаила, Алексия, Димитрия, Сергия, Сергия пресвитеров и Николая диакона, прмчч. Иоасафа и прмчч. Наталия и Александры. Албазинской иконы Божией Матери, именуемой «Слово плоть бысть».

Великий пост.

«Человечество само собой не могло бы прибегнуть к покаянию – оно призвано и призывается к нему бесконечной благодатью Божией».

Свт. Игнатий (Брянчанинов)

ПЕРВЫЙ



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

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
 09.00 «Умницы и умники». (12+)
 09.45 «Слово пастыря». (0+)
 10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
 10.15 «Наше всё». (12+)
 11.05 «ПроУют». (0+)
 12.15 «Поехали!». (12+)
13.10 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+)
 15.50 «Ералаш». Детство строгого режима». (12+)
 16.55 «Я люблю мою страну». (0+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 «Эксклюзив». (16+)
 19.10 «Михаил Задорнов: вся жизнь». (16+)
 20.05 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
 21.00 «Время»
 21.35 «КВН». (16+)
 23.50 К 135-летию со дня рождения Вертинского. (16+)
 01.45 Подкаст Лаб. (16+)

РОССИЯ



08.35 «По секрету всему свету»

05.00 Утро России. Суббота
 08.00 Вести. Местное время
 08.20 Местное время. Суббота
 08.35 «По секрету всему свету»
 09.00 «Формула еды». (12+)
 09.25 «Пятеро на одного»
 10.10 Сто к одному
 11.00 Вести
 11.50 «В кругу друзей»
 12.50 «Доктор Мясников». (12+)
 14.00 Вести
 14.50 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+)
 17.00 Вести
 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
 20.00 Вести
21.00 «Я ОБЕЩАЮ МОЛЧАТЬ». (16+)
 Взрослую жизнь Даши трудно назвать счастливой: мать уговорила её выйти за Игоря, сына своей подруги, который пьёт и распускает руки...
00.55 «УЧИЛКА». (12+)
04.20 «МОЙ БЕЛЫЙ И ПУШИСТЫЙ». (12+)

НТВ



04.55 «ПАСЕЧНИК». (16+)

04.55 «ПАСЕЧНИК». (16+)
 06.20 «Жди меня». (12+)
 07.20 «Смотр». (0+)
 08.00 «Сегодня»
 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
 09.20 «Едим дома». (0+)
 10.00 «Сегодня»
 10.20 «Главная дорога». (16+)
 11.00 «Живая еда». (12+)
 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
 13.00 «Основано на реальных событиях». (16+)
 15.00 «Своя игра». (0+)
 16.00 «Сегодня»
 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
 17.00 Следствие вели... (16+)
 19.00 «Центральное телевидение»
 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
 21.20 «Звезды». (16+)
 23.00 «Международная пилорама». (18+)
 23.45 Квартирник НТВ. (16+)
 01.00 «Дачный ответ». (0+)
01.50 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)

СТС



14.05 «ДЖУМАНДЖИ. ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Три кота». (0+)
 07.30 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
 08.00 ПроСТО кухня. (12+)
 09.00 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
 10.00 Премьера! Безумные изобретения. (12+)
 10.30 Прятки. (16+)
 11.35 Уральские пельмени. (16+)
12.10 «ЛЕССИ: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (6+)
14.05 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)
16.35 «ДЖУМАНДЖИ: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (12+)
19.00 «КОРОЛЬ-ЛЬВЁНОК». (12+)
21.00 «ЧЕБУРАШКА». (6+)
23.15 «МЕГАЛОДОН». (16+)
01.10 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)
02.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
 04.55 «б кадров». (16+)
 05.10 Ералаш. (16+)

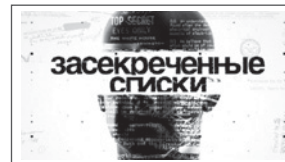
ТНТ



09.30 «Салон». (16+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
 08.30 «Хочу перемен». (16+)
 Второй сезон шоу, в котором ведущим станет Михаил Стогниенко.
 09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)
 Будни участников нового музыкального проекта, в котором за создание звезд отвечают Сергей Жуков и Сергей Шнуров...
 09.30 «Салон». (16+)
 10.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
 18.00 «Экстрасенсы. Реванш». (16+)
 19.30 «Новая Битва экстрасенсов». (16+)
 21.30 «Невеста. Экстра любовь». (16+)
 22.40 «Женский стендап». (16+)
 23.55 «Лига городов». (16+)
 01.10 «Я тебе не верю». (16+)
 02.05 «Импровизация. Команды». (16+)
 03.40 «Шоу Студия Союз». (16+)

РЕН



18.00 «Засекреченные списки». (16+)

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
 08.30 «Новости». (16+)
 09.00 «Минтранс». (16+)
 10.00 Самая полезная программа. (16+)
 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
 12.30 «Новости». (16+)
 15.00 «СОВБЕЗ». (16+)
 16.30 19.30 «Новости». (16+)
 17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
 18.00 «Засекреченные списки». (16+)
 19.00 «Добровозфире». (16+)
20.00 «ДОКТОР СТРАНДЖ». (16+)
22.10 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)
00.45 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК: ВДАЛИ ОТ ДОМА». (16+)
 02.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА
 05.00 «Тайны Медовой долины». (12+)
 05.30 Пятница News. (16+)
 06.00 «Простоквашино». (0+)
 07.30 Секреты на кухне. (16+)
 08.30 Мамы Пятницы. (16+)
 09.00 Четыре свадьбы. (16+)
 22.20 Большие девочки. (16+)
 00.50 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (18+)
 02.40 Пятница News. (16+)
 03.10 В дикой природе с Беаром Гриллсом. (18+)
 03.50 Дикие животные. (16+)

Ю
 05.05 «Маша и Медведь». (0+)
 09.15 Барышня-крестьянка. (16+)
 В реалити-эксперименте принимают участие две девушки из разных слоев общества. Героиня из города, которая не привыкла считать деньги, и жительница деревни, которая знает о роскошной жизни только из картинок в журналах или ТВ-программ.
 11.00 «Селянка-горожанка». (16+)
 14.15 «Беременная в 45». (16+)
 18.25 «Мама в 16». (16+)
 22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
 00.05 «Измены». (16+)
 03.55 «Супермама». (16+)

МИР
 05.00, 06.15, 09.05 Мультфильмы. (6+)
 06.00 Все, как у людей. (6+)
 07.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (16+)
 08.40 Исторический детектив. (16+)
 09.30 ФазендаЛайф. (6+)
 10.00 Погода в мире
 10.10 «СКАЗКА О ПОТЕРЯННОМ ВРЕМЕНИ». (16+)
 Сказка, СССР, 1964 г. В ролях: Олег Анофриев, Гриша Плуткин
 11.50, 16.15, 18.45 «СТАНИЦА». (16+)
 Сериал. Драма, Россия, 2013 г. В ролях: Нина Усатова, Мария Шушкина, Павел Трубинер, Максим Дрозд, Сергей Никоненко
 16.00, 18.30 Новости
 01.15 «О ЛЮБВИ». (16+)
 02.50 «СЛАВА». (12+)

Победа
 05.40 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (18+)
 07.30 «ЭКИПАЖ». (16+)
 09.40 «МЕТОД». (18+)
 Родион Меглин - единственный в своем роде специалист, следователь с самой высокой раскрываемостью серийных преступлений и человек с особенными наклонностями. Понять и перенять «метод Меглина» хочет выпускница юрфака Есения Стеклова - она просится к нему в стажеры. За интересом Есени скрывается глубокая личная драма: когда-то от рук маньяка погибла ее мать...
 01.00 «КОРОЛЁВ». (16+)
 02.50 «НОЧЬ ДЛИННОЮ В ЖИЗНЬ». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ
 05.00 Ранние пташки. «Панда и петушок Лука», «Маша и Медведь». (0+)
 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 07.35 «Петроникс». (0+)
 08.10 «Черепашки». (0+)
 09.25 «Цветняшки» (0+)
 09.45 «Простоквашино». (0+)
 11.00 «Семья на ура!» (0+)
 11.30 «Геройчики». (0+)
 13.00 «Это супер!» (0+)
 13.25 «Малыш и Карлсон». (0+)
 13.50 «Карлсон вернулся». (0+)
 14.10 «Кентервильское привидение». (0+)
 14.35 «Чик-Чирикино». (0+)
 16.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
 18.30 «Белка и Стрелка. Лунные приключения». (0+)
 На Земле начали происходить странные и загадочные явления, несущие угрозу для планеты. Их след ведет в космос, на темную сторону Луны. Кто же отважится полететь туда и всё высчитать? Раскрыть тайну века поручили отряду Казбека. Белка, Стрелка и вся команда отважных героев отправится на Луну, чтобы выполнить опасную миссию.
 19.45 «Белка и Стрелка. Карьерская тайна». (6+)
 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 21.20 «Буба». (6+)
 22.30 «Дикае скричеры!» (6+)
 23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
 00.40 «Ералаш». (6+)
 01.40 «Алиса и Льюис». (0+)
 03.05 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ
 06.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 11.00 «Луддвилль». (0+)
 На вершине высокой горы притаился небольшой городок - Луддвилль. В нем живёт необычный народец - Лудды. Каждый их день - это целая история! В центре забавных событий - маленькая лудд-Энн и её волшебный альбомчик. Любой предмет, нарисованный в нём, героиня может использовать в реальности, причем самым неожиданным образом.
 12.00 «Кошечки-собачки. Новая жизнь старых вещей». (0+)
 12.05 «Мини-мишки. Дружеская гонка». (0+)
 12.10 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Время весны». (0+)
 12.15 «Геройчики. Страшный праздник». (0+)
 16.00 «Геройчики». (0+)
 19.00 МУЛЬТПремьера! «Геройчики. Страшный праздник», «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Время весны», «Кошечки-собачки. Новая жизнь старых вещей», «Мини-мишки. Дружеская гонка», «Черепашки. Подарок», «Ник-изобретатель. Молчать нельзя спросить», «Буба. Неожиданный гость», «Фиксики. Дай пять! Смартфон». (0+)
 19.55 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
 23.35 «Фиксики. Новенькие». (0+)
 02.00 «Ник-изобретатель. Молчать нельзя спросить». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ
 00.00 Георгий Победоносец. (16+)
 00.50, 03.55 Обыкновенная история. (6+)
 01.00, 01.30, 22.00 Книжные аллеи. (12+)
 02.00 Неповторимое обаяние малых музеев. (12+)
 03.00 Россия глазами иностранцев. (12+)
 04.05 Секреты истории (16+)
 06.05 Мемориалы России. (12+)
 06.40 Как Пётр Эссен спас город Петра. (12+)
 07.10 Без срока давности. (12+)
 08.00 Урарту. Забытое царство. (12+)
 08.55 Забытый полководец. (12+)
 09.30, 21.30 Легенды науки. (12+)
 10.00, 13.50, 18.10 Расшифрованные сокровища. (12+)
 10.55 Ненаписанные мемуары. (12+)
 12.00 Историада. (12+)
 12.55 Чесменский бой, или Греческий проект Екатерины Великой. (12+)
 14.40 История российских кадетских корпусов. (6+)
 15.10 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
 16.00, 17.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
 19.05 Россия научная. (12+)
 19.25, 23.25 Народный фронт Победы. (12+)
 20.00 Северный морской путь. (16+)
 20.55 Временный комитет руля революции. (12+)
 22.35 Казачья республика. (12+)
 23.20 Семь дней истории. (12+)

VJH HISTORY
 06.15, 07.10 Сокровища Европы. (12+)
 08.10 Загадки планеты Земля. (16+)
 09.05 Монголия Чингисхана: Рассвет монголов. (12+)
 10.00 Монголия Чингисхана: Экспансия. (12+)
 10.55 Монголия Чингисхана: Наследие монголов. (12+)
 11.50, 12.50, 13.55, 14.55, 16.00 Легенды Европы. (12+)
 17.00, 17.25, 17.55 Охотники за утраченным искусством. (16+)
 18.20 Тинторетто и новая Венеция. (12+)
 20.05 Очень странные экспонаты: Золотая шляпа, куб нацистов и часы на миллиард фунтов. (12+)
 20.55 Очень странные экспонаты: Фальшивки, шпион и паровой мозг. (12+)
 21.50 Очень странные экспонаты: Шаман Ледникового периода, небо Бронзового века и лампочка в стиле стимпанк. (12+)
 22.45, 23.10, 23.40, 00.10, 00.40, 01.10, 01.35, 02.00 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)
 02.30 История без прикрас: Оккупированная Европа. (12+)
 03.20 История без прикрас: Нацизм. (12+)
 04.15 Битва за Окинаву: Операция «Айсберг». (16+)

ЗДОРОВОЕ ТВ
 06.00, 06.15, 06.25, 13.15, 13.25, 19.25, 19.35, 19.50, 02.40, 02.50 Суп дня. (12+)
 06.40, 20.00 Сыроварня. (12+)
 06.50, 07.05, 13.40, 13.55, 20.15, 20.25, 03.05, 03.15 Доктор смузи. (12+)
 07.20, 07.45, 14.05, 14.35, 20.40, 21.10, 03.30, 03.55 Внешние данные. (12+)
 08.10, 21.35 Отчаянные хозяйки. (12+)
 08.35, 08.55, 22.00, 22.20 Волшебный пендель с Никой Набоковой. (16+)
 09.15, 09.35, 15.00, 15.15, 22.40, 23.00, 04.20, 04.40 Психология в деталях. (16+)
 10.10, 10.35, 15.35, 16.00, 23.35, 00.00, 04.55, 05.30 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
 11.05, 11.30, 11.55, 16.40, 17.10, 00.30, 00.55, 01.20 Ой, мамочки! С Анной Левадной. (12+)
 12.20, 01.45 Антибиотики и микробы: Бесконечная история. (16+)
 12.45, 17.35, 02.10 Бальнеологическое общество. (16+)
 18.05 Медицина будущего. Онкологические заболевания. (16+)
 18.30 Медицина будущего. Диабет сегодня: жизнь без ограничений? (16+)
 18.55 Геномное редактирование. (16+)
 05.20 Прочасть за 600 секунд. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериалы (0+) рекомендуются детям любого возраста, (6+) - рекомендуются детям до 6 лет, (12+) - рекомендуются лицам старше 12 лет, (16+) - рекомендуются лицам старше 16 лет, (18+) - рекомендуются лицам старше 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



17.10 Большой балет

06.30 «Библейский сюжет»
07.05 «Дом для леопарда». «Приключения Бура-тино»
08.25 «ЖИЛ-БЫЛ НА-СТРОИЩИК...»
09.35 «История вещей»
10.05 «Мы - грамотеи!»
10.50 «ДЕЛОВЫЕ ЛЮДИ»
12.10 «Коллекция»
12.40 01.20 «Ямал. По следу овцебыка»
13.20 Черные дыры. Белые пятна
14.05 «Рассказы из русской истории»
15.10 «Оптимисты»
15.55 «ЗАПАСНОЙ ИГРОК»
17.10 Большой балет
19.30 Новости культуры
19.45 «ПРОДЛИТЬ, ПРОД-ЛИТЬ, ОЧАРОВА-НЬЕ...»
21.15 «Загадка Шалапина»
22.00 «Агора»
23.05 Клуб «Шаболовка, 37»
00.00 «ДУШЕЧКА»
02.00 «Искатели»
02.45 «Великолепный Гоша»

ТВЦ ТВЦ



10.55 «Просто & вкусно». (6+)

05.50 «За шуткой в карман». Юмористический концерт. (12+)
06.55 «Православная энциклопедия». (6+)
07.20 «ДУЭЛЬ КОРОЛЕВ». (12+)
09.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РОМАН». (16+)
10.55 «Просто & вкусно». (6+)
11.30 14.30 23.25 События
11.45 «Смешите меня семе-ро». (16+)
12.50 14.45 «ДОЛГИЙ СВЕТ МАЯКА». (16+)
17.15 «СЕМЬ СТРАНИЦ СТРАХА». (16+)
21.00 «Постскрипtum»
22.05 «Право знать!» (16+)
23.35 «Тайная комната. Где Кейт Миддлтон?» (16+)
00.20 Специальный репор-таж. (16+)
01.10 «Хватит слухов!» (16+)
01.40 «Актерские драмы». (16+)
02.20 «Актерские драмы». (16+)

ТВ-3 ТВ-3



13.00 «ПРОРОК». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
07.15 «Сарила: Затерянная земля». (6+)
09.00 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
09.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
11.00 «ПОБЕЖДАЯ ВРЕМЯ». (16+)
13.00 «ПРОРОК». (16+)
У Криса Джонсона есть секрет, который не дает ему спокойно жить - он может на несколько минут заглядывать в свое собственное будущее.
15.00 «КОД 8». (16+)
17.00 «МОДИФИКАТЫ». (16+)
19.00 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
21.15 «МОРЕ СОБЛАЗНА». (16+)
23.30 «ИДЕАЛЬНОЕ АЛИБИ». (18+)
01.45 «НЕ ДЫШИ: НАЧАЛО». (18+)
03.15 «Далеко и еще дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)
05.30 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ



14.45 «Я ВЕРНУСЬ ЗА ТОБОЙ». (16+)

06.30 «И СНОВА БУДЕТ ДЕНЬ». (16+)
09.55 Уютное утро. (16+)
10.30 «НАЧАТЬ СНАЧАЛА». (16+)
Жизнь Натальи сложилась удачно - она замужем за Ильей и работает ведущим архитектором. Вскоре выясняется, что муж ей изменяет, и Наталья подаёт на развод. Чтобы развеяться, она едет по приглашению своей тети в родной город.
14.45 «Я ВЕРНУСЬ ЗА ТОБОЙ». (16+)
В жизни Сергея всё хорошо - он успешен в бизнесе, встречается с прекрасной девушкой и планирует приобрести квартиру в Москве. Однако прошлое его никак не отпускает - он постоянно вспоминает свою первую любовь.
19.00 «ДОБРОТА». (16+)
23.30 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (16+)
03.00 «6 кадров». (16+)

5-й КАНАЛ 5-й КАНАЛ

05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2». (16+)
09.00 «Страна советов». (16+)
09.30 «Новая». (12+)
10.05 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
Капитан милиции Алексей Дивов открывает глаза на больничной койке и узнает, что полученное на задании ранение уложило его в кому... на 20 лет.
20.45 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное». (16+)
01.05 «Светская хроника». (16+)

★ ЗВЕЗДА

07.55 «Морской бой». (6+)
09.20 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». (12+)
12.30 «Не факт!» (12+)
14.00 «Главный день». (16+)
14.50 «Время героев». (16+)
15.10 19.25 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
23.10 «ФАРТОВЫЙ». (16+)
01.10 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)
02.50 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)
10.00 «Фееринки». (0+)
11.00 «ПАРФЮМЕРША». (16+)
12.00 «Диалоги с прошлым». (12+)
12.30 «От 7 до 17». (12+)
13.00 «Точка.ру». (12+)
13.30 «Здоровый интерес». (12+)
13.45 «ДИАЛОГ С ПРОДОЛЖЕНИЕМ». (16+)
15.15 «Арт-Проспект». (12+)
15.45 «Просто жизнь». (12+)
16.15 «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛО-ВУШКА». (16+)
18.00 «Марафон». (12+)
19.00 «Территория успеха». (12+)
19.30 «Губернские новости». (12+)
19.45 «Спортивная семья». (12+)
20.00 «Точка.ру». (12+)
20.30 «Понятная политика». (12+)
20.45 «Открываем Воро-неж». (12+)
21.00 «ПАДЕНИЕ ТОКИО». (16+)
22.45 «Здоровая среда». (12+)
23.45 «Такие разные». (12+)
00.45 «Открываем Воро-неж». (12+)
01.00 «Марафон». (12+)
02.00 «Малая сцена». (12+)
03.30 «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛО-ВУШКА». (16+)

СПОРТ

МАТЧ! ТБ
06.00 Смешанные единоборства. (16+)
07.00 13.40 Новости
07.05 13.45 19.25 23.00 Все на Матч!
08.30 «Команда Матч». (0+)
08.35 Биатлон. Чемпионат России. Спринт. Мужчины
10.20 Лыжные гонки. Чемпионат России. Масс-старт. Женщины. 30 км
12.15 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Спринт. Женщины
14.15 16.45 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция
20.55 Футбол. «Црвена Звезда» (Сербия) - «Зенит» (Россия). Товарищеский матч. Прямая трансляция из Сербии
00.00 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Спринт. Мужчины. Трансляция из Тюмени. (0+)
01.00 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Спринт. Женщины. Трансляция из Тюмени. (0+)

МАТЧ! СТРАНА
06.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок России. (6+)
07.25 География спорта. (12+)
07.50 10.00 13.00 15.45 22.55 01.00 04.50 Спецрепортаж. (12+)
08.25 14.40 «Что по спорту?» (12+)
09.10 18.40 Небесная грация. (0+)
09.30 05.30 Страна смотрит спорт. (12+)
10.05 03.10 Мини-футбол. Чемпионат России. Суперлига. (0+)
12.05 «Ручная работа». (12+)
12.30 «Большой хоккей» (12+)
13.25 15.05 16.10 21.30 Бобслей и скелетон. Чемпионат России. (6+)
16.55 Фехтование. Международный турнир. (6+)
19.00 20.15 Биатлон. Чемпионат России. (0+)
23.10 Лыжные гонки. Чемпионат России. (0+)
01.30 Лыжный спорт. Фри-стайл. Кубок чемпионов. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Золотая лихорадка. (16+)
06.30 PRO-новости. (16+)
06.50 Плейлист. Весна. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 У-Дачный чарт. (16+)
10.00 Перемотка. (16+)
11.00 Чарт Золотой граммофон Русского Радио. (16+)
12.00 PRO-новости. (16+)
12.30 Инфоцыгане. (16+)
13.00 Топ-30. (16+)
15.00 Приехали! (16+)
15.30 Хит-Сториз. (16+)
16.00 Знаешь ли ты? (16+)
17.00 Битва поколений. Пресняков vs Леша Свиц. (16+)
18.30 Золотые Хиты МУЗ-ТВ-2022. Лучшее. (16+)
22.35 Народное диско. (16+)
23.00 DFM - Dance chart. (16+)
00.00 Танцпол. (16+)
Делай громче и слушай отборные танцевальные хиты.
02.00 Карaoke хит. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

VIJU TV1000
05.40 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (12+)
07.40 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)
09.35 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (12+)
11.40 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
13.30 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (12+)
15.25 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
17.15 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». (16+)
19.00 «ПУТЕШЕСТВИЕ ГЕКТОРА В ПОИСКАХ СЧАСТЬЯ». (16+)
21.20 «ВСЁ МОГУ!» (16+)
23.00 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)
00.55 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)
02.35 «ТАМ, ГДЕ СЕРДЦЕ». (16+)
04.30 «ВЕРЮ В ЛЮБОВЬ». (12+)

VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
06.20 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
07.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
10.00, 10.55, 11.50, 12.45 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
13.40 «ВИКИНГ». (16+)
16.10 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (6+)
17.55 «ЛИБЕРЕЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
19.55 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (6+)
Россия, 2021 г.
21.40 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)
Россия, 2022 г.
23.30 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)
01.10 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)
02.45 «1993». (16+)
05.10 «Серая шейка». Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО
06.40 «Кошей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
09.20 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
11.05 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
12.30 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)
14.00 «ВАСАБИ». (16+)
15.40 «ГАДАЛКА-2». (16+)
Сериял. Россия, 2020 г.
Захватывающий динамичный сюжет, загадочные преступления и переплетение человеческих отношений...
23.30 «ПРИЗРАК». (12+)
01.40 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (12+)
03.40 «МОЛОКО». (18+)

СУББОТА!
05.00, 06.30, 09.40 «Маша и Медведь». «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
06.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (12+)
09.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
16.30 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
18.30, 19.20, 20.10 Дети рулят. (16+)
21.00 Богиня свиданий. (16+)
22.00 Моя жена рулит. (16+)
23.30, 00.20, 00.50, 01.20, 01.40 «МАХАБХАРАТА». (16+)
02.10 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
02.45 Мультсериалы. (0+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.10 «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД!» (16+)
02.55 «ШЕФ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)
04.25 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)
06.15 «В СПОРТЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ». (16+)
07.55 «РОДНЫЕ». (18+)
09.45 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
11.30 «БУЛКИ». (16+)
13.25 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)
15.25 «БОЛЬШОЙ СОЛДАТ». (16+)
17.15 «ПЛОХИЕ ПАРНИ». (16+)
19.30 «ПЛОХИЕ ПАРНИ-2». (18+)
22.15 «КАК ЗАНИМАТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ ПО-АНГЛИЙСКИ». (18+)

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.50 «КЫШ И ДВАПОРТФЕЛЯ». (6+)
08.20 «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ». (12+)
09.55 «СТРЯПУХА». (12+)
11.15 «ХОД КОНЕМ». (12+)
12.45 «ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ». (12+)
14.20 «ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ». (12+)
16.05 «ЛЮБОВЬ С ПРИВИЛЕГИЯМИ». (18+)
18.30 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
21.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТ». (12+)
23.45 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН». (12+)
01.05 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (12+)
03.40 «ВОСХОЖДЕНИЕ». (12+)
05.20 «ЗВЕЗДЫ И СОЛДАТЫ». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
Сериял. Мелодрама, Россия, 2018 г. В ролях: Марина Коняшкина, Александр Давыдов, Алексей Демидов, Татьяна Храмова
12.00, 20.00, 04.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)
Сериял. Мелодрама, Россия, 2022 г.
13.00, 21.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-6». (16+)

СТС LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.00 «У овечек». Мультсериал. (0+)
08.00 «РОДКОМ». (16+)
Ваня с Кристиной договорились покататься на велосипедах. Но её мама вышла из роддома, она сконцентрирована на дочери, и не отпускает её гулять...
00.05 Сердца за любовь. (16+)
01.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
Маше и Даше предстоит заняться уборкой целого этажа школы. Людмила Михайловна подсказывает девушкам, как избежать таких суровых испытаний...
05.50 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 Святой Павел Таганрогский. (0+)
05.30 «ПОВЕСТЬ О «НЕИСТОБОМ». (0+)
07.20 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.55 Простые чудеса. (12+)
09.55, 10.30 Пилигрим. По местам Царственных страстотерпцев. (6+)
11.00 Святки России. (6+)
12.05 Глобус православия с Марией Бутиной. (12+)
13.00, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
13.55 В поисках Бога. (12+)

СПАС
14.30 Профессор Осипов. (0+)
15.00 Простые чудеса. (12+)
16.05 «ДЫМ ОТЕЧЕСТВА». (0+)
18.00 Русский мир. (12+)
19.10 Зоино стояние: чудо под грифом «секретно». (12+)
20.15 «ЖУРАВУШКА». (12+)
22.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
00.00 Спас-стрим. (16+)
01.25 Русский мир. (12+)
02.25 Простые чудеса. (12+)
03.15 В поисках Бога. (12+)
03.45 Профессор Осипов. (0+)
04.15 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Знамение». (0+)
04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

23 марта
Седмица 1-я Великого поста. Глас 8.
Вмч. Феодора Тирона.



Мчч. Кодрата и иже с ним. Прп. Павла Таганрогского. Мчч. Кодрата Никомидийского, Саторина, Руфина и прочих. Прп. Анастасии Патрикии. Сщмч. Димитрий пресвитера.

Великий пост.

« Бог и милует с рассуждением, и мерою проявляет милосердие достойным; и когда судит, щадит нашу немощь, наказывая нас более по человеколюбию, чем для воздаяния равным за равное».

Свт. Василий Великий

ПЕРВЫЙ



19.00 «Лучше всех!» (0+)

06.00 Новости
06.10 Подкаст.Лаб. (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки». (12+)
10.00 12.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Играем свадьбу!». (12+)
11.05 «Жизнь других». (12+)
12.15 «Повара на колесах». (12+)
13.10 «Видели видео?» (0+)
14.50 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (12+)
16.45 Большая история (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Лучше всех!» (0+)
21.00 «Время»
23.00 «Что? Где? Когда?»
Весенняя серия игр. (16+)
00.10 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1



09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым

06.10 «ЧУЖИЕ ДЕТИ». (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
12.00 Большие перемены
13.00 «ВСЁ, ЧТО ЗАХОЧЕШЬ». (12+)
Нина - повар, счастливая жена и мама. Дочь пошла по её стопам - учится на кондитера и мечтает о стажировке во Франции. Семья Нины рухнет в один момент, когда Нина застает мужа с любовницей.
17.00 Вести
17.50 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.05 «ЧУЖИЕ ДЕТИ». (12+)

НТВ



04.50 «ПАСЕЧНИК». (16+)

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

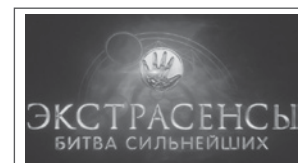
СТС



13.45 «Как приручить дракона». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)
07.00 Премьера! «Отель «У овечек». (0+)
07.15 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
07.50 Прятки. (16+)
09.00 Премьера! Рогов в городе. (16+)
10.00 «МИНИМАКС». (12+)
11.45 «КОРОЛЬ-ЛВВЁНОК». (12+)
13.45 «Как приручить дракона». (12+)
15.40 «ЧЕБУРАШКА». (6+)
18.00 Премьера! Прятки. (16+)
19.05 «КУНГ-ФУ ЖЕРЕБЕЦ». (12+)
21.40 «КРУЧЕ НЕКУДА». (16+)
23.45 «НАЧАТЬ СНАЧАЛА». (12+)
02.00 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)
03.10 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
05.10 Ералаш. (0+)

ТНТ



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

07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)
09.30 «Битва пикников. Праздники». (16+)
Наконец-то наступила весна, а значит, пора выезжать на природу, чтобы устроить шашлык у мангала.
10.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)
15.00 «Новая Битва экстрасенсов». (16+)
17.00 «Новая фабрика звезд». (16+)
19.00 «Сокровища императора». (16+)
21.00 «Шоу Воли». (16+)
22.00 «Конфетка». (16+)
00.00 «Я тебе не верю». (16+)
01.05 «Импровизация. Команды». (16+)
02.45 «Шоу Студия Союз». (16+)
05.10 «Импровизация». (16+)

РЕН



09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)

05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Самая народная программа». (16+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)
10.30 «Наука и техника». (16+)
11.30 «Легенды и мифы». (16+)
12.30 «Новости». (16+)
13.00 «Неизвестная история». (16+)
14.00 «ПРЕСТУПНИК». (16+)
16.10 «ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ». (16+)
18.20 «ДОКТОР СТРЭНДЖ». (16+)
20.40 «ЧЕЛОВЕК-МУРАВЕЙ И ОСА». (12+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)
23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

06.20 «Простоквашино». (12+)
07.20 Секреты на кухне. (16+)
08.30 Мама Пятницы. (16+)
09.00 Черный список. (16+)
10.40 Погнали! (16+)
12.00 Выжили. Миссия Альфа. (16+)
14.40 Погнали! (16+)
23.00 За волшебством. (16+)
00.20 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (18+)
01.50 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (18+)
03.40 Пятница News. (16+)
04.10 Дикие животные. (12+)

Ю

05.00 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Дорогая, я забил». (12+)
12.50 «Чудо из ада». (12+)
15.50 «Мама в 16». (16+)
19.25 «Ждули». (16+)
Впервые на телевидении мы отправимся в отдаленные города нашей страны к девушкам, которые поделаются своими невероятными историями любви. Вместе со зрителями мы попробуем понять, почему они решили связать свою жизнь с человеком по ту сторону колючей проволоки.
22.00 «Дом-2. Новая жизнь». (16+)
00.05 «Измены». (16+)
03.55 «Супермама». (16+)

ЧЕ!

06.00 Утилизатор. (16+)
06.10 Улетное видео. (16+)
08.30 Улетное видео. Самое смешное. (16+)
10.00 «КУХНЯ». (12+)
21.10 «+100500». (16+)
Обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и комментирует их. Самые смешные версии происходящего - у Макса «+100500» и его верного друга - леопардового ковра
23.00 «+100500». (18+)
01.30 «Топчик-2». (16+)
03.00 Утилизатор. (16+)

МИР

05.00 «СЛАВА». (12+)
06.20 «МЭРИ ПОППОУН, ДО СВИДАНИЯ». (16+)
09.00 Роденные в СССР. (16+)
09.25 Точка на карте. (6+)
09.30 Фазендалайф. (6+)
10.00, 16.00 Новости
10.10 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ». (16+)
12.00 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (16+)
13.45, 16.15, 19.30 «ПЕТРОВКА 38. КОМАНДА СЕМЕНОВА». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2009г.
18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе». (16+)
21.45, 01.00 «ПЕТРОВКА 38. КОМАНДА ПЕТРОВСКОГО». (16+)
04.25 Наше кино. История большой любви. (16+)

ОТР

06.00 «Утро вместе». (12+)
09.00 16.05 «Календарь». (12+)
09.30 Всё по-взрослому
12.00 Кино на все времена. (16+)
15.05 «Этот джаз». (12+)
17.00 «День вместе». (12+)
17.30 «Неделя». (12+)
18.00 «Территория успеха». (12+)
19.45 «ЖИЗНЬ ЗАБАВАМИ ПОЛНА». (16+)
21.20 «ДОЛГИЕ ПРОВОДЫ». (12+)
00.25 «ОЛИВЕР ТВИСТ». (12+)
02.15 «ИРРАЦИОНАЛЬНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)

ПОБЕДА

04.30 «ВЫСОТА 89». (16+)
06.15 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ». (16+)
08.40 «ИСЧЕЗНУВШИЕ». (16+)
12.10 «ЛЕНИНГРАД». (16+)
Самая трагическая страница Второй Мировой войны.
16.00 «ШТРАФБАТ». (16+)
Под руководством Василия Твердохлебова, майора РККА воюет штрафной батальон, всемерно сплотивший судьбы самых разных людей... Несмотря на разницу во взглядах, воспитании и мироощущении, все они встанут плечом к плечу перед лицом общего врага.
01.00 Час «ПЕРВЫЙ ОСКАР». (16+)
02.50 «ОДНА ВОЙНА». (16+)

ДЕТСКИЕ

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Маша и Медведь». «Ералаш». (6+)
17.35 «Царевны». (0+)
19.15 «Маша и Медведь». (0+)
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
07.35 «Петрушка». (0+)
08.10 «Майло». (0+)
09.00 «Еда на ура! Как в сказке». (0+)
09.25 «Цветяшки!» (0+)
09.40 «Отель у овечек». (0+)
11.00 «Студия красоты». (0+)
11.20 «Белка и Стрелка. Звездные собаки». (0+)
Привычный ход вещей нарушен! Цирковая собака Белка больше не выйдет на манеж покорять сердца зрителей, а дворняжка Стрелка не будет ночевать в подворотнях и искать себе пропитание. Теперь они не просто собаки, а члены отряда космонавтов. И лишь самые достойные, самые выносливые отправятся покорять космическое пространство!
12.50 «Шмяк. Волшебная лавка Есенина». (0+)
Девочка Есения и мишка Шмяк находят волшебную книгу и открывают лавку чудес, в которой всегда творится волшебство. К ним приходят обитатели Дримвиля и просят помощи в решении разных проблем или в исполнении желаний. Дружью никому не отказывают и стараются всем помочь. Но часто оказывается, что настоящие чудеса свершаются без помощи магии, а благодаря крепкой дружбе и вниманию друг к другу.
14.00 Час «Союзмультфильма». (6+)
15.00 «Барбоскины». (0+)

КАРУСЕЛЬ

16.20 «Два хвоста». (6+)
О дружбе домашнего кота с лесным бобрком.
17.35 «Царевны». (0+)
19.15 «Маша и Медведь». (0+)
20.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малышки!» (0+)
21.20 «Оранжевая корова». (0+)
22.30 «Дикие скричеры!» (6+)
Мультсериал о страшных скричеров - роботов, способных превращаться в механических зверей.
23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
00.40 «Ералаш». (6+)
01.40 «Алиса и Льюис». (0+)
03.05 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТ

06.00, 03.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». (0+)
«Маша и Медведь» - мультсериал о дружбе маленькой девочки Маши и бывшего циркового артиста Медведя. Взаимоотношения героев сериала отражают отношения ребенка, познающего мир, и взрослого, пытающегося помочь ему в этом нелегком деле.
11.00 «Монски». (0+)
12.00 «Маша и Медведь», «Машины песенки». (0+)
16.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Анимашки». (0+)
20.00 «Маша и Медведь», «Машины страшилки». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ

02.30 Как Пётр Эсен спас город Петра. (12+)
03.00, 19.20 Семь дней истории. (12+)
03.10 Без срока давности. (12+)
04.00 Урарту. Забытое царство. (12+)
04.55 Забытый полководец. (12+)
05.30, 17.30, 21.10 Легенды науки. (12+)
06.00, 09.50, 14.10 Расшифрованные сокровища. (12+)
06.55 Неписанные мемуары. (12+)
08.00 Историю. (12+)
08.55 Чесменский бой, или Греческий проект Екатерины Великой. (12+)
10.40 История российских кадетских корпусов. (6+)
11.10 Бог войны. История русской артиллерии. (12+)
12.00, 13.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
15.05 Россия научная. Великие имена. (12+)
15.25, 19.25, 20.00 Народный фронт Победы. (12+)
16.00 Северный морской путь. (16+)
16.55 Временный комитет у руля революции. (12+)
18.00, 20.30 Книжные аллеи. (12+)
18.35 Казачья республика. (12+)
21.00 Обыкновенная история. (6+)
21.40 Пешком по Москве. (6+)
22.00 Франц Лефорд: танцующий адмирал. (12+)
22.45 Во имя человечества. История российской медицины. (12+)
23.10 Их называли русскими. (12+)

VJU HISTORY

06.15 Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)
06.45 Англия Агаты Кристи. (12+)
07.35 Загадки планеты Земля. (16+)
08.25 Сокровища Древней Греции: Эпоха героев. (12+)
09.30 Сокровища Древней Греции: Классическая революция. (12+)
10.30 Сокровища Древней Греции: Долгая тень. (12+)
11.30, 12.35, 13.35, 14.35, 15.40 Легенды Европы. (12+)
16.40, 17.35 Лермонтов. (12+)
18.35 Главные греки Российской империи. (12+)
20.00 Булгаков. Этот мир мой! (12+)
21.20 Дягилев. (16+)
Документальный фильм о знаменитом русском меценате и основателе русского балета Сергее Дягилеве. Мы посетим «виртуальный музей» мецената и творчество, проводниками в котором выступят известные деятели из разных сфер искусства.
22.10 Ловцы солнца. (16+)
23.15 Сопротивление: секретные туннели Парижа. (16+)
00.15 Преследуя зло. (16+)
01.50 Критская операция: Вторжение. (12+)
02.45 Критская операция: Эвакуация. (12+)
03.40 Критская операция: Оккупация. (12+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

06.05, 06.30, 13.45, 14.10, 14.35, 19.25, 19.55, 03.15, 03.40, 04.05 Ой, мамочки! С Анной Левадной. (12+)
06.55, 15.30, 20.20, 04.55 Бальнеологическое общество. (16+)
07.25, 20.50 Медицина будущего. Онкологические заболевания. (16+)
07.50, 21.15 Медицина будущего. Диабет сегодня. (16+)
08.15 Геномное редактирование. (16+)
08.40, 08.55, 09.05, 15.55, 16.10, 22.10, 22.20, 22.35, 05.35, 05.50 Суп дня. (12+)
09.20, 22.45 Сыроварня. (12+)
09.30, 09.45, 16.25, 16.35, 23.00, 23.10 Доктор сумми. (12+)
10.00, 10.25, 16.50, 17.15, 23.35, 00.00 Внешние данные. (12+)
10.50 Отчаянные хозяйки. (12+)
11.15, 11.35, 00.50, 01.10 Волшебный пендель с Ниной Набоковой. (16+)
11.55, 12.15, 17.40, 18.00, 01.30, 01.50 Психология в деталях. (16+)
12.50, 13.15, 18.20, 18.45, 02.20, 02.45 Краткий курс счастливой мамы. (12+)
15.05, 04.30 Антибиотики и микробы: Бесконечная история. (16+)
21.40 Геномное редактирование. (16+)
00.25 Отчаянные хозяйки. (12+)
05.25 Имеешь право. (12+)

РОССИЯ К
РОССИЯ К
Культура



13.20 «Игра в бисер»
с Игорем Волгиным

- 06.30 «Петух и краски». «Приключения Мюнхаузена»
- 07.40 «ЗАПАСНОЙ ИГРОК»
- 09.00 Тайны старого чердака
- 09.30 01.45 Диалоги о животных
- 10.10 Больше, чем любовь «ДУШЕЧКА»
- 12.05 Неизвестные маршруты России
- 12.50 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 13.20 «Игра в бисер»
- 14.00 «Неизвестная»
- 14.30 23.50 «МУСОРСКИЙ»
- 16.30 «Картина мира»
- 17.15 «Пешком...»
- 17.45 0 лет Юрию Клименко
- 18.30 «Романтика романса»
- 19.30 Новости культуры
- 20.25 Воспоминания режиссера Андрея Кончаловского
- 21.05 «ДВОРЯНСКОЕ ГНЕЗДО»
- 22.55 «Русский бал»
- 02.25 «Большой подземный бал». «Белая бабочка»

ТВЦ



09.00 «Здоровый смысл». (16+)

- 05.50 «СЕМЬ СТРАНИЦ СТРАХА». (16+)
- 09.00 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.30 «ИЩИТЕ МАМУ». (16+)
- 11.30 События
- 11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.35 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Дорогие товарищи». (16+)
- 15.55 «Русские тайны. Не-красивые истории первых красавиц». (16+)
- 16.45 «Приговор». (16+)
- 17.35 «ДВА ПЛЮС ДВА». (12+)
- 21.25 «МАВР СДЕЛАЛ СВОЁ ДЕЛО». (12+)
- 00.20 События
- 00.35 «МАВР СДЕЛАЛ СВОЁ ДЕЛО». (12+)
- 01.25 «Петровка, 38». (16+)
- 01.35 «КУПЕЛЬ ДЬЯВОЛА». (16+)
- 04.35 «Алексей Смирнов. Клоун с разбитым сердцем». (12+)

3



23.15 «БРАТАНЫ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.00 Новый день. (16+)
- 08.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 10.45 «Реальная белка». (6+)
Злюк - самая вредная белка в парке. Он славится, как вор и обманщик, которого все недолюбливают. Однажды он и его помощник - крысенок Бадди - натыкаются на тележку с орехами и тут же решают её обокрасть.
- 12.15 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)
Умирающий миллионер и владелец огромной корпорации Дэмиан Хэйл принимает предложение некоего доктора Олбрайта и решает продлить существование на этом свете путем пересадки своего сознания в новое тело, созданное с помощью генной инженерии.
- 14.45 «МАЖОР». (16+)
- 23.15 «БРАТАНЫ». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

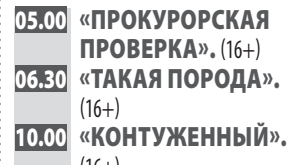
ДОМАШНИЙ



06.30 «НАПАРНИЦЫ». (16+)

- 06.30 «НАПАРНИЦЫ». (16+)
- 06.35 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (16+)
На бывшую детдомовку, а ныне юную воздушную гимнастку Полину сваливается неожиданное богатство - таинственный поклонник её таланта дарит ей один из своих загородных домов.
- 10.20 Пять ужинов. (16+)
- 10.35 «НЕЛЮБОВЬ». (16+)
- 14.30 «ПОКА ПРОШЛОЕ НЕ РАЗЛУЧИТ НАС». (16+)
Молодой врач Вика Скворцова накануне защиты своего исследования знакомится с Олегом Родионовым, известным врачом-кардиологом и к тому же - новым начмедом в клинике, где она работает. Олег разводится с женой и делает предложение Вике.
- 19.00 «ДОБРОТА». (16+)
- 00.00 «И СНОВА БУДЕТ ДЕНЬ». (16+)
- 03.30 «НАПАРНИЦЫ». (16+)

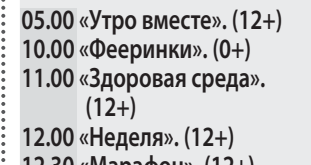
5



05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

- 06.30 «ТАКАЯ ПОРОДА». (16+)
- 10.00 «КОНТУЖЕННЫЙ». (16+)
Командир спецназа Дмитрий Чистяков на хорошем счету у руководства. За его плечами служба в горячих точках, где он получил серьезное ранение головы.
- 17.30 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
- 00.20 «ЛАДОГА». (12+)
- 03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 05.30 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
- 07.20 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 11.30 «Моторы и колеса». (12+)
- 13.10 «Код доступа». (12+)
- 16.30 «Загадки века». (12+)
- 18.00 «Главное». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.55 «СОБАЧЬЕ СЕРДЦЕ». (12+)
- 02.20 «ПЕРВЫЙ ТРОЛЛЕЙ-БУС». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ



- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 10.00 «Фееринки». (0+)
- 11.00 «Здоровая среда». (12+)
- 12.00 «Неделя». (12+)
- 12.30 «Марафон». (12+)
- 13.30 «Территория успеха». (12+)
- 14.00 «Понятная политика». (12+)
- 14.15 «ПАДЕНИЕ ТОКИО». (16+)
- 16.00 «Открываем Воронеж». (12+)
- 16.15 «Просто жизнь». (12+)
- 16.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 17.15 «Точка.ру». (12+)
- 17.45 «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛОВУШКА». (16+)
- 19.30 «Неделя». (12+)
- 20.00 «Арт-Проспект». (12+)
- 20.30 «Служу Отечеству». (12+)
- 20.45 «Спортивная семья». (12+)
- 21.00 «В СЕМЬЕ НЕ БЕЗ СВЯЩЕННИКА». (16+)
- 22.30 «Эксперт». (12+)
- 22.45 «Диалоги с прошлым». (12+)
- 23.15 «Марафон». (12+)
- 00.15 «Малая сцена». (12+)
- 01.45 «Собрание сочинений». (12+)
- 02.00 «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛОВУШКА». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!**
00.00 Смешанные единоборства. (16+)
- 08.00 08.30 13.40 Новости
- 08.05 16.25 23.00 Все на Матч!
- 08.35 Бiatлон. Чемпионат России. Гонка преследования. Мужчины.
- 09.50 Лыжные гонки. Чемпионат России. Масс-старт. Мужчины. 50 км
- 12.15 Бiatлон. Чемпионат России. Гонка преследования. Женщины
- 13.05, 01.30 Бiatлон с Дмитрием Губерниевым
- 13.45 16.45 Хоккей. Чемпионат КХЛ. 1/4 финала
- 19.25 Футбол. «Динамо» (Масхакалда) - «Химки» (Московская область). МЕЛБЕТ-Первая Лига
- 21.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 00.00 Бiatлон. Чемпионат России. Гонка преследования. Мужчины. (0+)
- 00.45 Бiatлон. Чемпионат России. Гонка преследования. Женщины. (0+)
- 02.00 Фехтование. Международный турнир. (0+)
- МАТЧ! ТВ**
06.00 Прыжки на лыжах с трамплина. (6+)
- 07.25 «Что за спорт?» (12+)
- 07.50 10.00 13.00 Новости
- 07.55 01.30 Лыжный спорт. Фристайл. Кубок чемпионов. (6+)
- 08.50 05.05 «Спортивный интерес». (12+)
- 09.15 05.30 «Магия большого спорта». (12+)
- 09.40 13.35 18.40 21.35 01.15 Спецрепортаж. (12+)
- 10.05 03.10 Мини-футбол. Чемпионат России. (0+)
- 11.50 Небесная грация. (0+)
- 12.05 «Якушин. Первый среди первых». (12+)
- 13.05 21.50 Сочи. 10 лет спустя. (12+)
- 13.55 Фехтование. Международный турнир. (6+)
- 19.00 00.45 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 19.30 20.20 Бiatлон. Чемпионат России. (0+)
- 21.00 Бiatлон. (12+)
- 22.20 Лыжные гонки. Чемпионат России. (0+)
- 02.20 «Ручная работа». (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
05.00 Караокинг. (16+)
- 07.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 07.35 У-Дачный чарт. (16+)
- 08.35 Teen чарт. (16+)
- 09.00 Плейлист. Весна. (16+)
- 09.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.30 Лига свежих клипов. (16+)
- 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00 Хит-Сториз. (16+)
- 12.30 Плейлист. Весна. (16+)
- 14.00 Моя волна. (16+)
- 15.00 10 самых! (16+)
- 15.30 Инфоцигане: судебный марафон. (16+)
- 16.00 Яндес.Музыка. (16+)
- 17.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 19.00 День рождения МУЗ-ТВ в Кремле-2022. (16+)
- 22.20 Сплетни-шейкер. (16+)
- 23.00 Плейлист. Весна. (16+)
- 00.00 Муз'итив. (16+)
- 01.00 Лайкер. (16+)
- 03.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000**
06.35 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 08.40 «ОСТРОВ ГОЛОВРЕЗОВ». (16+)
- 11.05 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 13.00 «ВСЁ МОГУ!» (16+)
- 14.40 «ПУТЕШЕСТВИЕ ГЕКТОРА В ПОИСКАХ СЧАСТЬЯ». (16+)
- 17.00 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)
- 19.00 «ИЛЛЮЗИОНИСТ». (16+)
- 21.10 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (16+)
Криминальный триллер, США, Франция, 2013 г.
- 23.20 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (16+)
- 01.35 «ЖЕНА СМОТРИТЕЛЯ ЗООПАРКА». (16+)
- 03.35 «ПИАНИСТ». (16+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
00.05 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
- 02.40 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)
- 04.15 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
- 06.20 «НЕСПАЩИЕ В СИЭТЛЕ». (6+)
- 08.15 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА. СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (18+)
- 10.05 «СВИНГЕРЫ». (16+)
- 11.55 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)
- 13.45 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 15.30 «МАЛАВИТА». (16+)
- 17.35 «Я ХУДЕЮ». (16+)
- 19.30 «ЗАМЕРЗШАЯ ИЗ МАЙАМИ». (16+)
- 21.15 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 23.05 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)

- TV1000 РУССКОЕ**
05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 09.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 10.00, 10.55, 11.55, 12.50 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
- 13.50 «ЛИБЕРЯ: ОХОТНИКИ ЗА СОКРОВИЩАМИ». (16+)
- 15.50 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (12+)
- 17.40 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (16+)
- 19.30 «ВАСЯ НЕ В СЕБЕ». (16+)
Россия, 2023 г.
- 21.20 «УМНАЯ МАША». (16+)
- 22.55 «(НЕ)ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
- 00.25 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)
- 02.25 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 04.05 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
06.30 «МАМА». (12+)
- 08.00 «СЕРЕЖА». (12+)
- 09.30 «ВЫСОТА». (12+)
- 11.05 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)
- 12.45 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (16+)
- 15.10 «ЗЕЛЕНЫЙ ФУРГОН». (12+)
- 17.45 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)
- 19.05 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
СССР, 1968 г.
- 20.30 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
- 23.00 «СНЫ». (16+)
- 00.25 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ». (12+)
- 02.05 «СОЛЯРИС». (12+)
- 04.45 «АТТЕСТАТ ЗРЕЛОСТИ». (12+)

- ДОМ КИНО**
05.40 «Плюшевый бум!» Мультфильм. (6+)
- 06.50 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
- 08.20 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)
- 09.35 «Три богатыря и Конь на троне». Мультфильм. (6+)
- 12.50 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
- 14.10 «БАТЯ». (16+)
Россия, 2020 г.
- 15.40 «ГАДАЛКА-2». (16+)
- 23.30 «ГРОЗНЫЙ ПАПА». (12+)
Россия, 2022 г.
- 01.20 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (12+)
- 03.15 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**
08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-6». (16+)
Детектив, мелодрама, Россия, 2022 г. В ролях: Софья Хилькова, Пётр Рыков, Павел Рассомахин, Александр Лютин, Александр Назаров
- 14.00, 22.00, 06.00 «ОСТРОВ НЕУЖИВНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
- 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА-7». (16+)
Сериал. Мелодрама
- 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

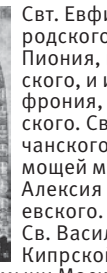
- СУББОТА!**
05.00, 07.25, 11.20 «Маша и Медведь». «Машины сказки». «Машинки страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 07.00 «Маша и Медведь». 12 месяцев. Мультфильм. (0+)
- 11.00 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)
- 17.30 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
- 20.10 Дети рулят. (16+)
- 21.00 Богиня свиданий. (16+)
- 22.10 Богиня. (16+)
- 23.20, 23.50, 00.10, 00.40, 01.10 «МАХАБХАРАТА». (16+)
- 01.30 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
Сериал. Мелодрама, Турция, 2020 г.
- 02.20 Мультсериалы. (0+)
- СТС LOVE**
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 07.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
Михаил Джекович и Сеня пытаются спрятать контрабандный сыр. Настя надеется попомешать свиданию Софии и Павла...
22.00 Большой побег. (16+)
- 00.15 Сердца за любовь. (16+)
Шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе.
- 01.30 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
Галина Сергеевна приступает к работе у Олигарха, который уверен, что человек человеку - волк.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
05.00 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.45 В поисках Бога. (12+)
- 06.15 Профессор Осипов. (0+)
- 06.50 Святыни России. (6+)
- 07.55 Херсонес. Родина нашей Родины. (12+)
- 09.00 Простые чудеса. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45 Завет. (6+)
- 13.55 Расскажи мне о Боге. (6+)
- 14.30 Профессор Осипов. (0+)
- 15.00 Русский мир. (12+)
- 16.10 «СЛЕЗЫ КАПАЛИ». (0+)
- 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.30 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (0+)
СССР, 1970 г.
- 21.35 Духовный маяк на Фиоленте. Крымский Форпост Святого Георгия. (0+)
- 22.30 Щипков. (12+)
- 23.00 «Бесого». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
- 00.10 Спас-стрим. (16+)
- 01.35 День Патриарха. (0+)
- 01.45 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Благодатное небо». Икона Божией Матери «Прибавление ума». (0+)
- 02.15 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 03.35 Русский мир. (12+)
- 04.30 Щипков. (12+)

Православный календарь

24 марта
Неделя 1-я Великого поста. Торжество Православия. Глас 1. Свт. Софрония, патриарха Иерусалимского.


Свт. Евфимия, архиеп. Новгородского, чудотворца. Сщмч. Пиония, пресвитера Смирнского, и иже с ним. Прп. Софрония, затворника Печерского. Свт. Софрония, еп. Врачанского (Болг.). Перенесение мощей мч. Епимаха. Прп. Алексия Голосеевского, Киевского. Прп. Патрикия исп. Св. Василия исп., пресвитера. Кипрской иконы Божией Матери в с. Стромны Московской области.
Великий пост.
«Зачем, спросишь, блуднику при-нял Христос? Чтобы освободить от порока, показать человеколюбие, чтобы ты познал, что нет недуга, побеждающего Его благодать».
Свт. Иоанн Златоуст



Исчезновение зелёного доктора



Петрович возвращался с выезда в хорошем настроении: злодеев удалось задержать по горячим следам – дело, считай, закрыто, осталось лишь оформить бумаги. Именно этим он и планировал заняться сразу по возвращении с выезда. Но прямо на входе его остановил дежурный:

– Николай Петрович, тут вот гражданка сердитая пришла, возмущается очень.

– Возмущается? А есть чему возмущаться? Пусть заявление пишет, – ответил Петрович, расстегивая куртку.

– Не хочет она писать заявление. Хочет видеть самого главного начальника.

– А я тут при чем? Гражданка имеет полное право на беседу с главным начальником, вот пусть он и отдувается, – уже настроившийся на работу с документами Петрович не имел никакого желания отвлекаться на сердитую гражданку.

– Да я бы с удовольствием! Но он в главк уехал, вызвали на срочное совещание. И когда теперь вернется, сами понимаете, неизвестно. А кроме вас в отделении никакого начальства не осталось. Поговорили бы с ней, Николай Петрович! – взмолился дежурный.

Петрович недовольно крикнул, но не смог отказать:

– Ладно, минут через пять пусть заходит, я хоть разденусь.

Гражданка Репова, как выяснилось через пять минут, была недовольна вообще всем: работой полиции, плохой уборкой улиц от снега, несвоевременным вывозом мусора, грязью в подъезде, беспорядком во дворе... Но более всего она была недовольна тем, что с подоконника лестничной клетки в ее подъезде украдено чрезвычайно лекарственное растение под странным названием «комнатный доктор». Гражданка заботливо выращивала оное растение пять лет, используя заодно в качестве лекарства при простуде и артрите, а те-

перь его украли, и здоровье ее находится в опасности.

– Зачем же вы вынесли на лестницу такое ценное растение? – спросил Петрович.

– Негде мне его держать! – ответила гражданка. – Я теперь герани развожу. Сортовые! И для комнатного доктора места на окне не осталось.

– Ну вы бы, гражданочка, определились, что вам важнее – герани или здоровье.

– А это не ваше дело! – взвилась гражданка Репова. – Ваше дело вора поймать и вернуть растение на место. Тем более далеко ходить не надо: знаю я этого вора.

– И кто же этот злодей? – поинтересовался Петрович.

Сосед мой, Иван Борисович. Он постоянно ко мне за листочками приходил, уважал народную медицину. И для матери своей брал, она за городом живет. А как сошелся с этой своей медичкой, совсем не заходит. Теперь он, видите ли, народной медицине больше не доверяет. А комнатного доктора украл и матери отвез, чтоб вообще никогда со мной не разговаривать, – голос гражданки Реповой внезапно дрогнул, а на глаза навернулись слезы.

Петровичу стало жаль скандальную гражданку, и он пожелал осмотреть место преступления лично – благо дом ее находился в двух шагах.

Возле дома располагалась небольшая стоянка, на которой все машины были припорошены ровным слоем выпавшего накануне вечером снега.

– У вашего соседа есть машина? – спросил Петрович.

Разумеется! Иначе как бы он увез моего доктора? Вы подумайте:

вышел как тать в ночи, когда все нормальные люди мирно спали, забрал растение и отвез за шестьдесят километров! И ведь утром как ни в чем не бывало здороваются с соседями.

– Погодите, – прервал ее Петрович. – Вы, значит, соседа своего сегодня еще не видели?

– Нет, – кивнула гражданка.

– То есть с утра пораньше, только обнаружив пропажу растения, не заходя к соседу, вы немедленно побежали в полицию?

– А зачем мне к нему заходить?! – возмутилась гражданка. – Он все равно не признается! А мне и так все ясно:

в три часа ночи доктор стоял на месте (я выходила выносить ведро, видела), а в восемь утра его уже не было. Конечно, это Иван Борисович, больше некому.

Хорошо. Тогда еще один вопрос: ваш сосед оставляет машину на этой стоянке?

– Конечно! Вон она, третья справа... кажется.

– Ну вот что, гражданка Репова: сосед ваш ни при чем. И выставляя растение на лестничную клетку, вы соглашаетесь с тем, что это общая собственность. Вот и забрал тот, кому нужнее. Поговорите с соседями, и найдется ваша пропажа.

Виктория АНДРЕЕВА



Почему Петрович отверг версию гражданки Реповой?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 10: сугроб за окном остался нерушимым – вору, если они были, не оставили на нем никаких следов, что в принципе невозможно. К тому же, вору, способные вскрыть новенький сейф, вряд ли полезли бы через окно, так как вскрыть замок входной двери для таких умельцев не проблема.

Рис. Ирины Светловой

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ	
18 марта	Восход: 6 ч. 27 м. Заход: 18 ч. 34 м. Долгота дня: 12 ч. 07 мин.
Растущая Луна в знаке Рака	
19 марта	Восход: 6 ч. 25 м. Заход: 18 ч. 36 м. Долгота дня: 12 ч. 11 мин.
Растущая Луна в знаке Льва	
20 марта	Восход: 6 ч. 22 м. Заход: 18 ч. 38 м. Долгота дня: 12 ч. 16 мин.
Растущая Луна в знаке Льва	
21 марта	Восход: 6 ч. 20 м. Заход: 18 ч. 39 м. Долгота дня: 12 ч. 19 мин.
Растущая Луна в знаке Льва	
22 марта	Восход: 6 ч. 18 м. Заход: 18 ч. 41 м. Долгота дня: 12 ч. 23 мин.
Растущая Луна в знаке Девы	
23 марта	Восход: 6 ч. 16 м. Заход: 18 ч. 43 м. Долгота дня: 12 ч. 27 мин.
Растущая Луна в знаке Девы	
24 марта	Восход: 6 ч. 13 м. Заход: 18 ч. 45 м. Долгота дня: 12 ч. 32 мин.
Растущая Луна в знаке Весов	

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 18 ПО 24 МАРТА

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

18 МАРТА

В 1662 году в Париже начала действовать служба транспорта – многоместная карета «Омнибус».

В 1965 году Алексей Леонов совершил первый в истории выход человека в открытый космос.

19 МАРТА

В 1899 году была открыта первая в Петербурге станция скорой помощи.

В 1922 году в Москве на Шаболовке сдана в эксплуатацию радиопередающая башня.

20 МАРТА

В 1535 году в России проведена первая централизованная денежная реформа.

В 1833 году было опубликовано первое полное издание романа в стихах А.С. Пушкина «Евгений Онегин».

21 МАРТА

В 1924 году сформулирован один из фундаментальных принципов квантовой механики – принцип Паули.

22 МАРТА

В 1895 году в Париже состоялась первая в истории демонстрация кинофильма.

В 1951 году создана первая в СССР Центральная студия телевидения.

23 МАРТА

В 1876 году Павел Яблочков получил патент на изобретенную им «электрическую свечу».

В 1900 году археологи обнаружили на Крите остатки легендарного Лабиринта – дворца Минотавра.

24 МАРТА

В 1882 году Роберт Кох выделил бактерию, вызывающую туберкулез.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

- 18 МАРТА. Адриан, Константин, Николай.
- 19 МАРТА. Аркадий, Елена, Феодор.
- 20 МАРТА. Антонина, Евгений, Евдокия, Екатерина, Ксения, Павел.
- 21 МАРТА. Владимир, Иоанн.
- 22 МАРТА. Александр, Александра, Григорий, Кирилл, Михаил, Наталия, Сергей.
- 23 МАРТА. Анастасия, Виктор, Галина, Леонид.
- 24 МАРТА. Алексей, Василий.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

- 18 МАРТА ■ День воссоединения Крыма с Россией
- День налоговой полиции РФ
- 19 МАРТА ■ Всемирный день социальной работы
- День моряка-подводника в России
- 20 МАРТА ■ Международный день счастья
- День театров для детей и молодежи
- 21 МАРТА ■ Всемирный день поэзии
- Международный день кукольника
- 22 МАРТА ■ Международный день таксиста
- Всемирный день водных ресурсов
- 23 МАРТА ■ Всемирный день метеоролога
- 24 МАРТА ■ День штурманской службы ВВС России
- День мастера маникюра

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Василисин туман снег съедает по утрам

18 марта считали днем Конона Огородника. Ясная погода предвещала ливневые дожди в июне, но при отсутствии града. На Константиновы круги, 19 марта, было принято наблюдать за птицами: дружный прилет ласточек говорил о скором потеплении, а появление дятлов обещало холода. В день Павла Капельника, 20 марта, следили за погодой. Обильная капель в этот день сулила хороший урожай в августе, а пасмурная погода предвещала скорые заморозки. 21 марта, в день Весеннего солнцеворота, наблюдали за облаками: высокие и быстрые облака свидетельствовали о приближении устойчивой и теплой погоды. 22 марта отмечали день Сороки. Теплая и

ясная погода в этот день говорила о том, что в следующие 40 дней погода будет такая же. Про 23 марта, день Василисы (вешней воды указательницы), в народе говорили: «Василисин туман снег съедает по утрам». Утренний густой туман сулил перемену погоды на ясную и солнечную. 24 марта, в Ефимов день, следили за поведением ворон: птицы стаями на земле сидят – к холодам, сидят посередине деревьев – к дождю, а на верушках – к потеплению.

Две подружки.
– Как ты борешься со стрессом?
– Лучший способ забыть обо всех проблемах на свете – надеть пару тесных туфель.



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.

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

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.
Билье-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

№ 11 (436).
Дата подписания в печать: 01.00 час. 12.03.2024 г. Дата производства: 12.03.2024 г. Дата выхода в свет: 13.03.2024 г. Тираж 49 960 экз. Отпечатано в ООО «Прайм Принт Воронеж» (ООО «ПТВ»), 394026, Россия, г. Воронеж, проспект Труда, 48А. Тел.: +7(473) 246-52-70
Заказ 1832. Выходит в Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областях.
Тираж этого номера 887 325 экз.
Рекомендованная цена в розницу 30 рублей. Еженедельная семейная газета для читателей 12+
Использованы фото «Shutterstock/FOTODOM»
Объем 3 п.л. Сайт газеты www.telek.kardos.media
Подписной индекс П2912 в каталоге «Почта России» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов.
Копирование без указания источника запрещено.

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

СКАНВОРД

	←	1	Самородок из Холмогор	→	24													
						Объем в одни объятия	"Грунт" бархана	Шоумен Валдис ...	12	Топливо для дизеля		Сакура, но по-русски						
							Глубокое приседание в балете	Мисс Грация из млекопитающих										
									5	Достойное царя место			Крякающий малыш					
								"Ниточка" воды в фонтане										
			Конфета, прилипающая к зубам			Звук работающего дятла или молотка						Эстрадная певица				Краснота на кисти художника		
			И бега, и картинг			Мастер мазурок и полонезов						2						
	4					Наиболее распространенный вид кофе		34										
										Основной компонент гоголя-моголя		Распущенные хлюпиком			25			
			Пропитка рубероида			Плавающая в море черепаха	Белый журавль-сибиряк	Поездка фуры в один конец									14	
								Вербка по бортам яхты				Большой серый попугай						
			Древний способ добытия огня				Поэт, зять Менделеева											
											"Арматура" шины							
			Фильм с Никитой Михалковым "Ко мне, ...!"				Народное название сибирской сосны											
								Механизм для сверления отверстий										
		41																

ПАЛАТКИ

Туристы остановились на привал и разбивают в лесу палаточный лагерь. Помогите им это сделать. Разместите рядом с деревьями (они обозначены кружками) палатки, соблюдая следующие правила:

- число палаток равняется числу деревьев;
- каждая палатка располагается рядом со «своим» деревом по горизонтали или вертикали, но не по диагонали. Если это условие выполнено, расположение по отношению к «чужим» деревьям значения не имеет;
- две палатки не могут располагаться в соседних клетках, в том числе и по диагонали;
- числа сбоку и сверху означают, сколько палаток находится в этой строке или столбце.

								●				1
								●				2
									●			1
			●									1
	●		●				●	●				2
												1
		●								●		1
			●				●		●			1
								●				1
										●		1
												1
	2	3	0	4	1	4						1 2

Уборщица стадиона перепутала дверь и случайно вышла в финал по керлингу.



ТРОЙКИ

Сетка разделена на фрагменты из трех клеток. В некоторых клетках стоят фигуры трех видов: квадраты, кружки и треугольники. Нужно заполнить все клетки фигурами так, чтобы в каждом фрагменте были или все разные фигуры, или все одинаковые. Если две соседние клетки разделены толстой линией, они не могут содержать одинаковые фигуры.

				▲		●		
	▲							●
								●
■				▲				
	▲	●		●	▲			
				■	▲		▲	
▲			▲					■
			●			●		
	●	▲				▲	●	
■				▲				

ЯПОНСКИЙ КРОССВОРД

					1			4	4								
					2	1	2	5	5	5	1	1	4				
					3	5	4	1	1	2	1	2	1	2	1	1	10
					2	4	6	5	3	2	2	2	2	2	4	6	16
					1												
					2												
					3												
					4												
					5												
					10												
					13												
					2												
					2												
					4												
					4												
					3												
					3												
					2												
					2												
					2												
					2												
					14												
					15												
					15												
					4												
					4												
					2												
					3												

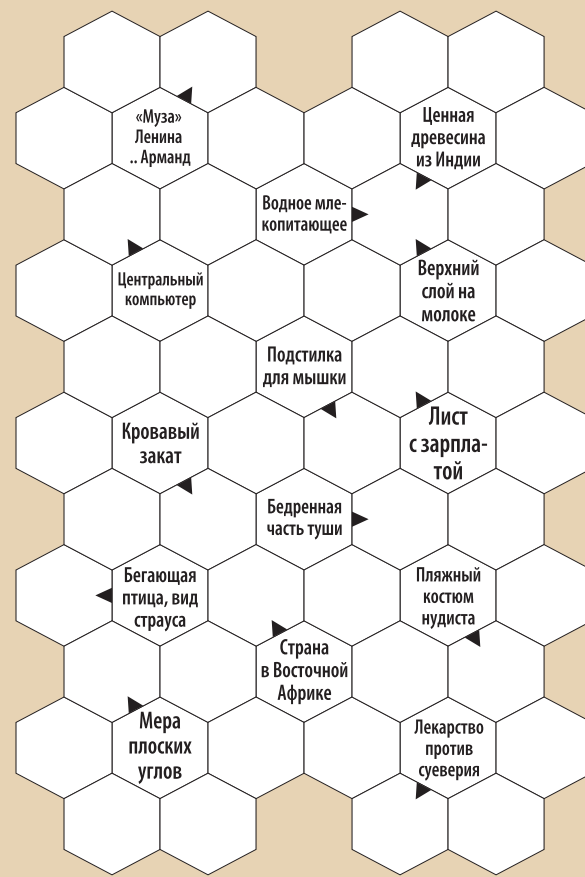


СКАНВОРД

Ковбойский штат	Сухая трава для скота	"Снотворный" кот из сказок	20		35		
		Античный "главврач Олимпа"		Вид рубанка	Жаркое из мелко наструганного филе	Фин-инспекция за деньги	Хищница Амазонки
Коренной житель Северной Африки	Набор людей в фирму	О полку этого князя слово написано	30	Пестрая бегунья по степным просторам	Порода с железом		Итальянские модельеры ... и Габбана
	Певвица ... Тайлер	Борец с собственным голодом		Пушкинский князь из бочки			
	Тайшет, Тында (магистраль)			Мель вместо моста	Нижняя балка вдоль корпуса судна		
26	39	Поверх жилета в тройке		И Стругацкие, и Вайнеры		21	
	Удрачуна так и чешутся	Корнель, Кюри		Лесной "гейзер" с чистой водой		Всяк сверчок его знает	Звук от кипятка
			В ряду с самбо, айкидо	Их у Золушки в фильме было три			
Толкушка в ступке	Нити вязальщицы	Отдельное звено в сети			Музыка Boney M	"Нива" актеров и режиссеров	8
				Сторона, где солнце садится	Мистер в маске (оперетт.)		
	Великий комик немого кино	18				Полосатая обтяжка матраса	
				"Униформа" актера кабуки		13	
	"Шпатель" ваятеля	Летающая на стадионе "тарелка"				Ученый в Лукоморье	

СОТОВЫЙ

Впишите слова вокруг клетки с заданием по часовой стрелке, начиная с отмеченной стрелкой. Все слова сотового сканворда одинаковы по длине и всегда вписываются в одном направлении.



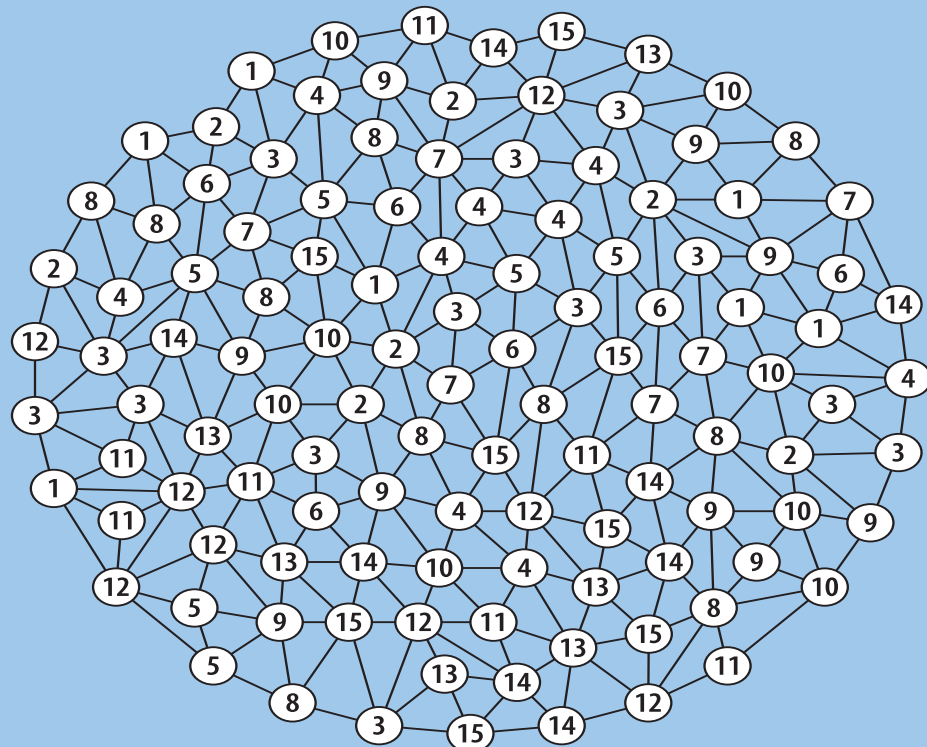
КЛЮЧЕВАЯ ФРАЗА

1 2 3 4 5 6 7 8
 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23
 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34
 35 36 37 38 39 40 41

А. П. ЧЕХОВ

ПАУТИНКА

В запутанном сплетении цифр найдите непрерывную последовательность чисел от 1 до 15.

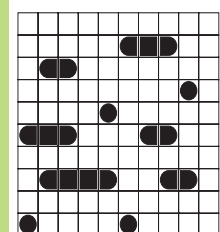


ОТВЕТЫ

ФИЛВОРД

М	И	Т	Д	У	Б	У	Т	Б	У
У	Я	Н	У	Л	И	Щ	О	Ы	З
Б	Ш	А	Р	А	Г	Е	Н	Я	К
И	К	А	И	В	И	Б	И	Р	Ь
В	Д	Р	В	О	С	К	Р	С	Т
Н	Ь	Н	Е	Р	У	О	У	О	К
Р	О	Ц	Ь	Д	З	Ж	Н	И	
Е	Г	Г	З	К	О	Е	Я	Д	Н
И	С	У	И	Я	О	Н	Б	Е	Ь
Н	А	К	В	Б	П	Г	У	А	Ш

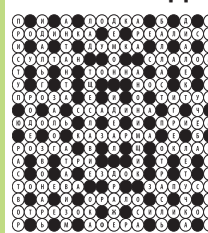
МОРСКОЙ БОЙ



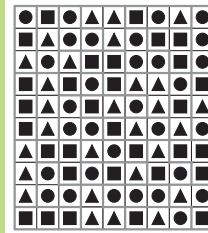
СУДОКУ

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

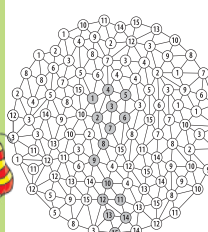
БУКВОПАД



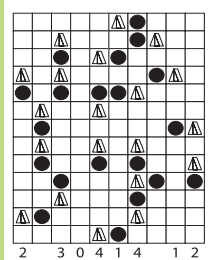
ТРОЙКИ



ПАУТИНКА



ПАЛАТКИ



СОТОВЫЙ



ЯПОНСКИЙ



Из рыбы можно приготовить огромное количество вкуснейших блюд. Это и горячие блюда, способные стать украшением даже праздничного стола, и салаты, и закуски, и, конечно, первые блюда.

Рыбу можно варить, жарить, запекать, готовить на пару, использовать для начинки разнообразных запеканок, выпечки и пельменей. Помимо отличного вкуса, блюда из рыбы еще и очень полезны для нашего организма.

Ведь в рыбе много фосфора, железа, цинка, калия, витаминов, а также полезных жиров и протеинов. Именно поэтому так популярен рыболовный промысел в странах, расположенных вблизи морей и рек. Кроме того, во многих странах есть специальные фермы для разведения рыбы.



НЕ ТОЛЬКО ТРЕСКА, ВСЯКАЯ РЫБКА ВКУСНА

Салат с сельдью

Шведская кухня.
На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г):
116 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 3-4 картофелины
- 2 свежих огурца
- 160 мл жирной сметаны
- 1 сельдь с/с ■ 1 свекла
- 1 лимон ■ 1 луковица
- 3-4 веточки укропа
- 1 ч. л. меда ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Картофель и свеклу очистить и за-

печь в духовке до готовности (или сварить), дать остыть, очистить.

2 Снять с сельди филе, нарезать небольшими кусочками.

3 Лук нарезать тонкими полукольцами, остальные овощи – небольшими кубиками, укроп некрупно порубить.

4 Из лимона выжать 1 ст. л. сока.

5 Сделать заправку: соединить сметану, лимонный сок и мед, хорошо все это взбить.

6 В одной емкости соединить сельдь, лук, картофель, свеклу и огурец, посолить, перемешать, заправить, посыпать укропом.



Рыбный суп с томатами

Тунисская кухня.
На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г):
45 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 л рыбного бульона
- 700 г филе трески
- 1 банка резаных томатов в с/с (450 г) ■ 4 картофелины
- 5 черешков сельдерея
- 2 луковицы ■ 4-5 зубчиков чеснока ■ растительное масло
- 1 ч. л. сладкой паприки
- щепотка шафрана
- молотый острый и черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Лук, чеснок и сельдерей нарезать мелкими кубиками, картофель – средними, филе трески – порционно.

2 В кастрюле с толстым дном обжарить на масле лук, добавить сельдерей и чеснок, жарить еще 3 минуты, добавить картофель, жарить, помешивая, 10 минут.

3 Добавить в кастрюлю томаты (вместе с соком), варить 10 минут, добавить соль и специи, влить бульон (или воду), варить 5 минут.

4 Пюрировать суп с помощью погружного блендера.

5 Положить в суп кусочки филе, варить 5-7 минут.



Рыба запечённая

Греческая кухня.
На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г):
105 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800 г филе рыбы (минтай, хек, судак, пикша)
- 1 зеленое яблоко
- 150 г феты (или брынзы)
- 1 ст. л. (с горкой) муки
- 1 яйцо ■ 1 ст. л. сметаны
- 2 ч. л. лимонного сока
- растительное масло
- молотый черный перец
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Филе посолить, поперчить, обвалять в муке, слегка обжарить, выложить в форму для запекания, сбрызнуть лимонным соком.

2 Фету натереть на терке (или разломать руками на небольшие кусочки), выложить на рыбу.

3 Яблоко очистить, натереть на терке, выложить поверх феты.

4 Отделить желток от белка (белок не понадобится), смешать со сметаной, выложить поверх яблока.

5 Запекать в разогретой до 180 градусов духовке 20-25 минут.

6 Подавать с рисом и зеленью.



Тефтели из рыбы

Прибалтийская кухня.
На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г):
127 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г вареного картофеля (в мундире) ■ 400 г филе рыбы (треска, пикша) ■ 1 луковица
- 1 лимон ■ 1 яйцо
- растительное масло
- специи ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Картофель мелко нарезать, лук порубить.

2 Рыбу отварить в небольшом количестве воды до готовности, остудить, разобрать на волокна.

3 Соединить рыбу, картофель и лук, добавить специи, перемешать.

4 Яйцо слегка взбить (до однородности), влить в картофельно-рыбную массу, тщательно вымесить, сформировать тефтельки.

5 Жарить в большом количестве масла 6-8 минут; при подаче сбрызнуть лимонным соком.

После неудачной рыбалки мужчина заходит в магазин: – Пару карпов пожирнее, – говорит он продавцу. – Звонила ваша жена и сказала, что хотела бы форель, – отвечает тот.



Рыба в кунжуте

Китайская кухня.
На 2 персоны.
Калорийность (на 100 г):
127 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 400 г филе рыбы (минтай, треска, пикша, хек)
- 100 г кунжутных семечек
- 5 см корня имбиря
- 1 ст. л. соевого соуса
- 1 лимон ■ 1 ст. л. меда
- 1 ст. л. кунжутного масла
- растительное масло

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

1 Имбирь очистить, натереть на мелкой терке, из лимона аккуратно выжать сок.

2 Сделать маринад: соединить имбирь, лимонный сок, соевый соус, кунжутное масло и мед, хорошо перемешать.

3 Рыбу нарезать крупными кубиками, залить маринадом, оставить на 2 часа.

4 Обвалять кусочки рыбы в кунжуте, обжарить на растительном масле до готовности (по 2-4 минуты с каждой стороны).

5 Оставшийся маринад вылить на сковороду, слегка выпарить, полить полученным соусом готовую рыбу.



Правильный грунт для рассады – залог здоровья и хорошего развития растений.

Качественные покупные грунты, которые содержат все необходимые для рассады органические вещества, стоят дорого. Мы спешим поделиться одним из доступных и проверенных вариантов состава почвосмеси, который поможет сэкономить и при этом обеспечить рассаду всем необходимым.

Знакомьтесь: правильный грунт для рассады

Состав питательного грунта без химии

ОСНОВА ДЛЯ ПИТАТЕЛЬНОГО ГРУНТА – покупной грунт из верхового или низинного торфа. Обратите внимание, чтобы торф был нужной кислотности – раскисленный, нейтральный (оптимально 6,5 pH). Покупные торфогрунты проходят обработку паром и фунгицидами, после чего становятся стерильными и специальной обработки не требуют. Взвесьте выбранный пакет в руке – хороший грунт на основе торфа должен быть легким, рассыпчатым, без крупных включений и плотных комков. Чтобы быть уверенным в качестве покупного грунта, важно выбирать проверенных и хорошо зарекомендовавших себя на рынке производителей, избегать случайных фирм и экстремально дешевых почвосмесей. В качестве основы питательного грунта для рассады можно использовать и огородную почву, но тогда этап прокалывания или обеззараживания обязателен!

КОМПОСТ. На 100% натуральный продукт! Большинство дачников с успехом компостируют на своих участках органические отходы. Если используете компост собственного приготовления, обратите внимание, чтобы он был зрелым: имел черный цвет, однородную структуру, у него должен отсутствовать неприятный запах. Если компоста собственного производства нет, можно использовать покупной (критерии его качества те же). Для растений компост, внесенный в состав грунта, – прекрасное органическое удобрение, насыщенное необходимыми микроэлементами и гумусом. Для почвы – натуральный кондиционер, улучшающий ее структуру, разрыхляющий и сохраняющий влагу.

РАЗРЫХЛИТЕЛИ. Кокосовый субстрат, вермикулит, перлит, песок – наличие любых разрыхляющих компонентов в составе качественной почвосмеси необходимо, чтобы грунт не уплотнялся после поливов, оставался рыхлым и воздухопроницаемым. За счет неоднородной структуры разрыхлители способны образовывать небольшие воздушные полости в грунте, наполненные кислородом.

ВАЖНО!

Перед посевом рассады любой грунт лучше проверить на кислотность при помощи лакмусовой бумажки (продаются в садовых центрах). В кислом грунте рассада развивается плохо, поэтому излишнюю кислотность нужно нейтрализовать порцией доломитовой муки или древесной золы (примерно 2 стакана на 30 л грунта).

БИОГУМУС – продукт переработки органики калифорнийскими червями. Главное преимущество биогумуса – высокое содержание гумусовых веществ. Гумусовые вещества обеспечивают высокую влагоемкость, вязкость составляющих биогумус частиц (важное качество для смесей на основе торфа). Биогумус не содержит семена сорных трав, зато в наличии большое количество полезных микроорганизмов, ферментов, витаминов и гормонов роста.

ЗОЛА – ценное бесплатное удобрение. Состав золы всегда разный (зависит от того, что сжигали), но любая зола содержит нужные растениям элементы – кальций и калий. Доказано, что лучшая зола образуется от сжигания морских водорослей. Увы, ее у нас не купить. В средней полосе России лучшая зола образуется в процессе сжигания молодых веток и поросли лиственных пород. Чем старше растения, тем больше кальция и меньше калия в составе золы. Кроме того, зола – природный раскислитель. Если собственной золы под руками нет, ее всегда можно купить в садовом центре или на маркетплейсах.



Письменность появилась у древних людей вместе с необходимостью подписывать горшки с рассадой, чтобы весной не перепутать.

Растишки подождут

При посеве семян на рассаду состав грунта не важен, так как первое время растички развиваются за счет потенциала семени. Поэтому многие высевают семена в торфяные таблетки (или бедный питательный субстрат), где всходы успешно развиваются на начальном этапе. И уже после появления двух-трех настоящих листочков сеянцы пересаживают в питательный грунт.

Соотношение ингредиентов

Предположим, что вам необходимо запастись достаточным количеством грунта для рассады. Тогда пропорции будут такими: 30 л покупного грунта из верхового и низинного торфа или садовой пропаренной земли, 10 л компоста, 4 л биогумуса, 4 л разрыхлителя, 2 стакана золы. Если вы не сажаете большое количество рассады, возьмите половину или четверть указанного количества необходимых составляющих.

Валерия ПАШЕЧКИНА

ОГОРОДНЫЙ ЛИКБЕЗ

Супермелкие семена лобелии, агератума, бегонии вечноцветущей, земляники, некоторых гвоздичных и крестоцветных культур создают большие сложности при посеве. Какие способы посева мелких семян самые удобные?

Как сеять мелкие семена?

По снегу

Наполните емкость грунтом, поверх него разложите снег, утрамбуйте и высейте семена. На белом их отлично видно, и можно регулировать густоту посевов. Когда снег растает, семена лягут на почву и прорастут. Вместо снега можно использовать тонкую туалетную бумагу.

При помощи пальца

Высыпьте мелкие семена на блюдечко, распределите по всей поверхности. Прижмите мизинец к блюдечку – часть

семян окажется на пальце. Затем прижмите мизинец к увлажненному грунту в емкости – семена останутся на поверхности. Высеять так семена можно с расстоянием в 1 см. Вместо пальца можно использовать карандаш с ластиком на конце.

Смешать с водой и вылить


Если лень возиться с блюдечком, налейте в стаканчик 100 мл отстоянной воды, высыпьте туда семена, размешайте (обязательно!) и уверенным движением пролейте бороздки в емкости.



Март для садоводов и огородников – первый по-настоящему «горячий» дачный месяц: посевы цветов и овощей на рассаду, обрезка сада, защита растений и ещё масса дел, о которых нельзя забыть!

Мы составили для вас чек-лист важнейших дел в саду и огороде, чтобы новый дачный сезон начался удачно.

МАРТОВСКИЕ ХЛОПОТЫ:



ВЫПОЛНЯЕМ ПО ПОРЯДКУ



Защитить деревья от трещин и морозобоин

Весеннее солнышко уже припекает, нагревая кору деревьев с южной стороны, при этом с северной стороны температура коры равна температуре окружающей среды (в марте это могут быть и отрицательные температуры). Из-за такого контраста кора лопается и образуются трещины и морозобоины, вылечить которые потом трудно. Даже если вы побелили деревья с осени, не поленились – в марте обновите побелку! Если не хотите белить, обмотайте кору лентами, нарезанными из белого нетканого материала.

Обрезать плодовые деревья и кустарники

Лучшая температура для обрезки – 2-3 градуса тепла. Если в марте стоят морозы, отложите обрезку. Удалите волчковые побеги (не более чем на треть, чтобы не травмировать растения), сломанные и трущиеся друг о друга ветви.

Все срезы толщиной больше диаметра карандаша обработайте средствами типа «Ран нет» или подобными. Клены, орехи и другие деревья, которые могут «плакать», лучше обрезать осенью, а не весной.

Посеять в теплицу сидераты

Если не планируете ранние посевы холодостойких культур, как только температура поднимется выше нуля, посейте сидераты. Овес, рожь, пшеница предпочтительны, так как они холодостойкие – начинают расти при температуре +2-3 градуса. Посев сидератов обеспечит рыхлость почвы, подымем из нижних слоев грунта питательных веществ в корнеобитаемый слой.

Обработать от болезней и вредителей

Если температура поднялась до +3-5 градусов, а почки на деревьях пока не набухли, обработайте сад (кроме хвойников) бордосской смесью (можно заменить на медный или железный купорос). Деревья еще спят, поэтому концентрация средств может быть высокой – 3-5 %!

Другой вариант ранневесенней обработки: 700 г мочевины на 10 л воды. Через 10 дней после такой обработки, подавляющей рост любых болезней, можно сделать первую обработку от вредителей. Подойдут «жесткие» препараты: «Профилактин», «30+». Вазелиновое масло.

Наполнить теплицу снегом

Набросайте снег на грядки в теплицу. Не ждите, пока снег будет сырой, наполните теплицу, когда стоит мороз и снег еще сыпучий – работать будет легче (сырой снег очень тяжелый). Сколько нужно насыпать снега? Около 50-60 см, если почва рыхлая или песчаная. Если у вас глина, не насыпайте снега много – не стоит устраивать болото!

Наполните снегом бочки, баки и другие емкости, чтобы к моменту первых посадок на грядках иметь для полива полезную талую воду.

Удалить заражённые клещом почки на смородине

Осмотрите кусты смородины. Если почка выглядит как кочанчик (толстая, круглая, отличается от других на кустарнике), значит, она заражена почковым клещом. Если зараженных почек на ветке одна-две, просто выломайте их, если много – удалите всю ветку и сожгите.

Сделать продухи в зимних укрытиях

Ночью еще подмораживает, а днем температура уже уверенно плюсовая? Зимние укрытия снимать еще рано! Нужно сделать «продухи» в них, чтобы не выпрели растения. С северной стороны приподнимите укрывной материал, чтобы растения «дышали».

Помыть теплицу

Если вы не сделали это осенью, как только установится положительная дневная температура, помойте теплицу, чтобы обеспечить доступ солнечным лучам и обеззаразить конструкцию. Подойдет раствор хозяйственного мыла, горчичный порошок, нашатырный спирт, хвойный экстракт, специальные моющие средства для мытья парников, которые не повредят растениям.

Позаботиться о хвойных растениях

В марте корневая система хвойных растений еще спит, а солнце уже нагревает хвою, и она испаряет влагу. В результате обезвоженные хвойники получают солнечные ожоги. Чтобы этого избежать, не забудьте защитить хвойники ранней весной.

– Серая неплодородная почва, пять букв.
– Бетон!



Обрезать гортензии

Все декоративные кустарники, которые цветут в первой половине лета, сейчас обрезать не нужно, чтобы не лишиться себя цветения. А вот для обрезки древовидных и метельчатых гортензий самое время!

Обрезать можно и другие декоративные кустарники, которые не цветут весной и в первой половине лета.

Валерия ПАШЕЧКИНА

ЦИОН – ДЛЯ РАССАДЫ ТОЛЬКО ОН!

Способствует раннему и длительному цветению садовых цветов и цветущих кустарников.

- ✓ Помогает легкой адаптации саженцев при пикировке и перевалке.
- ✓ Обеспечивает растение идеально сбалансированным питанием в течение всего периода цветения и роста.
- ✓ Укрепляет корневую систему.



www.zion-rus.com

Изготовлен на основе природного минерала, экологически безопасен

Ионитный субстрат ЦИОН можно приобрести в магазинах вашего города, в гипермаркетах Ашан и Леруа Мерлен, а также на маркетплейсах Ozon и WILDBERRIES.

zion_rus | vk | zionrus

ООО «Вайлдберриз», 142181, МО, г.о. Подольск, д. Коледино, тер. Индустриальный парк Коледино, д. 6, стр. 1, ОГРН 1067746062449. ООО «Интернет Решения», 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. 1, комн. 6, ОГРН 1027739244741
ООО «ЦИОН РУС», 115432, г. Москва, Проектируемый проезд №4062, д. 6, стр. 16, пом. 7, оф. 68. ОГРН 1177746558615

WILDBERRIES | OZON

РЕКЛАМА

Если наскучил зелёный стандарт листвы и хочется новизны, почему бы не внести разнообразие с помощью фиолетовых растений?

Эти цветы обладают повышенной декоративностью, выглядят нарядно, хорошо вписываются в интерьер помещения, придавая ему особое настроение и, как правило, не очень сложны в уходе.

Элегантная гинура

Листья гинуры покрыты мелкими волосками фиолетового цвета. Создается даже впечатление, что растение кто-то волшебным образом подсвечивает изнутри. Гинура довольно неприхотлива. Единственное ее обязательное требование – достаточное количество света. При недостатке освещения эта красавица затоскует и утратит свою неповторимую фиолетовую «изюминку». Ну а эта потеря отрицательно скажется на декоративности цветка.

Летом гинура предпочитает температуру в диапазоне 20-24 градусов. В холодные месяцы легко переживет понижение до 16-17 градусов. Если же гинура зимой будет находиться в теплом помещении, потребуется дополнительное искусственное освещение. Потому как, если растение зимой не отдыхает, то для



полноценного роста и красоты ему требуется тепло и много света.

Полив цветку нужен не только регулярный, но и осторожный. Помните, что пушистые листья растения плохо переносят попадание на них влаги. Сквознякам растение тоже не радо. Ну а в остальном никаких хлопот. Разве что для большего ветвления и красоты гинуру нужно прищипывать, а каждые 2-3 года обновлять. Кстати, в одну емкость лучше всего сажать несколько черенков. Растение будет выглядеть гуще и пышнее, а значит, декоративнее.

Все они в цвет, все в фиолет

Кислица с крыльями бабочки

Кислицу за форму ее листьев, напоминающих крылья бабочки, еще называют цветком-бабочка. А некоторые любители комнатного цветоводства именуют ее «мадам Баттерфляй». Летом, в светлое время суток, листья-крылышки цветка распахнуты, а ночью или в непогоду растение их складыва-

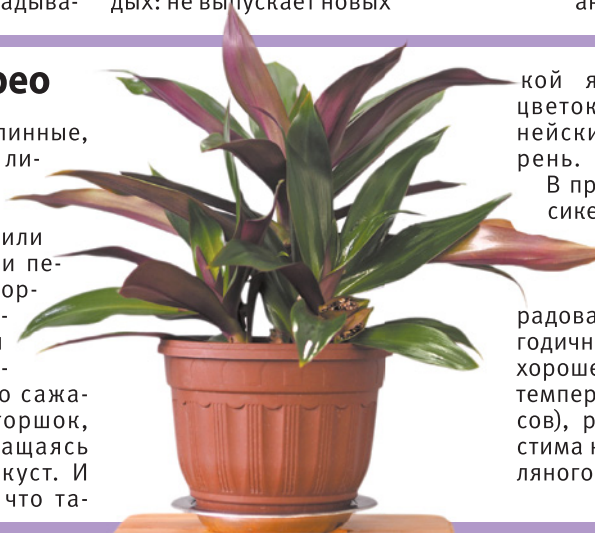
ет. Забот эта «мадам» требует минимум: летом – рассеянный свет, своевременный полив (даже некоторый перелив ей не страшен), температура около 20-25 градусов. Зимой же кислица отправляется на отдых: не выпускает новых



листьев, и кажется, что она на время замерла. Поэтому в зимний период желательно понизить температуру содержания до 12-17 градусов и уменьшить полив. А как только придет весна и пригреет солнышко, кислица проснется и снова потребует активного ухода.

Пёстрый куст рео

Это растение имеет длинные, плотные, заостренные листья. Нижняя часть листа окрашена в фиолетовый цвет, а верхняя или полностью зеленая, или перемежается белыми, бордовыми полосками, фиолетово-сиреневыми разводами (в зависимости от сорта). Часто рео сажают группой в один горшок, таким образом, превращаясь в шикарный пестрый куст. И мало кто догадается, что та-



кой яркий и экзотический цветок на самом деле компанейский неприхотливый парень.

В природе рео растет в Мексике, в теплом климате, и у него практически не бывает периода покоя, так что расти и радовать вас он готов круглогодично. Требуется всего лишь хорошее освещение, нежаркая температура (около 20 градусов), регулярный полив (допустима некоторая подсушка земляного кома).

Ольга БЕЛЬСКАЯ



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва
и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

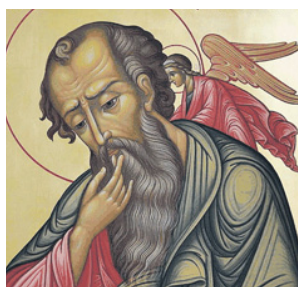
RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«...отныне будете видеть небо отверстым и Ангелов Божиих»



На другой день Иисус восхотел идти в Галилею, и находит Филиппа и говорит ему: иди за Мною. Филипп же был из Вифсаиды, из одного города с Андреем и Петром. Филипп находит Нафанаила и говорит ему: мы нашли Того, о Котором писали Моисей в законе и пророки, Иисуса, сына Иосифова, из Назарета. Но Нафанаил сказал ему: из Назарета может ли быть что доброе? Филипп гово-

рит ему: пойд и посмотри. Иисус, увидев идущего к Нему Нафанаила, говорит о нем: вот подлинно Израильтянин, в котором нет лукавства. Нафанаил говорит Ему: почему Ты знаешь меня? Иисус сказал ему в ответ: прежде нежели позвал тебя Филипп, когда ты был под смоковницею, Я видел тебя. Нафанаил отвечал Ему: Равви! Ты Сын Божий, Ты Царь Израилев. Иисус сказал ему в ответ: ты веришь, потому что Я тебе сказал: Я видел тебя под смоковницею; увидишь больше сего. И говорит ему: истинно, истинно говорю вам: отныне будете видеть небо отверстым и Ангелов Божиих восходящих и нисходящих к Сыну Человеческому. (Ин: 1, 43-51)

“ Чтобы наследовать Царствие Божие, недостаточно освободиться от греха, но нужно ещё и утвердиться в добродетелях.

Святитель Иоанн Златоуст

Этот отрывок из Евангелия от Иоанна будет читаться в православных храмах 24 марта, в воскресенье.

Апостол Иоанн Богослов повествует о начале проповеди Христа Спасителя. Мы станем свидетелями того, как пророк Иоанн Креститель с радостью отдает Спасителю своих учеников. Сначала к Господу Иисусу присоединяются Андрей и Пётр. Затем – Иаков и Иоанн Зеведеевы.

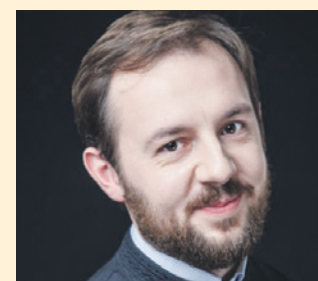
В скором времени ко Христу присоединяются галилейские земляки первых четырех апостолов – братья Филипп и Нафанаил. Последний, надо сказать, довольно неохотно откликается на приглашение брата. Будущий апостол высказывает недоумение, узнав, что Христос прибыл из Назарета – города с действительно сомнительной репутацией. Здесь, по убеждению даже жителей остальных селений Галилеи, обитали жестокие и непросвещенные люди. Потому Нафанаил и восклицает: «Из Назарета может ли быть что доброе?» – но все же идет посмотреть на необычного Учителя. Идет – и пораженный любовью Христа остается.

Спаситель говорит будущему ученику: «Вот подлинно Израильтянин, в котором нет лукав-

ства». Нафанаил явно не рассчитывал на такую реакцию. В недоумении он спрашивает у Спасителя: неужели они уже где-то встречались? И тут Христос произносит загадочные слова: «Прежде нежели позвал тебя Филипп, когда ты был под смоковницею, Я видел тебя».

Большая часть толкователей склоняется к выводу, что Нафанаил перед тем, как пришел Филипп, уединенно молился под смоковницей, обращаясь к Богу с какой-то сугубо личной просьбой. Никто не мог его видеть. Слова Христа открывают Нафанаилу глаза – теперь он ясно видит, что перед Ним не человек, а сошедший с небес Господь. Тот, с Кем он говорил в молитве.

Позвучавшее Евангельское чтение призывает нас не бояться промысла Божия о нас. Подчас мы настолько прикипаем к обстоятельствам нашей жизни, что, хотя и просим Господа на словах, чтобы вершилась воля Его, подсознательно уговариваем Отца Небесного ничего не менять. И это, конечно, неправильно. Ведь Бог желает, чтобы мы развивались,



Комментирует священник Антоний Борисов

становились лучше, открывали в себе новые таланты.

Пророк Иоанн прекрасно это понимал. Потому без сожаления отпустил своих учеников ко Христу – ведь от Спасителя они могли получить значительно больше. Сами будущие апостолы живо откликаются на призыв Иисуса. Кому-то, как Андрею или Петру, данный шаг дается легко, а кто-то, наподобие Нафанаила, вынужден преодолевать сомнения. Но в любом случае искренняя вера и открытость по отношению к промыслу Божию побеждают. И апостолы на наших глазах превращаются из простых рыбаков в ловцов человеков, посланников победившего смерти Сына Божьего.

При выборе обуви на полную ногу главное после удобства – это не добавить ногам зрительно объёма. Поэтому бесформенные тапочки нам, конечно, не подходят.

Как и не подходит узкая обувь, в которую, конечно, можно втиснуть стопу. Но стоит ли такая красота наших страданий? Разумеется, нет. Жертвовать комфортом в пользу красоты не только не нужно, но и больше не модно. К счастью, производители обуви заботятся обо всех своих покупателях. На большинстве моделей имеется специальная маркировка, обозначающая степень полноты. Именно на такую маркировку и стоит ориентироваться, подбирая обувь. Благодаря специальной технологии пошива такие модели не выглядят массивными.

Кстати

Что купить на весну

До настоящего тепла ещё далеко. И пока вы не переобулись в туфельки и балетки, приводим варианты обуви для полных ног на начало весны:

- ботильоны на устойчивом каблуке или плоском ходу;
- невысокие сапоги-случи (со свободным голенищем, собирающимся гармошкой);
- высокие утепленные кроссовки;
- ботинки на небольшом каблуке или плоском ходу.

Конец зимовки – ГОТОВИМ ОБНОВКИ!

ВАЖНО!
Всегда помните, при выборе обуви самый главный показатель для покупки – это ваше личное ощущение комфорта.



или Как выбирать обувь для полной ножки

Материал имеет значение

Также очень важна вентиляция, поэтому материал, из которого изготовлена обувь, должен быть либо натуральным (кожа, замша), либо синтетическим, но «дышащим». Не бойтесь современной синтетики – сегодня она часто даже превосходит натуральные материалы и по комфорту, и по носкости.

Изучаем, примеряем

Оптимально примерять и приобретать любую обувь во второй половине дня, ближе к вечеру, когда ноги уже «расхотелись». Легкая отечность в это время – нормальное явление, и его следует обязательно учитывать. Особенно, если в течение дня ваши ноги испытывают большую нагрузку. Итак, вы выбрали себе модель, и размер подошел. Но не спешите с покупкой. Во время примерки очень

желательно походить в выбранной паре по магазину: чем дольше – тем лучше. Словом, проверьте еще раз, насколько комфортно чувствуют себя ваши ножки в приглянувшейся обновке. И еще. Помните, что «разносятся и станут в самый раз» – это не ваш вариант. Кроме того, для примерки демисезонных или зимних вариантов желательно взять с собой соответствующие носочки, с которыми вы собираетесь носить обувь в ненастье и холода.

Внимание к цвету и деталям

Каждой женщине известно: темное стройнит, светлое полнит. Это же правило актуально и при выборе обуви. Но выбирать постоянно темные и серые оттенки сегодня совершенно не обязательно: есть альтернатива – комбинированные цвета, когда темное и светлое чередуется.

Детали или украшения тоже лучше выбирать сдержанные, некрупные, не выделяющиеся по цвету. Очень хороши, напри-

мер, в качестве украшения узкие ремешки, которые отвлекают внимание от полноты ног на себя. И помните, что некоторые элементы, делающие обувь привлекательнее внешне, на полных ногах могут только подчеркивать недостатки, поэтому лучше их избегать. В их числе контрастные вставки и яркие объемные элементы (бантики, шнурки, пряжки и т.п.). Обувь обязательно должна иметь плотный каркас, держащий форму и не сжимающий ноги.

Светлана ИВАНОВА

Баян, гармошка, аккордеон на протяжении долгого времени сопровождали наши праздники и торжества. Они звучали везде и всюду, где лилась песня или был танец. С 2010 года ежегодно в третью субботу марта отмечают Всероссийский день баяна, аккордеона и гармони. Праздник появился благодаря инициативе Фридриха Липса, профессора кафедры баяна и аккордеона Российской академии музыки. В нашей викторине мы вспомним эти инструменты, а также песни и мелодии, которые на них исполняли.

С душой народа вместе

1 Гармоника является родственницей органа. Разновидностей её существует много: венская, двухрядная, русские (ливенка, тальянка, тульская, саратовская), баян и аккордеон. Отличаются музыкальные инструменты размерами, количеством рядов кнопок, расположением клавиш и кнопок. Интересно, что предшественница баяна – ливенская гармонь имеет необычайно длинные меха. Какой длины достигает размер растянутых мехов?

- а) 1,5 метра.
б) 2 метра.
в) 5 метров.

2 Считается, что первый баян появился в России в 1907 году. Создал его мастер Пётр Стерлигов по специальному заказу для артиста Якова Фёдоровича Орланско-Титаренко, исполнителя народных песен. Имя инструменту дали созвучное с легендарным русским сказителем-певцом Бояном. Причём баяном его называют только в России, за рубежом подобный инструмент именуют кнопочным аккордеоном. Вспомните, кто автор музыки и текста песни «Какая песня без баяна»?

- а) Александра Пахмутова.
б) Олег Анофриев.
в) Это народная песня.

3 С момента получения Кириллом Демианом патента на изобретение гармоники с аккордовым аккомпанементом в левой руке такой музыкальный инструмент стал именоваться аккордеоном. Изготовленный в Вене в 1829 году мастером вместе с сыновьями инструмент имел только пять кнопок. Каждая кнопка играла два аккорда – один при сжатии мехов, другой при растяжении, поэтому играть можно было только простые мелодии. Сегодня на левой клавиатуре количество кнопок у полноразмерного аккордеона равно...

- а) 45. б) 72. в) 120.

4 В фильме Игоря Добролюбова «Белые росы» герой киноленты поёт ранним утром, лёжа на асфальте. Этот фильм собственно и начинается с того, что главный герой Васька (актёр Николай Караченцов) исполняет песню, аккомпанируя себе на гармонии. После выхода фильма на экраны эта песня на стихи Михаила Танича и музыку Яна Френкеля стала очень популярной. Назовите её.

- а) «Страдания».
б) «Огней так много золотых».
в) «Ой, цветёт калина в поле у ручья».

5 Вспомним теперь другой популярный и любимыми многими фильм. По сюжету картины адъютант Грициана Таврического – Попандопуло встречается в захваченном бандой селе переодетого во врангелевскую офицерскую шинель командира отряда разведки красных конников-котовцев Назара Думу. У Назара на плече гармонь. Попандопуло просит Назара сыграть что-то такое, «чтобы душа сначала развернулась, а затем снова свернулась на место». Как называется советская музыкальная комедия Андрея Тютышкина, ставшая одним из лидеров кинопроката в 1967 году?

- а) «Свадьба в Малиновке».
б) «Вольный ветер».
в) «Трембита».



ОТВЕТЫ

1-б. 2 метра. 2-б. Олег Анофриев. 3-в. 120 кнопок. 4-а. «Страдания» («Обломал немало веток, наломал немало дров...»). 5-а. «Свадьба в Малиновке».

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 18 ПО 24 МАРТА

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 18 ПО 24 МАРТА

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Овнам стоит посвящать больше времени дому. Но не только в шкафах, но и в голове лучше все разложить по полочкам. Не делайте скоропалительных выводов. Больше позитива и больше общения. Есть вероятность встретить человека, который перевернет ваш мир.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцам предстоит много работы. Поэтому звезды советуют не браться сразу за все. Спланируйте дела и определите главный вектор своего движения к цели. Так вы добьетесь большего результата. Будьте спокойнее и уравновешеннее. В общении с коллегами ведите себя ровно.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Звезды говорят, что Близнецам удастся решить проблемы, которые накопились. Однако не стоит полагаться исключительно на небесные светила. Приложите максимум усилий. Хорошо продуманный путь поможет вам значительно приблизиться к выбранной цели.

РАК (22.06 – 22.07)
Ракам предстоит проявить упорство и настойчивость, чтобы добиться хорошего результата. А удачное расположение светил вам в этом поможет. Ваша любознательность и восприимчивость к новому помогут решить многие вопросы и завести интересные знакомства.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Звезды рекомендуют Львам заниматься повседневными заботами. Домашние дела требуют вашего внимания. Хлопоты не столь важные, но все это пойдет вам только во благо. Дружелюбие в окружающем вас пространстве положительно влияет и на ваш внутренний мир.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Дев ожидает тихая и спокойная неделя. Посвятите время уходу за собой и встречам с друзьями. Прислушайтесь к окружающим, возможно, вам дадут ценный совет. Выходные стоит провести на природе. Если нет возможности выбраться в лес, то можно погулять в парке.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Звезды предостерегают Весы от чрезмерных нервных нагрузок. А чтобы этого не произошло, будьте сдержанны. Смотрите на мир с холодной головой. Не давайте волю эмоциям, вы можете обидеть окружающих. Старайтесь не обращать внимания на внешние раздражители.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Отличное время, чтобы вспомнить о близких, общение с которыми было прекращено. Позвоните им, сделайте небольшой презент, поинтересуйтесь, как у них дела. Вот увидите, им будет очень приятно. И это положительно скажется на вашем эмоциональном состоянии.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Стрельцам нужно сконцентрироваться на своих делах, не отвлекайтесь на посторонние хлопоты. Будьте внимательны и трудолюбивы. Старайтесь переключать внимание и сохранять баланс между работой и личной жизнью. Не стоит забывать об отдыхе.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Главное оружие Козерогов – это их обаяние. Поэтому не будьте агрессивны в общении с окружающими. Очаруйте их добротой – и вы удивитесь, как легко сможете добиться желаемого результата. На работе постарайтесь проявить больше усердия, чем обычно.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Звезды советуют Рыбам расстаться с хандрой. Не копите в душе отрицательные эмоции. Поделитесь своими переживаниями с близким человеком. Проявляйте больше уважения и внимания к семье. Теплое искреннее общение наполнит вашу душу любовью и теплом.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
У Водолеев замечательный период для всего нового. Постарайтесь создать уют и веселую атмосферу дома. Звезды на вашей стороне. Вы достигнете внутренней гармонии и душевного равновесия. Ваше настроение напрямую зависит от ваших мыслей.

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

- «Перекресток диаметров».
- Некоторые лингвисты считают, что это название лесов заимствовано из языков монгольской группы и означает «скалистые горы».
- Под какой крепеж стилизована буква С в заставке мультсериала «Фиксики»?
- Декоративная ваза, в которую ставят цветочный горшок.
- Девочка из сказки шведской писательницы.
- Возвышенная равнина.
- Цилиндр на городской улице для расклейки афиш и объявлений.
- По сценариям этой писательницы сняты фильмы «Подкидыш», «Слон и веревочка».
- Городской транспорт.
- Стержень, соединяющий ступицу велосипедного колеса с ободом.

Ответы: 1. Центр. 2. Тайга. 3. Лайка. 4. Кашпо. 5. Лепни. 6. Плато. 7. Тумба. 8. Барто. 9. Такси. 10. Спица.

КРОССВОРД «ДИАГОНАЛЬ»

хозяйственная техника для отделения зерен от мякоти. 20. Исполнение музыки в полную силу.

Справа-вниз-налево:

- «Сиделка» при малыше. 2. Мнение, противоречащее (иногда только на первый взгляд) здравому смыслу. 4. У телевизора он дистанционный. 6. Есенинская Анна. 7. Участники русского дворянского восстания 1825 года. 9. Ветреница из лютиковых. 11. Непokoйная гора. 12. Владелец фирмы, шеф. 15. Ее нарушил Паниковский. 16. Соавтор Ильфа. 18. Большое желание сдвинуть горы. 21. Проторенная дорога.

Слева-вниз-направо:

- Всем известно, что император Калигула назначил своего коня по кличке Инцитатус сенатором. А кто назначил сенатора Антония Флава своим конем по кличке Цицерон? 3. «Приставка» к Щедрину. 4. Теплое клетчатое покрывало. 5. Свойство поганки и мухомора. 6. Единственный большой город в мире, расположенный одновременно и в Европе, и в Азии. 8. Черноплодная «малина». 10. Хляк душой и телом. 13. Крыша, предлагаемая путнику. 14. Сонм звезд и галактик. 17. Страна, давшая имя столам и стенкам. 19. Сельско-

ОТВЕТЫ

Слева-вниз-направо: 1. Герон. 2. Парадокс. 3. Салтыков. 4. Плед. 5. Велюга. 6. Форт. 7. Декоративная ваза. 8. Снежинка. 9. Лепни. 10. Спица. 11. Непokoйная гора. 12. Тайга. 13. Крыша. 14. Сонм звезд и галактик. 15. Анна Есенина. 16. Соавтор Ильфа. 17. Швеция. 18. Большое желание сдвинуть горы. 19. Сельскохозяйственная техника для отделения зерен от мякоти. 20. Музыка. 21. Проторенная дорога.

ВСЁ ОБО ВСЁМ Все объявления на правах рекламы

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ	РАБОТА
<p>РЕМОНТ КВАРТИР</p> <ul style="list-style-type: none"> Поклейка обоев Ванные под ключ Сантехника, отопление Отделка лоджий и балконов Ламинат, линолеум, стяжка полов ЭЛЕКТРИК Шпаклевка, штукатурка Покраска стен, гипсокартон Натяжные потолки Монтаж, демонтаж <p>Подробности по тел.: 8 (473) 294-08-98, 8 (952) 102-05-02</p>	<p>Требуется работники: повар, помощник повара, упаковщик, грузчик, уборщица, посудомойщица, кассир, су-шеф, кухонный рабочий. Тел.: 8 (922) 558-97-50, Юлия; 8 (926) 030-69-10, Елена; 8 (926) 591-02-08, Дарья</p> <p>8 (906) 033-39-29, 8 (905) 798-95-88, 8 (905) 797-17-05, 8 (905) 797-17-05; 8 (905) 797-20-52, 8 (903) 726-56-73 ГБ «Командор» Приглашает на работу охранников. Обязательно – удостоверение охранника. График: вахта 15/15; 30/15. Департамент здравоохранения: з/п от 2 000-2 300 руб./сутки, тел.: 8 (906) 033-39-29, 8 (905) 798-95-88, 8 (905) 797-17-05. Офисы ПФР-6 разряд, 3 800-4 000 руб./сутки. График работы: 5x5; 7x7; 10x10. Тел.: 8 (905) 797-17-05; 8 (905) 797-20-52. Школы-сады: з/п от 1 900-2 000-2 200 руб./сутки. Парки: з/п 2 300 руб./сутки, тел.: 8 (903) 726-56-73. Работа по Москве/МО</p>

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:

8 (903) 792-47-73

КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

ПО ТЕЛЕФОНУ	8 (903) 792-47-73
ПО ПОЧТЕ	reklama@kardos.ru
ЦЕНА	Стоимость строчного объявления от 300 рублей за 1 выход
КАК ОПЛАТИТЬ	<ol style="list-style-type: none"> Через «Робокасса»: со счёта мобильного телефона, на сайте kardos.media, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера); В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 30101810400000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

Скидки уточняйте у менеджера

Кошка – удивительное создание. Мало кто способен устоять перед обаянием ласкового пушистого существа, мирно мурлыкающего на коленях.

В доме кошка чувствует себя не просто членом семьи, а настоящей хозяйкой, которой все позволено. И как-то незаметно у вас начинают меняться привычки, характер, психическое состояние...

Три кошки на одну собаку

По мнению ученых, кошки «одомашнились» около девяти тысяч лет назад. Человек сначала догадался об их «рабочей» пользе (уничтожают грызунов в доме, сохраняя запасы урожая), а потом принял их эстетически-эмоциональное назначение. Кто знает, если бы не эти знания, гуляли бы свободолюбивые существа до сих пор в лесах и степях вместе с манулами и рысями.

С научной точки зрения, домашняя кошка – это млекопитающее семейства кошачьих отряда хищных. Ее также рассматривают как подвид лесной кошки, но современная биологическая систематика утверждает, что домашняя кошка является отдельным биологическим видом.

В настоящее время в мире насчитывается порядка 100 пород кошек. Самые популярные: британские, шотландские вислоухие, русские голубые, сиамские, персидские, ориенталы, бомбейские, абиссинские, канадские сфинксы, рэгдоллы, мейн-куны, американские карликовые, бенгальские. Одной из самых известных в мире считается экзотическая короткошерстная кошка. Эта порода была выведена 50 лет назад путем скрещивания короткошерстной американской с персидской, русской голубой и бурмой.

Кстати, по расчетам ряда экспертов, на каждую собаку, живущую на планете, приходится около трех кошек.

МУРЛЫКАЮЩЕЕ ЧУДО



Гладишь кошку, а она подставляет свой животик. Чешешь за ушками – она трется о ноги. Почесываешь по спинке, а она тебе песни напевает. Разве не чудо? В такие моменты становится тепло, спокойно и уютно.



Две подружки.
– О чём задумалась? Что тебя так тревожит?
– Да нужно всё-таки набраться смелости и рассказать своему коту, что это он живёт у меня, а не я у него.

Одна из самых крупных пород кошек – рэгдолл. Коты этой породы весят от 6 до 10 килограммов, а кошки – от 5 до 8. Также среди представителей крупных пород кошек – мейн-куны. Длина тела взрослого кота достигает метра, а вес самцов составляет 6-9 килограмм.

Самый-самый усатый, полосатый...



Самая мелкая порода – сингапурская: весит всего 2-3 килограмма. Среди всех кошачьих самой маленькой является рыжая пятнистая кошка. Она живет в Индии и на Шри-Ланке, ее размеры вдвое меньше обычного домашнего питомца – около 15 см в длину, а вес не превышает 1,5 килограмма.



В рейтинге самых умных пород пальма первенства досталась абиссинской кошке. Это очень активные и грациозные создания поразительной красоты.

Среди долгожителей – бенгальские кошки, сиамские, персидские, ориенталы, мэнкс, русские голубые. Они нередко доживают до 20 и более лет. Долгожителями считаются и кошки таких пород, как девон-рексы, японские бобтейлы и тиффани. Чуть меньше живут австралийские дымчатые, невские маскарадные и мейн-куны.

А еще кошки считаются и самыми точными «погодными прогностами», по их поведению можно узнавать метео-сводку: свернется в клубок – к похолоданию, спит на спине, раскинув лапки, – к теплу, чешет за ушком – к дождю или снегу, лижет лапки – к солнышку.

Самым необычным и счастливым окрасом славятся трехцветные кошки. Согласно легенде, трехцветный окрас объединяет в себе три начала: счастье, любовь и материальное благополучие, и кошки, обладающие таким окрасом, укрепляют семейные отношения, защищают дом от негативных воздействий.



Хитрят и манипулируют

Представители породы кошачьих чрезвычайно сообразительны, способность к обучению у кошек не хуже, чем у собак. Их интеллект весьма высок, они обладают абстрактным мышлением, могут анализировать поведение окружающих людей, а затем использовать полученную информацию в своих интересах.

Несмотря на сравнительно небольшой мозг, они способны хитрить и манипулировать. Питомцы быстро понимают, кто есть кто из домочадцев и что можно от них ожидать, и ведут себя с ними соответственно. Если, к примеру, вы встаете в доме раньше всех и первым делом начинаете кормить кошку, то именно вас она и будет будить по утрам. А если что-то пойдет не так, станет менять вокализацию до тех пор, пока издаваемые ею звуки не приведут к желаемому результату.

Вообще-то, даже самым умным кошкам не присуща социализация, то есть у каждой свое на уме. Чтобы повысить IQ своего любимца, просто подберите для него интересное занятие. Не зашло? Найдите более занимательное упражнение. Кошка сообразительна, пластична в моторике и способна обучаться в течение всей жизни.



Если бы мне давали доллар каждый раз, когда моя кошка заставляла меня улыбаться, я был бы сейчас самым богатым человеком в мире».

Эрнест Хемингуэй

Кстати

Мурчание – как снотворное

Как опытные невропатологи, пушистые питомцы внимательно проверяют своих хозяев. Когда кошка забирается на человека и начинает его мять, подготавливается плацдарм для согрева. Каждое мурлыка, выпуская когти, раздражает верхние слои дермы. Человеческий организм воспринимает это как сигнал к действию, и тепло приливает к участку тела. Иногда коты мнут именно в том месте, где есть воспаление, безошибочно указывая на нежелательный процесс.

А еще кошки – это эффективное и безвредное снотворное, которое подходит практически всем. Если кошка находится в вашей спальне, скорее всего, сон будет глубоким и уютным.

Песни напевает, радость прибавляет

Гладишь кошку, а она подставляет свой животик. Чешешь за ушками – она трется о ноги. Разве не чудо? В такие моменты становится тепло, спокойно и уютно. А все потому, что обычное поглаживание кошки провоцирует выработку окситоцина и его мощный выброс в организм. «Гормон нежности» делает человека более уравновешенным и уверенным в себе.

Когда в доме есть кошка, хозяин никогда не почувствует себя одиноким. Это и прибор ночного видения, и круглогодичная камера видеонаблюдения, и вечный двигатель, толкатель и скакатель.

Мы еще многое не знаем о наших пушистых друзьях, включая то, что они думают о своих владельцах. Важно понять, что не мы выбираем кошку, а она нас. И если уж решились взять животное в дом, подождите неделю-другую, возможно, встретите «своего» кота. Обратите внимание на то животное, которое тянется именно к вам. Возможно, это ваша судьба.

Валерия ПАШЕЧКИНА

LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-29-54 и получи **ПОДАРОК***!

Скидки на ТВ-ХИТЫ до **-60%**

Садовый фотосайдинг «Краски жизни» ПРИ ПОКУПКЕ от 2 шт. ЦЕНА 1 шт. **1499 р.**

лот 104236 ~~2999 р.~~ **1999 р.**

- Декорирование забора, беседки, террасы и др.
- Защищает от непогоды, насекомых, ограждает личное пространство.
- Легкий монтаж.
- Устойчива к различным погодным условиям.

Материал: ПВХ, металл. Люверсы для крепления. Размер: 310×158 см. Дизайн укажите при заказе.

Размер: 310×158 см

Усилитель звука «Чуткий слух»

лот 402930 ~~1499 р.~~ **999 р.**

- Может усиливать звуки до 40 дБ.
- 6 уровней громкости.
- Материал: металл, пластик, силикон.
- Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см.
- Длина обода: 4 см. Вес: 10 г.
- В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция.
- НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Жилет из шерсти «Ласковое тепло»

лот 305659 ~~2299 р.~~ **999 р.**

до 64-го размера Бордовый

Материал: 60% акрил, 40% шерсть. Размер: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64. Длина по спинке для 50-52 размера: 72 см.

Комплект «Гермес» + браслет в ПОДАРОК!

лот 60951 ~~2499 р.~~ **1999 р.**

Браслет в ПОДАРОК!

- Комплект из креста с цепочкой для настоящего мужчины.
- В ПОДАРОК – браслет с таким же плетением.
- Материал: сплав не драгоценных металлов, покрытие цвета золота. Размеры: 3,8×5,8 см (крест); 60×0,6 см (цепь); 22×0,6 см (браслет).

Гибкие настенные панели 3D «Премиум», 20 шт.

лот 925760 ~~6999 р.~~ **3999 р.**

20 шт. – 10 м²

Выгода – 3000 р.!

- Обновляют интерьер, утепляют стены и улучшают звукоизоляцию.
- Легко режутся под нужный размер.
- Не впитывают воду, легко очищаются от загрязнений.
- Надежно и просто клеятся на любую поверхность.

Материал: вспененный полистирол. Цвет: белый (1), «светлый кирпич» (2), «золотой мрамор» (3), «серый мрамор» (4). Размер одной панели: 70×77 см. В комплекте: 20 шт.

Ножницы для педикюра

лот 402091-02 ~~899 р.~~ **599 р.**

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

Умный браслет «Здоровье»

лот 402115-02 ~~2999 р.~~ **1299 р.**

- Измерение давления и пульса, содержания кислорода в крови, расстояния, шагомер, счетчик калорий, мониторинг сна.
- Удобный циферблат, простое меню.
- Длина окружности: 24,5 см.
- Материал: гипоаллергенные пластик и силикон. Водонепроницаем. Аккумулятор: 90 мАч.
- НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер» + лосьон в ПОДАРОК!

лот 402968-03 ~~1999 р.~~ **1499 р.**

- 3 в 1: роторная бритва для лица (1), триммер для висков и бороды (2), триммер для носа и ушей (3).
- Работает от аккумулятора.
- Водонепроницаемая, легкая.
- Материал: пластик, металл, резина, нерж. сталь (лезвия). Емкость аккумулятора: 800 мАч. Мощность: 5 Вт. Время работы при полной зарядке: до 60 мин.
- В комплекте: бритва с удобной ручкой, 3 насадки (роторная бритва с защитной крышечкой и 2 триммера), кабель-USB для зарядки, щетка для чистки бритвы.
- В ПОДАРОК: лосьон после бритья.

Складная стиральная машинка «Мини Автомат» + карандаш-пятновыводитель в ПОДАРОК!

лот 102943 ~~4999 р.~~ **2499 р.**

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

Ультразвуковой отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник», 2 шт.

лот 10035 ~~1999 р.~~ **999 р.** 2 шт.

- Электромагнитные импульсы отпугивают крыс, тараканов, пауков, мух и комаров.
- Зона влияния: до 200 кв. м.
- Работает от сети 230 В.
- Размер: 11×7,5×6,5 см.
- Материал: пластик.
- В комплекте: 2 шт.

Подушка-антистресс «Пушистик»

лот 103978 ~~1999 р.~~ **1299 р.**

- Подушка поможет справиться со стрессом, украсит интерьер.
- Размер: 28×18 см. Материал: трикотаж, полистирол.
- Цвет: серый, рыжий, светло-серый (укажите при заказе).

Корректор осанки «Здоровая спина»

лот 400573 ~~1999 р.~~ **999 р.**

Встроенные магниты

- Эффективный способ сформировать правильную осанку.
- 10 магнитов вдоль позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.

Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3). Материал: неопрен. Цвет: черный, бежевый. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Универсальная чистящая паста «Просто блеск», 2 шт.

лот 103628 ~~1499 р.~~ **999 р.**

- Справляется со сложными загрязнениями на разных поверхностях.
- Состоит из натуральных компонентов. Не токсична, нейтральный аромат.
- Чистит до блеска кухонную технику, посуду, столовые приборы, напольные покрытия, сантехнику. Не оставляет разводов.
- Состав: кварцевый песок, порошок диоксида кремния, деионизированная вода, ароматизатор, кокосовое масло.
- В комплекте: 2 банки по 500 г.

Жидкая резина «Фикс Про 3 в 1»

лот 102640 ~~1299 р.~~ **999 р.** 2 шт.

- 3 в 1: герметик, жидкая резина и клей.
- Блокирует проникновение влаги.
- Подходит для любой поверхности.
- Предотвращает образование ржавчины и коррозии.
- Объем баллона: 450 мл.
- Цвет: черный, белый, прозрачный. В комплекте: 2 баллона одного цвета.

Наматрасник непромокаемый

лот 103314 от ~~1999 р.~~ **1499 р.**

- Защищает матрас от влаги и грязи.
- Верхний слой – дышащий, нижний – непромокаемый.
- Для матрасов высотой до 30 см.
- Материал: махра (80% хлопок, 20% ПЭ), полиуретановая мембрана.
- Размер на выбор: 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см.

Наколенник «Двигайся легко», 2 шт.

лот 45295 ~~1999 р.~~ **999 р.**

- Уменьшает нагрузку на сустав.
- Не нарушает кровоток.
- Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
- Незаметен под одеждой.
- Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Высота: 28 см.
- Размер универсальный. Максимальный обхват ноги до 50 см.
- В комплекте: 2 шт.
- НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Стул «Титан» для купания в ванной и душе

лот 28594-06 ~~3999 р.~~ **2999 р.**

- 6 положений высоты.
- Отверстие для фиксации душевой лейки.
- Нескользящие и нецарапающие ножки.
- Материал: пластик, алюминий. Вес: 2,3 кг. Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см.
- Размер (Ш×Г×В): 51×31×50 см. Макс. нагрузка: 120 кг.
- В ПОДАРОК: самоклеящаяся противоскользящая подушка!

Вертикальный пылесос 2 в 1 «Кристалл»

лот 16593 ~~5999 р.~~ **3999 р.**

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

Гольфы компрессионные хлопковые

лот 309867 ~~999 р.~~ **699 р.**

- Хлопковые гольфы с мягким компрессионным эффектом снимают усталость, улучшают кровообращение и помогают предотвратить отеки.
- Усиленные мысок и пятка.
- Материал: 80% хлопок, 15% ПЭ, 5% эластан.
- Размер: 36-37, 38-39, 40-41, 42-43, 44-45.
- Цвет и размер укажите при заказе.
- НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Велотренажер «Кардио»

лот 401808 ~~3999 р.~~ **1999 р.**

- Для тренировки ног и рук.
- Регулируемый уровень нагрузки.
- Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
- Компактный.
- Материал: металл, пластик. Вес: 2,4 кг.
- Размер: 40×53,5×25,5 см.

Электрический измельчитель «Молния»

лот 22634 ~~2499 р.~~ **1299 р.**

- 3 в 1: заменит блендер, миксер и мясорубку.
- Простое управление одним нажатием.
- Материал: пластик, нержавеющая сталь.
- Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт.
- Объем чаши: 1,8 л.
- В комплекте: измельчитель, одинарный нож, двойной нож.

Электрическая турка + кофе в ПОДАРОК!

лот 200772 ~~1699 р.~~ **999 р.**

- Ненагревающаяся съемная ручка.
- Скрытый нагревательный элемент.
- Защита от перегрева.
- Материал: пластик, металл.
- Объем: 0,5 л. Мощность: 600 Вт.
- Напряжение: 220-240 В.
- Длина провода: 60 см.
- В ПОДАРОК: кофе молотый.

Кроссовки «Бриз»

лот 47344 ~~1499 р.~~ **999 р.**

Бордо

Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подшова). Полнота: 8. Размер: 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44. Маломерят на размер. Цвет укажите при заказе.

до 44-го размера

ВАШ ПОДАРОК:

***при заказе от 1000 р.:**

***при заказе от 2000 р.:**

Минифен складной, цвет в ассортименте

Доска разделочная + нож в чехле (цвет в ассортименте)

Успейте купить! ВЕСЕННИЕ СКИДКИ НА ЛИДЕРЫ ПРОДАЖ ДО -75%



Материал: п/э, вискоза, эластан. Длина: 105 см. Россия. Размеры: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62, 64, 66, 68.

Платье «Диана»

«Летящее» платье А-силуэта с фигурным подолом смотрится очень легко и романтично! Струящаяся ткань приятна телу, а удобный фасон не стесняет движений.

Лот 103 195 1. Синее 2. Бордо

при покупке от 2-х штук

990 Р

Кроссовки «Ортэкс»

Новое воплощение вечной классики с ноткой городского стиля. Массивная подошва, четкие линии и широкие липучки делают обувь подходящей для любого образа и настроения. Удобная посадка на стопе любой ширины и подъема. Модель унисекс – модно смотрится и на женской, и на мужской ноге.



Нескользящая подошва



Для мужчин и женщин

Хорошая вентиляция

Размеры 37-45

Лот 200 59080 Серый Лот 200 59090 Черный

Материал: верх – 100% полиэстер (4 вида текстиля + липучка), стелька – ПВХ, сверху покрыт сетчатым текстилем, подошва – EVA, Китай.

скидка 40%

2490 Р

1490 Р



ВАШ ПОДАРОК при покупке от 1490 р.



Браслет

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



Кепка

Стильная кепка из полушерстяного твида в британском стиле сделает Вас элегантной и женственной! Глубокая посадка. Идеально для весны.

Материал: 50% шерсть, 50% акрил. Размер универсальный 55-58. Россия. Лот 129 0604



скидка 50%

2990 Р

1490 Р

Размеры 37-41



Модные туфли «Санторини»

Легкие дышащие туфли в модном греческом стиле! Они практически неощутимы на ноге. Смягчают нагрузку на стопы.

Материал: экокзамша, кожа, резина. КНР.

Лот 102 512 1. Песочный 2. Деним

при покупке от 2-х штук

790 Р

Сумка «Шоколад»

Сумка из кожи пэчворк – просто находка! Из кожи пэчворк, 2 больших отделения на молниях, 5 карманов снаружи, крепкие ручки и съемный ремень на плечо. А самое главное – снизу есть потайное отделение для зонта – это защитит ваши вещи от промокания.

Материал: кожа, ПВХ. Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР. Лот 200 47520 Коричневый



Карман для зонта



скидка 75%

3990 Р

990 Р

Носки без резинки

Не затрудняют отток крови, не перетягивают ногу. Подходят для полных ног.

Лот 143 0774 Релакс Лот 151 4528 Отдых



Мужские носки «Релакс»

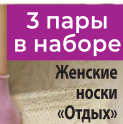
Материал: 74% хлопок, 24% п/э, 2% эластан. Россия. Цвет в ассортименте. Женские размеры: 23-25, 25-27.

Мужские размеры: 25, 27, 29. Спрашивайте Ваш размер при заказе!

скидка 45%

1450 Р

790 Р



Женские носки «Отдых»

Умный зонт

С обратным механизмом сложения. Материал: металл, полиэстер. Длина в сложенном виде: 23,5 см. Диаметр купола: 105 см. КНР. Лот 200 47527



скидка 53%

1490 Р

690 Р

Кошелек

Из кожи пэчворк. Материал: кожа, подкладка – 100% полиэстер. Размеры: 20x10,5x3,8 см. КНР. Лот 156 6130 Коричневый



скидка 65%

1990 Р

690 Р

Жилет «София»

Комфортный шерстяной жилет на пуговицах прекрасно комбинируется со многими видами одежды и отлично согревает в холода!

Материал: 30% шерсть, 70% акрил. Длина: 74±4 см. Россия. Размеры 46-72. Лот 200 56693 Синий

скидка 63%

2690 Р

990 Р



Ножницы для плотных ногтей + щипцы

С длинными ручками и коротким захватом. Они создают большее усилие при обрезании ногтя на пальцах ног. Щипцы. Материал: нерж. сталь, пластик. Размер: 11x6 см. КНР.



Ножницы. Материал: сталь, пластик. Размер: 21 см. КНР. Лот 689 883

+ ПОДАРОК

790 Р

МОЙ МИР

Заказ на moymir.ru или по бесплатному тел.

8 (800) 350-35-73

код заказа: ТЕЛ_142_24_КРОС

Минимальная сумма заказа составляет 790 рублей без учета стоимости доставки. Стоимость доставки по всей России составляет 399 руб. При доставке через АО «Почта России» – пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно и соответствует 2,5 % от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Хом шопинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 10.03.2024 г. до 10.05.2024 г. при условии наличия товара на складе. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов или выигрышей по результатам акции, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по тел. 8 (800) 350-35-73 и на сайте www.moymir.ru (0+). Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ_142_24_КРОС. Реклама.