

Большая и удобная ТВ-программа для Санкт-Петербурга и Ленинградской области

№11  
(311)

ТВ-программа с 18 по 24 марта 2024 года

# ТЕЛЕЛЕК

35

КАНАЛОВ

ТВ

РАЗГАДЫВАЙТЕ  
СКАНВОРДЫ  
И ПОЛУЧАЙТЕ ПРИЗЫ

стр. 19-22

ВЕСНА –  
ПОРА ЗАНЯТЬСЯ  
ЗДОРОВЬЕМ

стр. 10

СМЕНА РОЛЕЙ  
В СЕМЬЕ:  
ХОРОШО  
ИЛИ ПЛОХО?

стр. 4

ЧТО ДАЧНИКУ  
НУЖНО УСПЕТЬ  
В МАРТЕ?

стр. 13

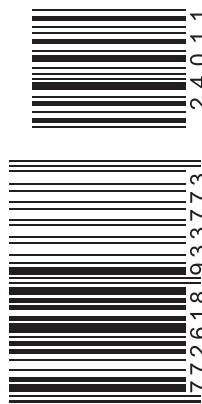
АЛЁНА  
БАБЕНКО  
ВДОХНОВЕНИЕ БЕРУ  
ИЗ ЖИЗНИ

стр. 6

12+

КАРДОС  
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

ISSN 2618-933X



Фотограф Инна Кузнецова

# ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

## СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

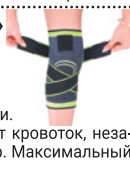
Чудо-пленка «Надежная защита»

2 по цене 1  
990 руб.

Золото Серебро

Самоклеящаяся алюминиевая фольга для защиты поверхностей от повреждений и загрязнений. Легко клеится, водонепроницаемая, жаростойкая, легко мыть. Для оклеивания: столешницы, фасадов шкафчиков, полки, двери, стен и т.д.). Идеально подходит для использования на кухне, в ванной и жилых комнатах. Приклеивается сама к любой поверхности.

Наколенник «Двигайся легко»

2 по цене 1  
990 руб.

Фиксирует сустав при сгибании и разгибании. Уменьшает нагрузку на сустав, не нарушает кровоток, незаменим под одеждой. Универсальный размер. Максимальный обхват ноги - 50 см.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

Точилка «Мастер»

1190 руб. 990 руб. **НОВИНКА**

Уникальный прибор подходит для заточки любых ножей, ножниц, отверток, лезвий садового инвентаря. Имеет два независимых зажимных рычага, которые гибко подстраиваются к форме любого лезвия.

Говорящий хомячок Woody O'time Original

1700 руб. 990 руб.



Развивающая игрушка расшевелит до слез любого, попытавшегося заговорить с ней. Повторяет произнесенные слова и звуки на любом языке мира, повторяет звуки кошек и собак. Поднимет настроение и развеселит друзей!

Швейная мини-машинка

1990 руб. 1690 руб.



С этой машинкой вы подошьете брюки или юбку, вставите молнию, пришьете заплатку, декоративный элемент. Ножная педаль делает процесс быстрым и легким.

Умный корректор осанки

2590 руб. 990 руб.



Умный корсет со специальным датчиком, который контролирует угол наклона вашей спины.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

1700 руб. 1290 руб.



Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа с ярким мягким светом, мощный фонарь прожекторного типа, зарядное устройство power bank.

Создает круговое освещение на 360° и видимость с расстояния 3 км. Срок службы светодиодных панелей 100 000 часов. Имеет два источника питания: солнечную батарею и встроенный аккумулятор большой емкости. Вы сможете подзарядить телефон от разъема USB, который встроен в фонарь.

Тонмометр

1990 руб. 1590 руб. **НОВИНКА**

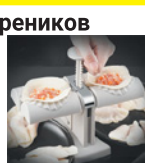
Прибор имеет манжету, которая гарантирует надежное считывание пульса и высокую точность измерений. Интеллектуальная система запоминает последние 60 измерений и имеет индикатор аритмии. На крупном LCD дисплее отображаются дата и время измерения, систолическое давление (верхнее), диастолическое (нижнее), пульс. В комплекте с тонометром пластиковый кейс с защелкой для хранения и переноски устройства.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

### Машинка для пельменей и вареников

Самый вкус

1690 руб. 990 руб.



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

Электробритва 3 в 1

1700 руб. 1290 руб.



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

Пленка солнцезащитная

1500 руб. 690 руб.



Защита от прямых солнечных лучей.

Складная решетка шеф-баскет

1390 руб. 790 руб.



Дуршлаг, секция для фритюра и варки на пару.

Перчатки садовые с когтями

1190 руб. 590 руб.



Прекрасно подходят для прополки и др. работ.

Магнитная щетка для мытья окон

1390 руб. 790 руб.



Безопасная мойка окна одновременно с двух сторон.

Кастриולי

Богатый урожай

6990 руб. 4990 руб.



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

Коврики защитные для газовой плиты 4 шт.

1190 руб. 690 руб.



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

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.

Термос в чехле

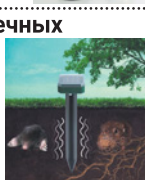
1790 руб. 990 руб.



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

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.

Автомобильные чехлы для сидений

3990 руб. 1990 руб.



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

Электрокастрюля-пароварка Самобранка

2790 руб. 1690 руб.



Плита, пароварка, кастрюля и чайник в одном компактном, удобном приборе. Можно варить, жарить, тушить, готовить на пару.

Шторка магнитная

1590 руб. 690 руб.



Антимоскитная сетка на магнитах.

Миски стальные

1690 руб. 990 руб.



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

Чудо губка 2 шт.

1190 руб. 590 руб.



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

Отпугиватель-фонарь

1690 руб. 1290 руб. **НОВИНКА**

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

Надевайка

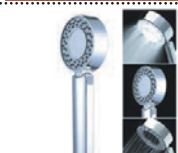
1990 руб. 790 руб.



Не нужно наклоняться, поворачиваться и прибегать к посторонней помощи.

Многофункциональная насадка для душа 3 в 1

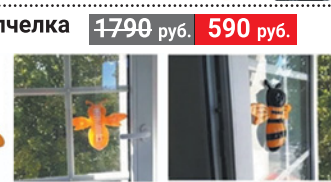
1590 руб. 690 руб.



3 режима потока воды + контейнер для геля.

Термометр пчелка

1790 руб. 590 руб.



Культиватель Торнадо

1790 руб. 1690 руб.



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

Умная лампочка со встроенным аккумулятором

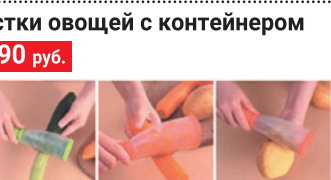
1590 руб. 690 руб.



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

Нож для чистки овощей с контейнером

1390 руб. 590 руб.



Планшет для рисования светом

1790 руб. 990 руб.



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

Разделочная доска с дуршлаком

1590 руб. 690 руб.



Алмазная вышивка

2990 руб. 990 руб.



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

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.

Складная стиральная машинка «Мини-автомат»

2490 руб. **СУПЕРЦЕНА****НОВИНКА**

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

Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.



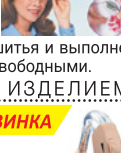
Нагреет воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Экономит электроэнергию! Устанавливается за пару минут.

С дисплеем + ДУШ

2490 руб.



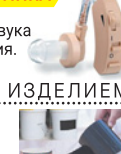
Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

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.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

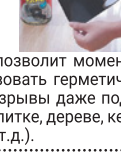
Усилитель звука

990 руб. **НОВИНКА**

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

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

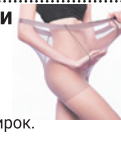
Лента «Супер Фикс»

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.).

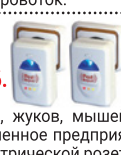
Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

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.

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 по цене 1  
990 руб.

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

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!

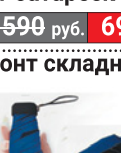
Кухонная утварь

1190 руб. 590 руб.



Экономитель воды, переходник для крана «Турбо»

1390 руб. 590 руб.



Организер для раковины

1390 руб. 690 руб.



Бижутерия часы

2990 руб. 990 руб.



Электроточилка от батареек

1590 руб. 690 руб.



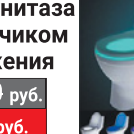
Зонт складной

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 многосерийного 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 вызвать из плена девятилетнюю 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...

### ВЕРНУТЬ КРАСИВЫЕ НОГТИ И МЯГКУЮ КОЖУ СТОП

● КОНСУЛЬТАЦИИ ПО ПРИМЕНЕНИЮ: [WWW.INPHARMA2000.RU](http://WWW.INPHARMA2000.RU)  
8 (800) 201-81-91 (звонок бесплатный)

**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 любой 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», г. Москва, Россия, 111673. Было показано, что избавиться от измененных ногтей удавалось в срок 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. САКАНИЯ, Л. Ш. ТОГОВА, И. В. ОЛЕНИЧ, 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.RU<sup>1</sup>, ZDRAVCITY.RU<sup>2</sup>**

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

Косметические средства. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ. ООО «Инфарма 2000». ОГРН 1097746613953. 109202, г. Москва, ул. 1-я Фрезерная, д. 2/1, стр. 26. 1АО «Научно-производственная компания «Катрен»», г. Химки, Вашутинское шоссе, вл. 22. ОГРН: 1025403638875. 2Zdravcity.ru, ООО «Здравсити», г. Москва, Чермянская ул., д. 2, стр. 1, этаж 8, помещ. 1, ком. 9. ОГРН: 1217700264561.

РЕКЛАМА

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА»

## 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.

**К**аждый 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.

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



## Поменяемся ролями?



## 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 заглянуть 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 верность спорту!

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 широкополосной 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 бусины 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 восстановливаться. 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.

## 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-

вает, мышцы становятся сильнее, а боли уходят в прошлое.

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.

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

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



БЕСПЛАТНАЯ  
ДОСТАВКА

WWW.PRODEX.RU<sup>1</sup>

WWW.APTEKA.RU<sup>2</sup>

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. ЮОО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. <sup>2</sup>АО 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 непросто...

– 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 местам. 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 местам. 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.

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

**П**равда, 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.



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.

**Р**ыбу 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.



# 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 простая 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 помешают 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?

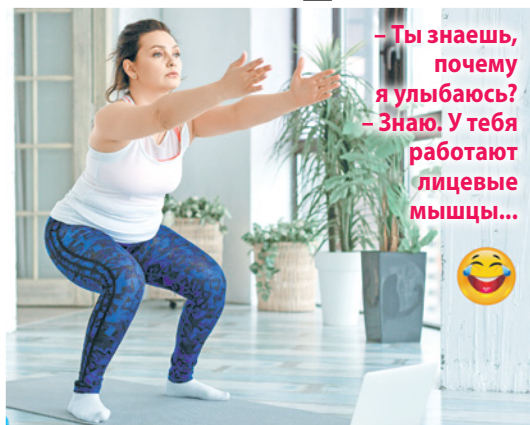
– Ваши тренировки не должны быть легкими, если вы хотите увидеть какие-либо значительные результаты. Вес в каждом упражнении должен быть подобран таким образом, чтобы к концу подхода чувствовалось хорошее жжение в мышцах. Когда вам кажется, что вы больше не можете, надо сделать еще 5-7 повторений, и 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.

## 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

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

## 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](http://www.provista-ag.ru)



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

НЕ ВЯЖЕТЕСЬ ЛЕКАРСТВОМ



## 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.ru<sup>1</sup>

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

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

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

**К**ачественные 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!

**М**ы 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, подьем 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 укрытые 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.



Бархатцы

a - грунт, b - грунт + 5% ЦИОН, c - грунт + 3% ЦИОН

zion\_rus zion\_spb

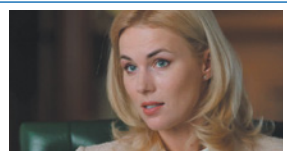
Изготовлен на основе природного минерала, экологически безопасен

Официальный дистрибьютор ТМ ЦИОН – ООО «Гринтех», тел.: (812) 628-57-70. Покупайте в магазинах: Леруа Мерлен, ОБИ, Лента, Азбука Вкуса, Дом Семян, Дачник, Огород Маркет, Семена, Все для сада. [www.zion-rus.com](http://www.zion-rus.com)

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  
РЕКЛАМА

WILDBERRIES OZON

ПЕРВЫЙ



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

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «Под небом Крыма». 1-я серия. К 10-летию воссоединения Крыма с Россией. (12+)
09.50 «Жить здорово!» (16+)
10.45 12.15 15.15 19.30 Информационный канал. (16+)
17.30 Вечерние новости (с субтитрами)
18.00 Митинг-концерт «10 лет в родной гавани». Прямая трансляция с Красной площади
21.00 «Время»
22.00 «ПЕРЕВЕДИ ЕЁ ЧЕРЕЗ МАЙДАН». (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 Премьера. «Александр Проханов. Исповедь». (18+)
00.55 Подкаст.Лаб «Россия и Запад на качелях истории». (16+)
01.40 Подкаст.Лаб «Собрались с мыслями». (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 20.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
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 города Калининграда 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+)
22.10 «ПРЕТОРИАНЕЦ». (16+)
Задерживая карманника, капитан полиции Андрей Полевой случайно бьет австрийского посла, за что получает выговор.
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+)
В разгар празднования юбилея Татьяны на пороге ее дома появляется бывший муж Виктор, внезапно исчезнувший из ее жизни 25 лет назад и оставивший ее с тремя маленькими детьми. Татьяна в бешенстве, ее дети в недоумении, всю жизнь они верили, что отец - разведчик, убитый ЦРУ.
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+)

REN



00.30 «ЗАЩИТНИК». (18+)

- 05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
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 Чапман». (16+)
20.00 «ВИКИНГИ». (16+)
21.55 «Водить по-русски». (16+)
23.30 «Документальный спецпроект». (16+)
00.30 «ЗАЩИТНИК». (18+)

5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Ивестия». (16+)
05.45 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
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 «ДОБРОВОЛЬЦЫ». (12+)
13.25 20.05 «По горячим следам». (16+)
13.45 15.05 17.15 03.25 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)
18.50 19.55 «Специальный репортаж». (16+)
20.25 «Сыновья уходят в бой». (12+)
22.45 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.15 «ГАИШНИКИ». (16+)

ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.00 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
08.35 16.15 «Слепая». (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 «ПРОКЛЯТИЕ АРТУРА». (18+)
01.15 «ГОРНИЧНАЯ». (16+)
02.45 Дневник экстрасенса. (16+)
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 04.10 Решала. (16+)
22.00 Заступницы. (16+)
00.00 Опасные связи. (18+)
02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
05.45 Дорожные войны 2.0. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 07.25 Давай разведёмся! (16+)
08.25 Тест на отцовство. (16+)
10.40 23.00 «Понять. Простить». (16+)
11.45 00.05 «Порча». (16+)
12.55 01.05 «Знахарка». (16+)
13.30 «Верну любимого». (16+)
14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)
14.40 «Кризисный центр». (16+)
19.00 «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ». (16+)
01.35 «Верну любимого». (16+)
ОТР
07.30 20.10 «Календарь». (12+)
10.55 «Коллеги». (12+)
11.50 05.20 «За дело!» (12+)
15.10 «РЕБРО АДАМА». (16+)
16.25 «Прежде мы были птицами». (0+)
16.40 «Новости Совета Федерации». (12+)
17.00 «Очень личное с Виктором Лошаком». (12+)
20.40 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)
22.50 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)
00.25 «В ОКРУЖЕНИИ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

- МИР
05.00, 23.55 Наше кино. История большой любви. (16+)
05.30 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (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+)
01.00 «ТАИНСТВЕННЫЙ ОСТРОВ». (16+)
ПОБЕДА
04.30 «Путь к Победе». (16+)
05.30 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...» (16+)
07.20 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)
10.50 «ВОЛФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)
Сериал. Биографическая драма, Россия, 2009 г. Телепат, гипнотизер, ясно-видящий, ученик Фрейда и знаменитого доктора Абе-ля. 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 «УЧЕНОСТИ ПЛОДЫ». (16+)
03.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ С ФРОНТА». (16+)
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! С Анной Левадой. (12+)
06.55, 04.30 Нейрофизиология. Чтение мыслей. (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: Бесконечная история. (16+)
20.45 Медицина будущего. Вернуть зрение. (16+)
23.20 Медицина будущего. Технологии заживления: новые методы лечения ран. (16+)
01.55 Медицина будущего. Современный взгляд на «болезни старости». (16+)
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: Монета викингов, древний диск и мертвая девочка, которая спасла миллионы. (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+)

РОССИЯ К Культура

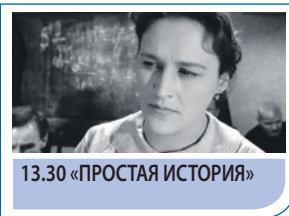
ТВЦ ТВЦ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

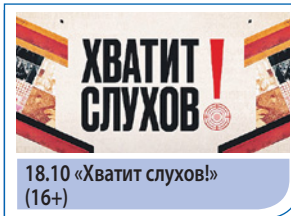
СПБ САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24

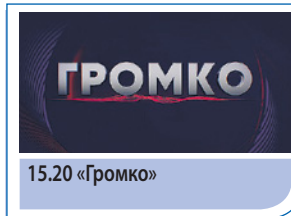
78 78 КАНАЛ



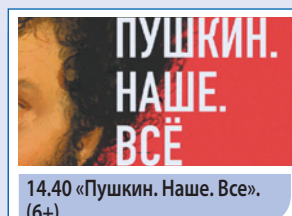
13.30 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ»



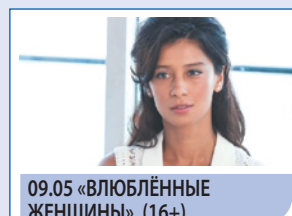
18.10 «Хватит слухов!» (16+)



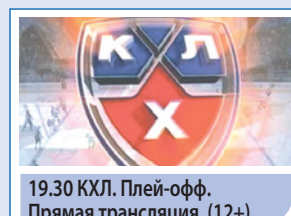
15.20 «Громко»



14.40 «Пушкин. Наше. Все.» (6+)



09.05 «ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)



19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)

06.30 «Пешком...»  
07.00 Черные дыры. Белые пятна  
07.45 «Забытое ремесло»  
08.00 «Невский ковчег»  
**08.25 «ВАНЯ»**  
10.15 «Наблюдатель»  
11.15 01.00 XX век  
13.00 «Коллекция историй»  
**13.30 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ»**  
14.55 Линия жизни  
15.55 «Агора»  
17.15 «100 лет в Арктике»  
17.45 «Музыкальные усадьбы»  
18.15 «Рассказы из русской истории»  
19.45 Главная роль  
20.05 «Правила жизни»  
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»  
20.50 «Свидетели времени»  
21.30 «Сати. Нескучная классика...»  
**22.15 «КОРОЛЕК - ПТИЧКА ПЕВЧАЯ»**  
23.15 «Вначале было дело, или История русской промышленности»  
**00.00 «ПОРУС»**

06.00 «Настроение»  
08.10 «Спартак Мишулин». (16+)  
**08.45 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2».** (16+)  
10.45 00.30 «Петровка, 38». (16+)  
10.55 «Городское собрание». (12+)  
11.30 14.30 17.50 22.00 События  
**11.50 «10 СТРЕЛ ДЛЯ ОДНОЙ».** (12+)  
13.40 05.20 «Мой герой». (12+)  
14.50 Город новостей  
**15.00 03.25 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (12+)  
16.55 «Актерские драмы. Судьба-блондинка». (16+)  
18.10 «Хватит слухов!» (16+)  
**18.45 «ГАДАЛКА».** (16+)  
22.35 Специальный репортаж. (16+)  
23.05 «Знак качества». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.45 «Смерш. Ялта-45». (16+)

06.00 «Кто кого?» (12+)  
06.30 «Всё о главном». (12+)  
07.00 10.00 12.10 13.55 Новости  
07.05 18.55 21.55 00.20 Все на Матч!  
10.05 «История Джесси Лингарда». (16+)  
11.10 00.55 Еврофутбол. Обзор. (6+)  
12.15 Смешанные единоборства. А. Малыхин - Р. де Риддер. One FC. Трансляция из Катара. (16+)  
13.35 Специальный репортаж. (12+)  
14.00 «Есть тема!»  
15.20 «Громко»  
16.15 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция  
22.35 Смешанные единоборства. Т. Туиваса - М. Тыбура. UFC. (16+)  
01.55 Волейбол. «Факел» - «Кузбасс». Чемпионат России. Pari Суперлига. Мужчины. (6+)

07.15 08.15 09.15 «Большой утренний эфир». (16+)  
11.15 «Главный врач». (12+)  
12.10 «Пульс города». (12+)  
12.20 «Залог успеха». (12+)  
12.40 «Петербургские тайны». (12+)  
13.15 «Культурная эволюция». (16+)  
14.15 «Мариупольский дневник». (16+)  
14.40 «Пушкин. Наше. Все». (6+)  
15.20 «Объясняем». (12+)  
**15.45 03.25 «ИВАН ПОДУШКИН: ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА».** (12+)  
19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)  
19.30 «Такой футбол». (6+)  
20.00 «Петербург - город решений». (12+)  
21.00 «Время суток». (16+)  
22.00 Большой информационный эфир. (16+)  
22.40 03.15 «Степень защиты». (16+)  
22.50 «Соль событий». (16+)  
**22.55 «ДВА КАПИТАНА».** (6+)

06.00 «Новое утро». (12+)  
09.00 11.00 13.00 15.00 17.15 19.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)  
**09.05 04.10 «ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ».** (16+)  
11.15 18.10 Специальный репортаж. (16+)  
**12.05 13.15 «ЛЕГАЛЬНЫЙ ДОПИНГ».** (16+)  
14.10 «Загадки цивилизации. Русская версия». (12+)  
15.15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)  
15.35 01.30 Я тебя знаю. (12+)  
16.00 Прямая линия с губернатором Ленинградской области. (6+)  
17.30 Ступени Победы. (12+)  
19.15 «Гидом - буду!» (12+)  
**19.30 «ГРАЧ».** (16+)  
20.30 23.00 02.00 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)  
**21.10 «ДВОЕ ПОД ОДНИМ ЗОНТОМ».** (16+)  
**23.40 «ПЕЛЕ: РОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ».** (16+)  
**02.40 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕПЕСТОК».** (16+)

07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)  
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 22.00 00.30 «ИЗВЕСТИЯ 78». (12+)  
11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 19.00 23.30 «Происшествия». (16+)  
11.10 «Начало дня». (12+)  
12.30 «Телекурьер». (12+)  
13.30 «Дом советов». (12+)  
14.30 Гид 78. (12+)  
15.15 «Середина дня». (12+)  
16.15 23.45 «Легенды советского сыска». (12+)  
17.30 23.00 «Не факт». (12+)  
18.00 «Вечер трудного дня». (12+)  
19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)  
19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)  
01.30 «Открытая студия». (12+)  
02.10 «Неделя в Петербурге». (12+)  
03.05 Ночное вещание. (16+)

## ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

**КАРУСЕЛЬ**  
05.00 Ранние птички. «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 «Робокар Поли и его друзья». (0+)  
09.00 «Царевны». (0+)  
11.15 «Простоквашино». (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 слёзки». (0+)  
17.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)  
19.05 «Сказочный патруль». (0+)  
20.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)  
Музыкальные клипы для детей дошкольного возраста.  
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 «Тайственные золотые города». (6+)  
02.45 «Бобби и Билл». (0+)  
03.45 «Смешарики». (0+)

**МУЛТ**  
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-Чирикино». (0+)  
11.20, 19.05, 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. БОДОпутешествия». (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», «Машинные 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 Леня». (6+)  
00.20 «Приключения Бубы». (6+)  
01.00 «Котики, вперед!» (0+)  
03.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки». (0+)

## КИНО И СЕРИАЛЫ

**ТВУЮ**  
05.30 «ДОСПЕХИ БОГА». (16+)  
07.00 «ДОСПЕХИ БОГА-2: ОПЕРАЦИЯ «КОНДОР»». (16+)  
09.05 «ДОСПЕХИ БОГА-3: МИССИЯ «ЗОДИАК»». (12+)  
11.25 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (16+)  
13.25 «ВО ВЛАСТИ СТИХИИ». (16+)  
15.20 «ИСТОРИЯ СЕМЬИ БЛУМ». (12+)  
17.05 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)  
19.00 «ОСТРОВ ГОЛОВОВОРЕЗОВ». (16+)  
21.25 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)  
23.20 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». (16+)  
01.00 «ПОСЛЕ». (16+)  
02.35 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-2». (16+)  
04.05 «ПОСЛЕ. ГЛАВА-3». (16+)

**TV1000 РУССКОЕ**  
05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)  
06.10 «Три кот». Мультсериал. (6+)  
06.40 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
07.20 «1993». (16+)  
10.10 «ПИРАМИДА». (16+)  
12.15 «КРОВАВАЯ ЛЕДИ БАТОРИ». (16+)  
14.20 «ЭКИПАЖ». (16+)  
17.00, 17.55 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)  
18.55 «ДОМОВОЙ». (6+)  
20.45 «ХОТЯБЫЧ». (16+)  
22.35 «ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ». (16+)  
00.15 «РУБЕЖ». (12+)  
02.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (16+)  
03.50 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)  
05.20 «Путешествие муравья». Мультфильм. (6+)

**КИНОКОМЕДИЯ**  
00.50 «КОНВОИРЫ». (16+)  
03.10 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)  
04.40 «МАЛЬЧИК В ДЕВОЧКЕ». (16+)  
06.30 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+)  
08.20 «ЭППИ-ЭНД». (12+)  
10.15 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА. СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (18+)  
12.05 «РОДНЫЕ». (18+)  
13.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПАДДИНГТОНА-2». (6+)  
15.50 «СВИНГЕРЫ». (16+)  
17.40 «САМЫЙ БОЛЬШОЙ СОЛДАТ». (16+)  
19.30 «ПЛОХИЕ ПАРНИ». (16+)  
21.40 «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД!». (16+)  
23.10 «ЛЮБОВЬ И МОНСТРЫ». (16+)

**МОСФИЛЬМ**  
06.05 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)  
07.10 Мультфильмы. (0+)  
08.25 «СМЕШНЫЕ ЛЮДИ». (12+)  
10.20 «ДУРА». (18+)  
12.45 «ИСТОРИЯ АСИ КЛЯЧИНОЙ, КОТОРАЯ ЛЮБИЛА, ДА НЕ ВЫШЛА ЗАМУЖ». (12+)  
14.30 «ОСЕНЬ». (12+)  
16.15 «ВАЛЕНТИН И ВАЛЕНТИНА». (12+)  
17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
19.45 «ЧЕЛОВЕК НА СВОЕМ МЕСТЕ». (12+)  
21.30 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)  
23.05 «ТРАКТИР НА ПЯТИЦКОЙ». (16+)  
00.45 «Секретное досье. Лев Прыгунов». (12+)  
01.30 «ЧЕРНЫЙ ТРЕУГОЛЬНИК». (12+)  
04.45 «ОКТЯБРЬ». (16+)

**ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**  
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРЮ «ВСЕГДА»-7». (16+)  
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00, 04.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)  
12.00, 20.00, 04.00 «ОДИНОЧЕСТВА.NET». (16+)  
13.00, 21.00, 05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-4. ПАРАНОИЯ». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)  
Сериал. Детектив с элементами мелодрамы, Россия, 2006 г. В ролях: Варвара Андреева, Дмитрий Щербина, Марина Орел, Нелли Пшеница, Раиса Рязанова, Наталья Лукеичева

## ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**СПАС**  
05.00 День Патриарха. (0+)  
05.10 «ЖДИТЕ ПИСЕМ». (0+)  
06.50 Мультфильмы. (0+)  
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)  
11.00 Херсонес. Родина нашей Родины. (12+)  
12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)  
13.05, 13.35 Монастырская кухня. (0+)  
14.00 «БАЛЛАДА О СОЛДАТЕ». (0+)  
15.50 «СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА». (0+)  
18.00 «Великий покаянный канон преподобного Андрея Критского». День 1. Прямая трансляция. (0+)  
20.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)  
21.00 Лето Господне. Великий пост. (6+)  
23.00 Поле битвы. (16+)  
23.35 Апокалипсис. Глава 1. (16+)  
00.30 Прямая линия жизни. (16+)  
01.25 День Патриарха. (0+)  
01.40 Глобус православия с Марией Бутиной. (12+)  
02.30 Поле битвы. (16+)  
03.00 День Ангела. Равноапостольные Константин и Елена. (0+)  
03.30 Византия. Жизнь после смерти. Константин Великий. IV век. 4 серия. (0+)  
04.10 Лики Богородицы. (0+)  
04.40 Путешествие к сердцу дворцов. (0+)

**18 марта**  
Седмица 1-я Великого поста. Глас 8. Мч. Конона Исаурийского.  
Обретение мощей блгвв. кнн. Феодора Смоленского и чад его Давида и Константина, Ярославских чудотворцев. Мч. Онисия. Мч. Конона градара. Прп. Марка Постника. Прп. Исихия Постника. Прмч. Адриана Пошехонского, Ярославского. Мч. Ираиды. Мч. Евлогия, иже в Палестине. Мч. Евлампия. Обретение мощей свт. Луки исп., архиеп. Симферопольского. Прсмч. Николая пресвитера. Смчч. Иоанна пресвитера и прмчч. Мардария и Феофана. Иконы Божией Матери, именуемой «Воспитание». Великий пост.  
Мысль о милосердии Божием принимай только тогда, когда низвергаешься в глубину отчаяния». Прп. Иоанн Лествичник

## ПЕРВЫЙ



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

05.00 Телеканал «Доброе утро»  
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Под небом Крыма». 2-я серия. К 10-летию воссоединения Крыма с Россией. (12+)  
09.50 «Жить здорово!» (16+)  
10.45 12.15 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)  
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (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 «Легкие деньги». (16+)  
00.45 Подкаст. Лаб «Футбол не хоккей». (16+)  
01.30 Подкаст. Лаб. (16+)  
03.00 Новости

## РОССИЯ 1



09.55 О самом главном. (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+)  
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. Однако коллеги Ники считают, что Артур свалился в воду сам.  
23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)  
03.40 «МОРОЗОВА». (16+)

## НТВ



02.35 «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 16.00 19.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.45 «За гранью». (16+)  
17.50 «ДНК». (16+)  
20.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)  
22.10 «ПРЕТОРИАНЕЦ». (16+)  
Старинный приятель Полевого, сотрудник транспортной полиции Макс, рассказывает, что в одном из экипажей ОВО орудует банда закладчиков. Полевой устраивается в экипаж, где работает сержант Кабанов.  
23.35 «Сегодня»  
00.00 «ПРЕТОРИАНЕЦ». (16+)  
00.45 «ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (16+)  
02.35 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)

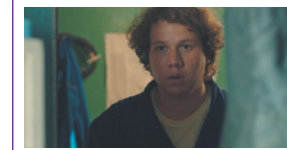
## СТС



11.35 «ЗАТЕРЯННЫЙ ГОРОД Z». (16+)

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+)

## ТНТ



16.00 «ЖУКИ». (16+)

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+)  
Премьера. 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.  
22.00 «Сокровища императора». (16+)  
01.00 «ЗО СВИДАНИЙ». (16+)  
02.35 «Я тебе не верю». (16+)  
03.20 «Импровизация. Команды». (16+)  
04.55 «Шоу Студия Союз». (16+)  
06.35 «Импровизация». (16+)

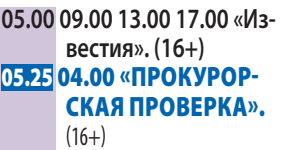
## РЕН



20.00 «ВЗРЫВНАЯ ИГРА». (16+)

05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрым утром!» (16+)  
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)  
09.00 «Военная тайна». (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 Чапман». (16+)  
20.00 «ВЗРЫВНАЯ ИГРА». (16+)  
21.55 «Смотреть всем!» (16+)  
23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)  
00.30 «ПОРОХОВОЙ КОКТЕЙЛЬ». (18+)

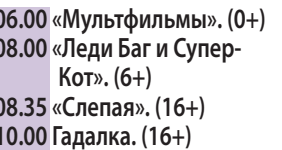
## 5-Й КАНАЛ



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

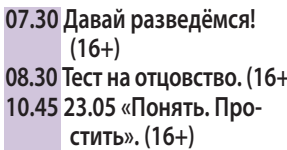
05.25 04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)  
08.20 «Страна советов». (16+)  
08.55 «Знание - сила». (0+)  
09.30 13.30 «УЧИТЕЛЬ В ЗАКОНЕ: ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)  
17.30 «СЛЕД». (16+)  
21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА». (16+)  
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)  
02.40 «СЛЕД». (16+)  
ЗВЕЗДА  
05.05 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 ШКАТУЛКИ». (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 Наталией Метлиной. (12+)  
23.15 «ГАИШНИКИ». (16+)

## ТВ-3



06.00 «Мультфильмы». (0+)  
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
08.35 «Слепая». (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+)  
01.15 «ГОРНИЧНАЯ». (16+)  
02.45 Дневник экстрасенса. (16+)  
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 Улётовое видео. (16+)  
19.00 04.10 Решала. (16+)  
22.00 Заступницы. (16+)  
00.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)  
05.45 Дорожные войны 2.0. (16+)

## ДОМАШНИЙ



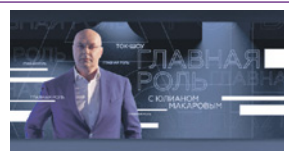
07.30 Давай разведёмся! (16+)  
08.30 Тест на отцовство. (16+)  
10.45 23.05 «Понять. Простить». (16+)  
11.55 00.15 «Порча». (16+)  
13.00 01.15 «Знахарка». (16+)  
13.35 «Верну любимого». (16+)  
14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)  
14.45 «Кризисный центр». (16+)  
19.00 «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ». (16+)  
01.50 «Верну любимого». (16+)  
ОТР  
07.30 20.10 «Календарь». (12+)  
10.10 20.40 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)  
12.00 «Вспомнить всё». (16+)  
15.10 «С ДОНА ВЫДАЧИ НЕТ». (16+)  
16.45 «Я вспоминаю...» (12+)  
17.00 «За дело! Поговорим». (12+)  
17.40 «Отчий дом». (12+)  
22.30 «НЕЗАБУДКИ». (16+)  
00.10 «ЗАЩИТНИК СЕДОВ». (12+)  
01.50 ОТРажение. Главное. (12+)  
05.20 «За дело!» (12+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР	ПОБЕДА	ЗДОРОВОЕ ТВ	HISTORY	VIJU HISTORY
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости 06.15 Евразия. Регионы. (12+) 06.30, 01.55 Наше кино. История большой любви. (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 Роденные в СССР. Музыкальная редакция. (16+) 02.20 «ПОДИДЫШ». (16+)	05.00 «Путь к Победе». (16+) 06.00 «СВОЯ ВОЙНА. ШТОРМ В ПУСТЫНЕ». (16+) 07.40 «ЧЁРНЫЙ ПЁС. УПРЕЖДАЮЩИЙ УДАР». (16+) 09.40 «ФОНТЪ». (16+) 16.50 «КОНВОЙ РQ 17». (16+) 1942 год. В Рейкьявике формируется караван под названием РQ-17, который должен поставить в СССР, в порт Мурманска, военную технику и другую помощь по договору ленд-лиза. 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+)	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 Прокатать 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 Левадной. (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 Сырварня. (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: Бесконечная история. (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. Чтени мысли. (16+)	06.00 История без прикрас: Оккупированная Европа. (12+) 06.55 Утопия инженерии. (16+) 07.40, 08.45 Сокровища Европы. (12+) Путешествие по самым потаённым уголкам европейского континента. 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+)	



**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 ХХ век
- 11.45 «Приключения Аристотеля 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 «Вначале было дело, или 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 СТРЕЛ ДЛЯ ОДНОЙ»**. (12+)
- 13.40 05.20 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 **03.25 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ»**. (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Печки-лавочки». (16+)
- 18.10 «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+)

**МАТЧ!** МАТЧ! ТВ



13.35 Специальный репортаж. (12+)

- 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. Прямая трансляция (12+)
- 13.35 Специальный репортаж. (12+)
- 14.00 «Есть тема!»
- 15.20 География спорта. (12+)
- 16.45 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция (12+)
- 22.35 Дартс. OLIMPBET Международная лига. Тур 2. Прямая трансляция из Москвы (6+)
- 00.55 Матч! Парад. (6+)
- 01.25 Магия большого спорта. (12+)
- 01.55 Гандбол. ЦСКА - «Кубань». Чемпионат России. OLIMPBET Суперлига. (6+)

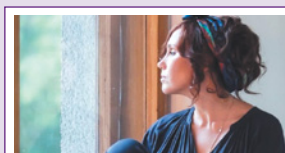
**СПБ**



19.30 «Адаптация». (6+)

- 07.15 08.15 09.15 «Большой утренний эфир». (16+)
- 11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)
- 12.10 15.20 «Объясняем. СПб». (12+)
- 12.30 «Мариупольский дневник». (16+)
- 13.15 «Такой футбол». (6+)
- 13.50 «Промышленный клуб». (12+)
- 14.15 «Соль событий». (16+)
- 14.20 «Зона особого внимания». (16+)
- 15.45 **03.20 «ИВАН ПОДУШКИН: ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА»**. (12+)
- 19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.30 «Адаптация». (6+)
- 21.00 «Легендарные земляки». (12+)
- 22.00 Большой информационный эфир. (16+)
- 22.40 03.10 «Степень защиты». (16+)
- 22.50 **«ДВА КАПИТАНА»**. (6+)
- 02.55 «Окно в кино». (16+)

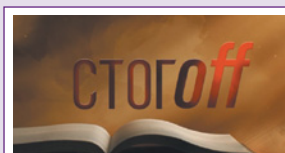
**ЛЕНТВ 24** ЛЕНТВ 24



09.05 «ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)

- 06.00 «Новое утро». (12+)
- 09.00 11.00 13.00 15.00 17.00 «ЛентТВ24 Новости». (6+)
- 09.05 **04.10 «ВЛЮБЛЁННЫЕ ЖЕНЩИНЫ»**. (16+)
- 11.15 01.15 «Тайны космоса». (12+)
- 12.05 **13.15 «ЛЕГАЛЬНЫЙ ДОПИНГ»**. (16+)
- 14.10 «Загадки цивилизации. Русская версия». (12+)
- 15.15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 15.35 «Россия вне зоны доступа». (12+)
- 16.30 «Я тебя знаю». (12+)
- 17.15 **«ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ»**. (16+)
- 19.15 «Гидом - буду!» (12+)
- 19.30 **«ГРАЧ»**. (16+)
- 20.30 23.00 02.00 «ЛентТВ24 Акценты». (12+)
- 21.10 **«БРИЛЛИАНТОВОЕ СЕРДЦЕ»**. (16+)
- 23.40 **«СЛУЧАЙНО БЕРЕМЕННА»**. (16+)
- 02.40 **«ДВОЕ ПОД ОДНИМ ЗОНТОМ»**. (16+)

**78** **78 КАНАЛ**



19.00 «Стогоff». (16+)

- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 21.30 00.00 «Известия 78». (12+)
- 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 20.00 23.00 «Происшествия». (16+)
- 11.10 «Начало дня». (12+)
- 12.30 «Телекурьер». (12+)
- 13.30 «Дом советов». (12+)
- 14.30 «Другой Петербург». (16+)
- 15.15 «Середина дня». (12+)
- 16.15 «Легенды советского сыска». (12+)
- 17.30 21.00 «Не факт». (12+)
- 18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
- 19.00 22.30 01.45 «Стогоff». (16+)
- 19.30 «Тайная история еды». (12+)
- 20.15 23.15 «Городская кухня». (16+)
- 01.00 Открытая студия. (12+)
- 02.15 Ночное вещание. (16+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

**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 «Роботкар 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. Пинкод». (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 «Главственные золотые города». (6+)
- 02.45 «Бобби и Билл». (0+)
- 03.45 «Смешарики». (0+)
- 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 «Барбоскины». (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! Краскопульт, 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 делимся!» «Маша и Медведь». (0+)
- 15.00 «Тобот». (6+)
- 15.20, 02.00 «Смешарики». (0+)
- 17.00 «Простоквашино». (0+)
- 17.25 «Бобо Бородо. БОДОпутешествия». (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+)

**КИНО И СЕРИАЛЫ**

- 05.40 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 07.25 «ОСТРОВ ГОЛОВОРЕЗОВ». (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 ОЧИСТКОВ». (16+)
- 21.25 «ЖЕНА СМОТРТЕЛЯ ЗООПАРКА». (16+)
- 23.50 «ПИАНИСТ». (16+)
- 02.30 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
- 03.55 «ЧЕЛОВЕК-МОТЫЛЕК». (16+)
- 05.30 «Пин-код». «Три кога». 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 МОНСТРЫ». (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+)
- Сериал. 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, 2017 г.
- 04.45 «ЗЕЛЕНАЯ 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+)
- Сериал. 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 «МАХАБАХАРАТА». (16+)
- 00.20 Интервью со звездами. Лина Арифалина. (16+)
- 01.50 «ПОСТУЧИТЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)
- 02.30 Мультсериалы. (0+)
- 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 «ХЭППИ-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 ЗАМОВИТЕ СЛОВО». (12+)
- СССР, 1980 г.
- 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 НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
- 05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)
- Детектив, мелодрама, Россия, 2022 г. В ролях: Софья Хилькова, Пётр Рыков, Павел Рассомахин, Александр Тютин, Александр Назаров, Анна Шкиль, Сергей Котюк
- 06.00 «Три кога». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «МАРГОША». (16+)
- 12.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 16.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН»». (16+)
- Сотрудникам отеля выданы специальные браслеты. Пётр с помощью браслета пытается понять, что нравится Даше.
- 21.45 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
- Горьковому предстоит длительное восстановление. Лена делится своими наблюдениями со Шмельёвым. Жиллину всё-таки удаётся исполнить просьбу Орловой. Кисляка пытается запугать. Каштанова решает поговорить с Юлей...
- 01.40 «6 кадров». (16+)
- 04.00 «Три кога». Мультсериал. (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

- 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 Поле битвы. (16+)
- 23.35 Апокалипсис. (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 АммоREE: 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 Еленюю во Иерусалиме. Прп. Аркадия Кипрского. Прп. Фридолафа Зекингенского. Икон Божией Матери: Ченстоковской, «Благодатное Небо» и Шестоковой.

**Великий пост.**  
Преподобный Антоний Великий

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

7 ПЕРВЫЙ



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

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
09.20 «Под небом Крыма»...

РОССИЯ 1 РОССИЯ



11.30 «60 минут». (12+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)

НТВ



02.40 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)

04.55 «ПАСЕЧНИК». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)

СТС



09.00 Уральские пельмени. (16+)

06.00 Ералаш. (16+)
06.30 «Маша и Медведь». (0+)
08.00 17.55 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)

ТНТ



10.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)

REN



20.00 «ДИТЯ ОСИРИСА». (16+)

05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
05.25 04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

ЗВЕЗДА

05.00 13.45 15.05 17.15 03.20 «АНДРЕЕВСКИЙ ФЛАГ». (16+)

3 ТВ-3

06.00 «Мультфильмы». (0+)
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

ЧЕ!

06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)

ДОМАШНИЙ

07.30 Давай разведёмся! (16+)
08.30 Тест на отцовство. (16+)

ОТР

07.30 20.10 «Календарь». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 Мультфильмы. (6+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости

ПЯТНИЦА

05.00 Кондитер. (16+)
06.10, 01.30, 03.50 Пятница News. (16+)

ПОБЕДА
04.20 «Путь к Победе». (16+)
05.20 «СПАСИ ЛЕНИНГРАД». (18+)

Ю

05.00, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ВИЖИ HISTORY

06.05 История без прикрас: Кредитный кризис. (12+)
07.00 Утопия инженерии. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Серии (16+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет...

Телерадиограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телерадиопрограммы, транслируемые в эфире без предварительной записки или являющиеся информационной продукцией...

# 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 вкладки 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 – Кофеварка.
- 2-е место – Подписка на газету «ТЕЛЕК» на второе полугодие 2024 года.
- 3-е место – Сборники кроссвордов/сканвордов и вкусных рецептов.
- Участие в конкурсе означает ваше ознакомление 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 венника			Походный "хранитель" горячего чая
		9		Високосные ...		Дух бодр, да ... немощна				22	
	"Руководящий центр" человека	Сырье для прованского масла							К чаю с изюмом		Продавец лекарств
	Так прозвали друга Карлсона	Эрзац кожи для переплетов		2		Высекается из кремня					
					Вестибюль отеля со стойкой портье		Бешеный ... жизни				
			40					Животное в сапогах			28
Шест – управлять нартами	Заслуженное "битье баклуш"	"Столетняя" колючка			"Луна и ..."	Мозга	Какой жанр породил Монтень?				
	Бездна титанов	Ночной сумрак	16								
			2								
	Душистый цветок-"колокольчик"	"Зыбун" под болотной гатью									11
			19					Королева на 64 клетках			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, кляузными. (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. (7). 5. Прибор для проверки горизонтальности. (7). 6. Любый 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).



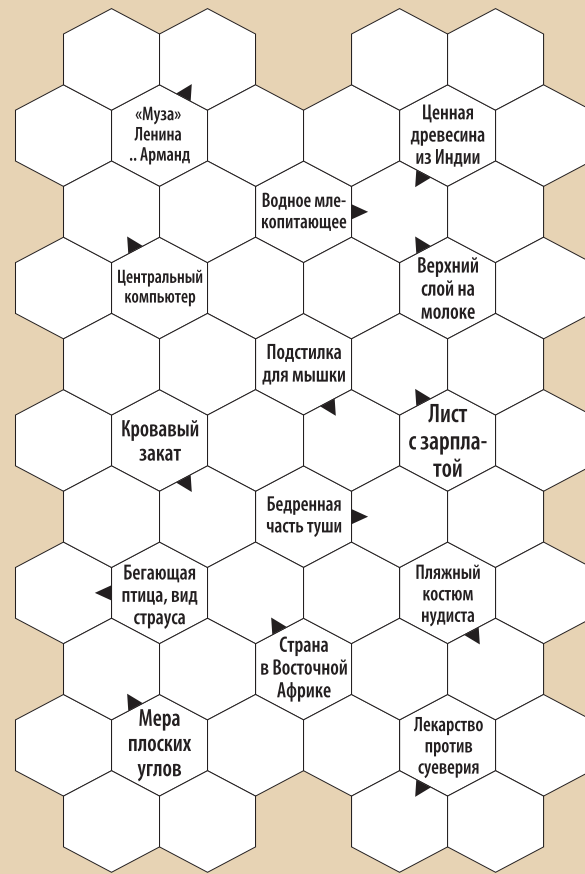


# СКАНВОРД

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
	Певица ... Тайлер	Борец с собственным голодом		Пушкинский князь из бочки			
	Тайшет, Тында (магистраль)			Мель вместо моста	Нижняя балка вдоль корпуса судна		
26		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.



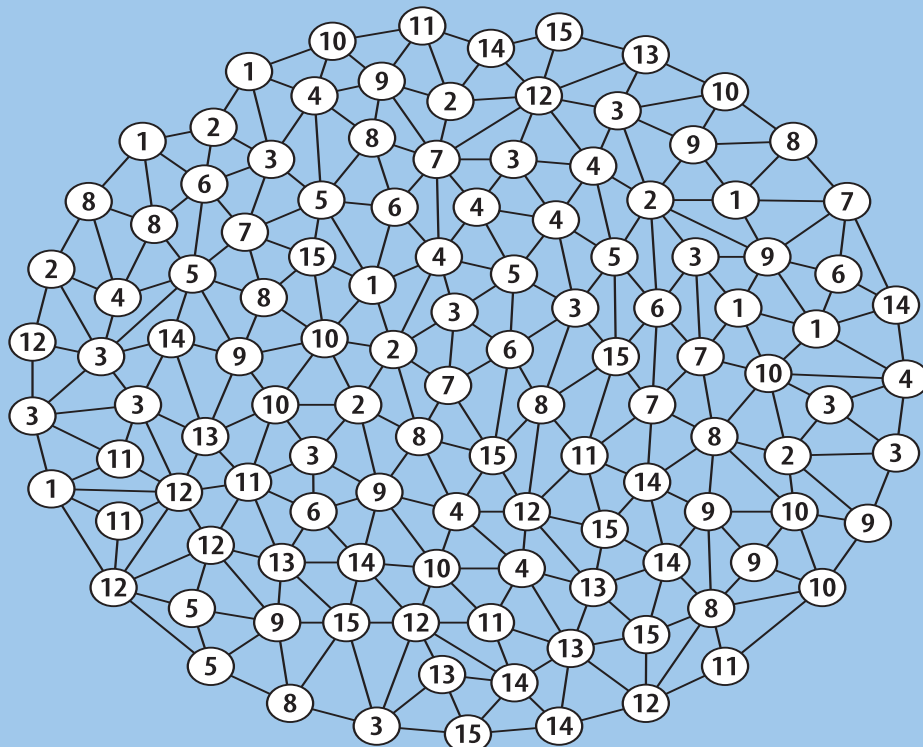
### КЛЮЧЕВАЯ ФРАЗА

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.

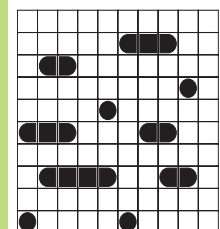


# ОТВЕТЫ

### ФИЛВОРД

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

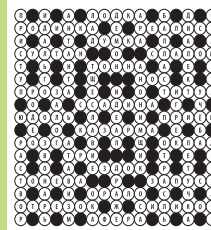
### МОРСКОЙ БОЙ



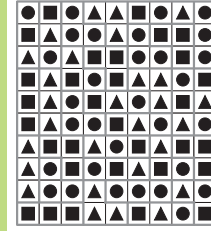
### СУДОКУ

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	

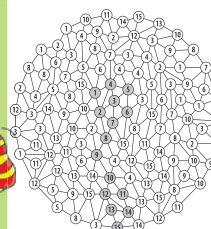
### БУКВОПАД



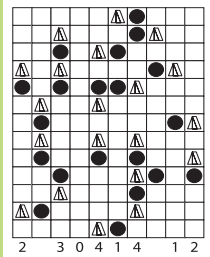
### ТРОЙКИ



### ПАУТИНКА



### ПАЛАТКИ



### СОТОВЫЙ



### ЯПОНСКИЙ



**РОССИЯ К** **РОССИЯ К**  
**К** **Культура**

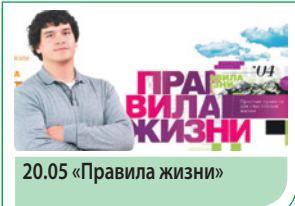
**ТВЦ** **ТВЦ**

**МАТЧ!** **МАТЧ! ТВ**

**СПБ** **СПБ**

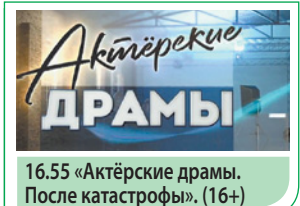
**ЛЕНТВ 24** **ЛЕНТВ 24**

**78** **78 КАНАЛ**



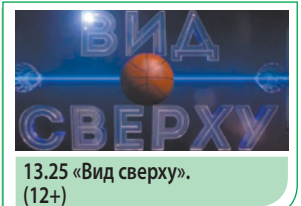
**20.05 «Правила жизни»**

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 ХХ 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 «Вначале было дело, или История русской промышленности»



**16.55 «Актерские 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 «НЫРЯЛЩИЦА ЗА ЖЕМЧУГОМ». (12+)**  
13.40 «Мой герой». (12+)  
14.50 Город новостей  
**15.00 03.25 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)**  
16.55 «Актерские 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+)



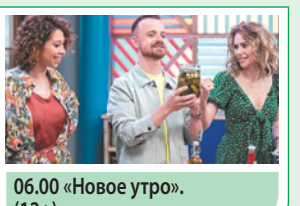
**13.25 «Вид сверху». (12+)**

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. Прямая трансляция  
12.40 Специальный репортаж. (12+)  
13.25 01.25 «Вид сверху». (12+)  
13.55 Хоккей с мячом. Чемпионат России. Финал. Прямая трансляция из Кемерово  
16.45 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция  
22.35 Дартс. OLIMPBET Международная лига. Тур 2. Прямая трансляция из Москвы  
01.55 Баскетбол. «Руна» (Москва) - «Астана» (Казахстан). Единая лига ВТБ. (6+)



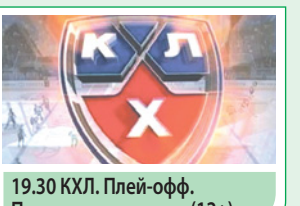
**19.15 «Бизнес-Петербург». (12+)**

07.15 08.15 09.15 «Большой утренний эфир». (16+)  
11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)  
12.10 15.20 «Объясняем. СПБ». (12+)  
12.30 Малые родины. (6+)  
**12.50 13.15 «ГЕНИЙ ПУСТОГО МЕСТА». (16+)**  
**15.45 04.20 «ИВАН ПОДУШКИН: ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА». (12+)**  
18.45 «Пушкин. Наше. Все». (6+)  
19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)  
19.30 «Губернаторский контроль». (6+)  
21.00 «Легендарные землячки». (12+)  
22.00 Большой информационный эфир. (16+)  
22.40 04.10 «Степень защиты». (16+)  
**22.50 «ЛЕКАРСТВО ДЛЯ ВЕРЫ». (12+)**  
**00.35 «ПРОРОК». (18+)**  
**03.00 «ДОРОГА К ДОМУ». (12+)**



**06.00 «Новое утро». (12+)**

06.00 «Новое утро». (12+)  
09.00 11.00 13.00 15.00 17.00  
19.00 «ЛЕНТВ24 Новости». (6+)  
**09.05 «ОХОТА НА ГАУЛЯЙТЕРА». (16+)**  
11.15 «Тайны космоса». (12+)  
**12.05 13.15 «ЛЕГАЛЬНЫЙ ДОПИНГ». (16+)**  
14.10 04.20 «Загадки цивилизации». (12+)  
15.15 «ЛЕНТВ24 Актуальный разговор». (6+)  
15.35 «Россия вне зоны доступа». (12+)  
16.30 «Культурное наследие России». (12+)  
**17.15 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)**  
19.15 «Гидом - буду!» (12+)  
**19.30 «ГРАЧ». (16+)**  
20.30 23.00 02.00 «ЛЕНТВ24 Акценты». (12+)  
**21.10 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕПЕСТОК». (16+)**  
**23.40 «ДВОЕ ПОД ОДНИМ ЗОНТОМ». (16+)**  
**02.40 «СЛУЧАЙНО БЕРЕМЕННА». (16+)**



**19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)**

07.35 08.10 08.35 09.10 09.35  
10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)  
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00  
10.30 12.10 13.10 14.10  
17.10 22.00 00.30 «Известия 78». (12+)  
11.00 12.00 13.00 14.00 15.00  
16.00 17.00 19.00 23.30  
«Происшествия». (16+)  
11.10 «Начало дня». (12+)  
12.30 «Телекурьер». (12+)  
13.30 «Дом советов». (12+)  
14.30 «Другой Петербург». (16+)  
15.15 «Середина дня». (12+)  
16.15 23.45 01.30 «Легенды советского сыска». (12+)  
17.30 23.00 «Не факт». (12+)  
18.00 «Вечер трудного дня». (12+)  
19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)  
19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)  
02.15 «Ночное вещание». (16+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

**КАРУСЕЛЬ** **КАРУСЕЛЬ** **МУЛЬТ** **МУЛЬТ**

**05.00 Ранние пташки. «Ангел Эбби», «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 «Робокар Поли и его друзья». (0+)**  
**09.00 «Команда Флоры». (0+)**  
**10.40 «Три кота». (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. Пинкод». (6+)**  
**19.05 «Кошечки-собачки». (0+)**  
**20.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)**  
**21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)**  
**21.20 «Супер МЯУ». (6+)**  
**22.35 «Мотофайтеры». (6+)**  
**22.55 «Пёс в сапогах». (0+)**  
**22.55 «Каникулы Бонифация». (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, 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 «Маша и Медведь. Анимашки. Давай делимся!» «Маша и Медведь». (0+)**  
**09.00 «Сказочный патруль». (0+)**  
**09.30, 05.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)**  
**10.00, 18.00, 05.30 «Фиксики». (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, 21.15 «Маша и Медведь». (0+)**  
**15.00 «Тобот». (6+)**  
**15.20, 02.00 «Смешарики». (0+)**  
**17.00 «Простоквашино». (0+)**  
**17.25 «Бодо Бородо. БОДОпутьешествия». (0+)**  
**20.00 «Кошечки-собачки». (0+)**  
**20.40 Сказка на ночь. «Сказочный патруль», «Машины сказки». (0+)**  
**22.00 «Фиксики. Дай пять! Краскопульт, Календарь». (6+)**  
**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+)**

**КИНО И СЕРИАЛЫ**

**VJUU TV1000** **VJUU TV1000** **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+)**  
**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 «ПОТИАКА». (16+)**  
**04.55 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)**

**05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)**  
**06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)**  
**07.10 «Смешарики». Мультсериал. (6+)**  
**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 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (18+)**  
**18.55 «БЕЗ МЕНЯ». (16+)**  
**20.40 «МНОГОЭТАЖКА». (16+)**  
**22.25 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)**  
**00.05 «БУЛКИ». (16+)**  
**01.50 «ЭКИПАЖ». (16+)**  
**04.00 «ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИ». (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 МУЖЧИНА». (18+)**  
**04.05 «ПЛЮС ОДИН». (16+)**

**05.00, 06.50, 13.50 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Маша и Медведь. 12 месяцев», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)**  
**13.20 «Маша и Медведь. Скажите «Ой!» Мультфильм. (0+)**  
**16.30, 17.20, 18.10 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)**  
**19.00, 20.00 «КАРМЕЛИТА». (16+)**  
**21.00, 22.00 Богиня свиданий. (16+)**  
**23.15 Суббота News. (16+)**  
**23.30, 00.00 «МАХАБАРАТА». (16+)**  
**00.20 Интервью со звездами. Варвара Шербакова. (16+)**  
**02.00 «ПОСТУЧИТЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)**  
**02.40 Мультсериалы. (0+)**

**00.00 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)**  
**02.05 «МАЛЬЧИК 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 МАЙ-АМИ». (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+)**

**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, 05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)**  
**14.00, 22.00, 06.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)**  
**Сериал. Приключенческая драма, Украина, Россия, Таиланд, 2011 г. В ролях: Эльвира Болгова, Дмитрий Ульянов, Александр Панкратов-Черный, Александр Робака, Юлия Силаева, Павел Трубинер**  
**15.00, 23.00, 07.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (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 Юлия узнают правду о Петре. Дядя Боря и Сеня устраивают рыбалку на крыше отеля...**  
**21.50 «МОЛОДЕЖКА». (16+)**  
**«Медведи» выходят в финал плей-офф, где их ждёт встреча с «Металлистом»...**  
**01.45 «б кадров». (16+)**  
**03.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)**

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

**СПАС** **СПАС** **СПАС** **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+)**

**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 Италийского. 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, простерты над каждым. Одна наказывает, чтобы другой представить случай помиловать».

**Прп. Ефрем Сирий**

1 ПЕРВЫЙ



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

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 «Под небом Крыма». 4-я серия. К 10-летию воссоединения Крыма с Россией. (12+)
- 09.50 «Жить здорово!». (16+)
- 10.45 12.15 17.00 18.30 Информационный канал. (16+)
- 15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.55 Премьера. «Куклы nasledника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ПЕРЕВЕДИ ЕЁ ЧЕРЕЗ МАЙДАН». (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.10 Подкаст Лаб «Собрались с мыслями». (16+)
- 00.55 Подкаст Лаб «Свидетели Эйзенштейна». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



16.30 «Малахов». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Наши». (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «**ВАСНЕЦОВА**». (12+) Убита бухгалтер янтарной компании Инга Букмеева. Главным подозреваемым становится её бывший муж, который неоднократно избивал девушку. Однако у него обнаруживается алиби. Затем в разработку оперативников попадает любовник Инги.
- 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «**ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ**». (16+)
- 03.40 «**МОРОЗОВА**». (16+)
- 04.35 Перерыв в вещании

НТВ



02.35 «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+)
- 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+)

СТС СТС



15.10 «РУФУС: ХРОНИКИ ВОЛШЕБНОЙ СТРАНЫ». (6+)

- 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+)

ТНТ



16.00 «ЖУКИ». (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+)
- 22.00 «Женский стендап». (16+)
- 23.00 «**ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД-2**». (16+) Гена добился успеха в мире юмора и стендапа, а Милана стала его женой и менеджером. Однако со временем совместная работа ставит под угрозу личные отношения. Брак находится на грани распада. Чтобы спасти отношения, Гена идет на рискованный шаг.
- 00.50 «**МУЖЧИНА С ГАРАНТИЕЙ**». (16+)
- 02.15 «Я тебе не верю». (16+)
- 03.00 «Импровизация. Команды». (16+)

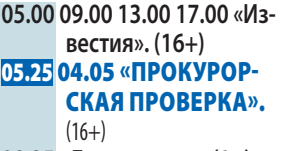
REN



22.00 «Смотреть всем!». (16+)

- 05.00 18.00 03.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 06.00 «С бодрым утром!». (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
- 09.00 «Документальный спецпроект». (16+)
- 10.00 «Засекреченные списки». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)
- 13.00 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+)

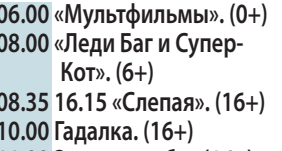
5 5-Й КАНАЛ



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+)
- 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+)

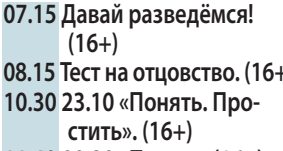
3 ТВ-3



06.00 «Мультфильмы». (0+)

- 08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 08.35 16.15 «Слепая». (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+)
- 01.15 «**ГОРНИЧНАЯ**». (16+)
- 02.45 Дневник экстрасенса. (16+)
- 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 04.10 Решала. (16+)
- 22.00 Заступницы. (16+)
- 00.00 Опасные связи. (18+)
- 02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)
- 05.45 Дорожные войны 2.0. (16+)

ДОМАШНИЙ



07.15 «Давай разведёмся!». (16+)

- 08.15 Тест на отцовство. (16+)
- 10.30 23.10 «Понять. Простить». (16+)
- 11.40 00.20 «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+)
- 01.20 «Знахарка». (16+)
- 07.30 21.10 «Календарь». (12+)
- 10.10 21.40 «**ХОРОШИЕ РУКИ**». (16+)
- 12.00 13.10 14.05 18.20 ОТ-Ражение. Республика Крым. Севастополь
- 15.10 «Большая страна: открытие». (12+)
- 15.50 «Севастополь - песнь моя!». (12+)
- 17.00 «Коллеги». (12+)
- 17.40 «Песня остается с человеком». (12+)
- 23.25 «**КОРОТКОЕ ЗАМЫКАНИЕ**». (18+)
- 01.50 ОТражение. (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ



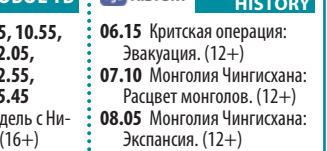
05.05 Мультфильмы. (6+)

- 06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
- 06.15 Пять причин поехать в... (12+)
- 06.25, 23.50 Наше кино. История большой любви. (16+)
- 07.15 «МЭРИ ПОППИНС, ДО СВИДАНИЯ». (16+)
- 10.10 «ТАНЦУЙ, ТАНЦУЙ». (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 «**КРЕПКИЙ ОРЕШЕК**». (16+)
- 00.55 «**СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ**». (16+)



04.50 «Путь к Победе». (18+)

- 05.50 «БАЛАБОЛ». (16+) Сериал. Детектив, Россия, 2018 г. Провинциальный оперативник Саня Балабин - волк-одиночка с неиссякаемым чувством юмора, который твердо уверен: со своими личными проблемами и любимыми 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+)

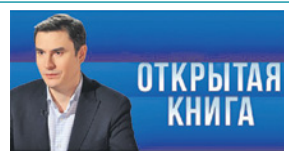


06.05, 08.15, 08.35, 10.55, 11.15, 21.45, 22.05, 00.25, 00.45, 02.55, 03.15, 05.25, 05.45

- 06.25, 08.55, 22.25, 01.05, 03.35 Прокатать 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 Левадной. (12+)
- 07.00, 04.10 Хлоя. (16+)
- 07.25, 10.00, 12.35, 15.10, 18.00, 23.30, 02.05, 04.35 Суп дня. (12+)
- 07.35, 10.15, 21.05, 23.45, 02.15, 04.50 Сырварня. (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 Антибиотики и микробы: Бесконечная история. (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+)



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 XX 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 «Вначале было дело, или История русской промышленности»

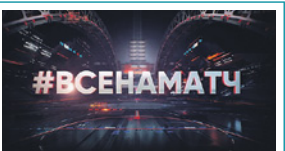
ТВЦ



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 03.30 «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Дело принцепала».
- (16+)
- 18.10 04.55 «Хватит слухов!» (16+)
- 18.45 «ГАДАЛКА».** (16+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Легенды эстрады. Женский характер».
- (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Следствие ведет КГБ. Час двойника».
- (16+)

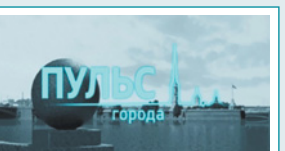
МАТЧ!  
МАТЧ! ТВ



15.55 Все на Матч!

- 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 13.25 14.35 Бобслей и скелетон. Чемпионат России. Прямая трансляция
- 11.50 Специальный репортаж. (12+)
- 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+)

СПБ  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ



12.30 «Пулс города».

- 07.15 08.15 09.15 «Большой утренний эфир». (16+)
- 11.15 20.00 «Петербург - город решений». (12+)
- 12.10 15.20 «Объясняем. СПб». (12+)
- 12.30 «Пулс города». (12+)
- 12.40 «Морские вести». (12+)
- 13.15 «Губернаторский контроль». (6+)
- 13.45 «Адаптация». (6+)
- 14.15 «Послушаем вместе». (0+)
- 15.45 02.30 «ИВАН ПОДУШКИН: ДЖЕНТЛЬМЕН СЫСКА».** (12+)
- 19.15 22.25 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.30 «Книжные аллеи». (6+)
- 21.00 «Живописный гимн Отечества». (6+)
- 22.00 Большой информационный эфир. (16+)
- 22.40 02.20 «Степень защиты». (16+)
- 22.50 «БЛОНДИНКА ЗА УГЛОМ».** (12+)
- 00.30 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ».** (12+)

ЛЕНТВ 24  
ЛЕНТВ 24



19.30 «ГРАЧ».

- 06.00 «Новое утро». (12+)
- 09.00 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 «ЛентТВ24 Новости». (6+)
- 09.05 «ОХОТА НА ГАУЛЯЙ-ТЕРА».** (16+)
- 11.15 «Тайны космоса». (12+)
- 12.05 13.15 «ЛЕГАЛЬНЫЙ ДОПИНГ».** (16+)
- 14.10 04.25 «Загадки цивилизации». (12+)
- 15.15 «ЛентТВ24 Актуальный разговор». (6+)
- 15.35 «Россия вне зоны доступа». (12+)
- 16.30 01.30 «Война и политика». (16+)
- 17.15 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ».** (16+)
- 19.15 «Гидом - буду!» (12+)
- 19.30 «ГРАЧ».** (16+)
- 20.30 23.00 02.00 «ЛентТВ24 Акценты». (12+)
- 21.10 «КЛУШИ».** (16+)
- 23.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ПОЗНАЛ БЕСКОНЕЧНОСТЬ».** (16+)
- 02.40 «БРИЛЛИАНТОВОЕ СЕРДЦЕ».** (16+)

78  
78 КАНАЛ



17.30 «Не факт».

- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 21.30 00.00 «Известия 78». (12+)
- 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 20.00 23.00 «Происшествия». (16+)
- 11.10 «Начало дня». (12+)
- 12.30 «Телекурьер». (12+)
- 13.30 «Дом советов». (12+)
- 14.30 «Другой Петербург». (16+)
- 15.15 «Середина дня». (12+)
- 16.15 01.00 «Легенды советского сыска». (12+)
- 17.30 21.00 «Не факт». (12+)
- 18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
- 19.00 22.30 01.45 «Stogoff». (16+)
- 19.30 «Тайная история еды». (12+)
- 20.15 23.15 «Городская кухня». (16+)
- 02.15 «Ночное вещание». (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- 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 «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 идёт 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+)

- МУЛЬТ**  
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 бурого по имени 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+)  
Мальши 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+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- ДОМ КИНО**  
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+)  
Сериал. 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+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- 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, 13.55 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.



Ап. Ерма. Сщмч. Феодорита, пресвитера Антиохийского. Прмч. Дометия перса. Прпп. Лазаря и Афанасия Мурманских (Муромских), Олонецких. Сщмч. Иоанна пресвитера. Мч. Владимира. Иконы 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

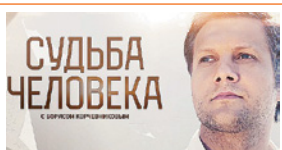
7 ПЕРВЫЙ



21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»  
09.00 12.00 15.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 «Под небом Крыма». 5-я серия. К 10-летию воссоединения Крыма с Россией. (12+)  
09.50 «Жить здорово!» (16+)  
10.45 12.15 17.00 Информационный канал. (16+)  
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)  
16.05 «Мужское / Женское». (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)  
19.45 «Поле чудес». (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)  
23.55 «Матадор». (16+)  
00.55 «ВСЁ ПРОШЛО ХОРОШО». (18+)  
03.05 Подкаст.Лаб «Триггеры». (16+)  
03.50 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



14.55 Судьба человека. (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 16.00 20.00 Вести  
14.30 Вести. Местное время  
14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)  
16.30 Прямой эфир. (16+)  
17.30 «60 минут». (12+)  
21.15 Вести. Местное время  
21.30 «Удивительные люди. Новый сезон». (12+)  
23.55 Торжественная церемония вручения Российской национальной музыкальной премии «Виктория»  
02.10 «ПОД ПРИЦЕЛОМ ЛЮБВИ». (16+)  
С крыши торгового центра упала Анна Власова - дочь крупного бизнесмена. Следователь Борисов не находит мотивов для убийства.  
04.10 Перерыв в вещании

НТВ



04.55 «ПАСЕЧНИК». (16+)

- 04.55 «ПАСЕЧНИК». (16+)  
В Климово одного за другим убивают таксистов. Свои жертвы киллер душит и забирает всю выручку.  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.50 «ДНК». (16+)  
17.55 «Жди меня». (12+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ: МОРЕ И ГОРЫ». (12+)  
00.00 «Своя правда» с Романом Бабаюном. (16+)  
02.05 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)  
02.35 «Квартирный вопрос». (0+)  
03.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)

СТС



06.30 «Маша и Медведь». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
06.30 «Маша и Медведь». (0+)  
08.00 «ИНСПЕКТОР ГАВРИЛОВ». (16+)  
09.00 Уральские пельмени. (16+)  
12.00 22.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
19.30 Премьера! Шоу «Уральские пельмени». (16+)  
21.00 Премьера! ОКнутые люди. (16+)  
23.40 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)  
Подготовка к Рождеству не предвещала для Эми, Кики и Карлы ничего неожиданного. Но, без предупреждения, к ним приехали их матери. Теперь дочери вынуждены выслушивать нравоучения родителей.  
01.40 «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА». (6+)  
02.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)  
04.50 «6 кадров». (16+)  
05.10 Ералаш. (0+)

TNT



23.30 «Stand up». (18+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)  
09.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
11.30 «НАСЛЕДСТВО». (16+)  
Марафон эпизодов нового комедийного сериала с итальянской душой. Миллионер и авантюрист Виктор возвращается в Москву, чтобы наладить отношения со своей женой и тремя взрослыми детьми. Проблема в том, что 25 лет назад он бросил их и сбежал в Монте-Карло, скрываясь от уголовного преследования.  
18.00 «Комеди Клуб». (16+)  
22.00 «Лига городов». (16+)  
23.30 «Stand up». (18+)  
00.30 «Галустян Плюс». (16+)  
02.00 «Я тебе не верю». (16+)  
02.50 «Импровизация. Команды». (16+)  
04.25 «Шоу Студия Союз». (16+)  
06.00 «Импровизация». (16+)

REN



20.00 «ТРИ ИКСА». (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 «Новости». (16+)  
09.00 «Документальный спецпроект». (16+)  
10.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)  
11.00 «Как устроен мир». (16+)  
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)  
13.00 «Загадки человечества». (16+)  
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)  
17.00 «Главные тайны мира». (16+)  
20.00 «ТРИ ИКСА». (16+)  
22.25 «ТРИ ИКСА-2: НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (16+)  
00.20 «13-Й РАЙОН: КИРПИЧНЫЕ ОСОБНЯКИ». (18+)  
02.00 «РЭМБО-4». (18+)

5 5-Й КАНАЛ

- 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+)  
06.10 «АНДРЕВСКИЙ 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+)

3 ТВ-3

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)  
08.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)  
08.35 16.45 «Слепая». (16+)  
10.00 11.45 Гадалка. (16+)  
11.00 Новый день. (16+)  
12.15 Мистические истории. (16+)  
14.35 Вернувшиеся. (16+)  
18.30 Человек невидимка. (16+)  
19.45 «МОДИФИКАТЫ». (16+)  
21.45 «КОД 8». (16+)  
23.45 «НЕКРОМАНТ». (18+)  
01.30 «ПРОКЛЯТИЕ АРТУРА». (18+)  
06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)  
Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными.  
06.50 Дорожные войны. Лучшее. (16+)  
07.20 Дорожные войны. (16+)  
09.10 «КУХНЯ». (12+)  
13.30 Улётное видео. (16+)  
18.00 «+100500». (16+)  
23.00 Опасные связи. (18+)  
02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)  
04.10 Решала. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 07.25 Давай разведёмся! (16+)  
08.25 Тест на отцовство. (16+)  
10.40 23.40 «Понять. Простить». (16+)  
11.45 00.50 «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+)  
01.50 «Знахарка». (16+)  
07.30 20.10 «Календарь». (12+)  
08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТ-Ражение  
10.10 «ХОРОШИЕ РУКИ». (16+)  
15.10 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (12+)  
20.40 «ВАШ РЕПЕТИТОР». (16+)  
22.05 «ИРРАЦИОНАЛЬНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)  
23.40 «СВИСТУНЫ». (18+)  
01.10 ОТРажение. (12+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

- 05.00, 03.30 Мультфильмы. (6+)  
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости  
06.15 (Не) Фантастика. (12+)  
06.30 Любимые актеры 2.0. (16+)  
06.55 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (16+)  
08.45, 10.10 «СЛАВА». (12+)  
13.15 Мировое соглашение. (16+)  
14.10, 15.05, 16.15 Дела судебные. (16+)  
17.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
18.50 Миллион за 5 минут. (16+)  
19.30 «ТАНЦУЙ, ТАНЦУЙ». (16+)  
22.25 «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2». (16+)  
01.50 Наше кино. История большой любви. (16+)

ПОБЕДА

- 05.20 «Путь к Победе». (16+)  
06.20 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА». (16+)  
10.00 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ». (16+)  
13.40 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)  
Опальный маршал Жуков отправлен в Одессу, где нет житья от воров, убийц и вымогателей, а дерзкая безжалостная банда повадилась грабить военные склады. И всем управляет неуловимый немецкий шпион по кличке Академик, которого никто не знает в лицо. И только начальник отдела по борьбе с бандитизмом, Давид Маркович Гоцман может навести порядок и разоблачить Академика...  
23.59 «Путь к Победе». (16+)  
01.00 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)  
03.15 «СМЕРШ». (16+)

ЗДОРОВОЕ ТВ

- 06.05, 08.45, 11.20, 13.55, 16.30, 19.40, 22.30, 01.00, 03.30 Ой, мамочки! С Анной Левадной. (12+)  
06.35, 04.00 Что такое стресс? (16+)  
07.05, 09.35, 12.10, 14.50, 18.00, 20.45, 23.20, 01.55, 04.30 Суп дня. (12+)  
07.15, 21.00, 23.35, 02.05, 04.40 Сырварня. (12+)  
07.30, 10.00, 12.35, 15.15, 21.10, 23.45, 02.15, 04.55 Внешние данные. (12+)  
07.55, 08.15, 21.40, 22.00, 00.10, 00.30, 02.45, 03.05, 05.20, 05.40 Волшебный пендель с Никой Набоковой. (16+)  
09.10 Антибиотики и микробы: Бесконечная история. (16+)  
09.50, 12.25, 15.00, 18.10 Доктор смузи. (12+)  
10.25, 13.05, 15.40, 18.50 Психология в деталях. (16+)  
10.45, 13.25, 16.00, 19.10 Краткий курс счастливой мамы. (12+)  
11.45, 14.25 Бальнеологическое общество. (16+)  
16.55, 17.20 Медицина будущего. (16+)  
17.50, 20.35, 22.20, 00.50, 03.25 Прокатать за 600 секунд. (16+)  
18.25 Отчаянные хозяйки. (12+)  
20.10 Геномное редактирование. (16+)  
22.55 Таблетка от старения. (16+)  
01.25 Хлоя. (16+)

HISTORY VIJU HISTORY

- 06.10 Битва за Окинаву: Операция «Айсберг». (16+)  
07.05 Утопия инженерии. (16+)  
08.00 Монголия Чингисхана: Наследие монголов. (12+)  
08.55 Сокровища Древней Греции: Эпоха героев. (12+)  
09.55, 10.55 Легенды Европы. (12+)  
11.55, 12.25 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)  
13.00 Загадки планеты Земля. (16+)  
13.50 Чеповеческие зоопарки. (16+)  
14.50 Реституция? Борьба Африки за свое наследие. (16+)  
15.55 Сокровища Древней Греции: Классическая революция. (12+)  
16.55 Сокровища Древней Греции: Долгая тень. (12+)  
17.55, 19.00 Легенды Европы. (12+)  
20.05 Карты убийств: Джек Потрошитель - часть 2. (16+)  
20.55 Загадки планеты Земля. (16+)  
21.45 Соппротивление: секретные туннели Парижа. (16+)  
22.45 Преследуя зло. (16+)  
00.25 Монголия Чингисхана: Наследие монголов. (12+)  
01.15 Сокровища Древней Греции. (12+)  
02.10, 03.05 Легенды Европы. (12+)  
03.55, 04.20 Перевал Дятлова: охотники за правдой. (16+)  
04.50 История без прикрас: Кредитный кризис. (12+)

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 «Расскрещенная история». День памяти жертв Хатыни
- 13.15 «Забывшее 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 в Александринском театре
- 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+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «КУПЕЛЬ ДЬЯВОЛА».** (16+)
- 16.55 «Актерские драмы. Последняя капля». (16+)
- 17.50 События
- 18.05 «ГАДАЛКА».** (16+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Хорошие песни». (12+)
- 00.35 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ».** (12+)  
Выпускница медицинского института Людочка высказывает замуж за инженера Алексея для того, чтобы после распределения остаться в Ленинграде.
- 02.05 «Петровка, 38». (16+)
- 02.20 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ: МЫШЕЛОВКА».** (12+)
- 05.20 «10 самых...» (16+)

МАТЧ!  
МАТЧ! ТВ



06.30 «Большой хоккей». (12+)

- 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. Прямая трансляция
- 13.55 14.55 Бобслей и скелетон. Чемпионат России. Прямая трансляция из Сочи
- 15.30 Смешанные единоборства. ONE FC. Прямая трансляция из Таиланда
- 19.15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция
- 22.45 Бокс. VARE KNUCKLE FC. Прямая трансляция из Болгарии
- 01.00 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)
- 01.30 География спорта. (12+)

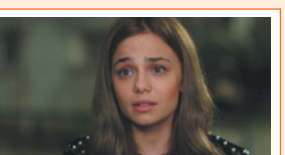
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ  
СПБ



23.05 «В ритме Петербурга». (12+)

- 07.15 08.15 09.15 «Большой утренний эфир». (16+)
- 11.15 «Петербург - город решений». (12+)
- 12.10 Объясняем. СПб. (12+)
- 12.30 «Пульт города. Репортаж». (12+)
- 12.40 13.20 «ДОРОГА К ДОМУ».** (12+)
- 13.10 15.15 19.20 Новости спорта. (12+)
- 14.25 15.25 «ТАНКИСТЫ СВОИХ НЕ БРОСАЮТ».** (16+)
- 18.40 «Залог успеха». (12+)
- 19.15 «Бизнес-Петербург». (12+)
- 19.25 «ЛЕКАРСТВО ДЛЯ ВЕРЫ».** (12+)
- 21.25 «Зона особого внимания». (16+)
- 22.00 «Пульт города». (12+)
- 23.05 «В ритме Петербурга». (12+)
- 00.10 «Культурная эволюция». (16+)
- 01.05 «Окно в кино». (16+)
- 01.20 «ЗАКЛИНАТЕЛЬ ЛОШАДЕЙ».** (12+)

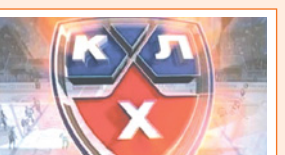
ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



17.15 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)

- 06.00 «Новое утро». (12+)
- 09.00 11.00 13.00 15.00 17.00 19.00 «ЛЕНТВ24 НОВОСТИ». (6+)
- 09.05 «ОХОТА НА ГАУЛЯЙ-ТЕРА».** (16+)
- 11.15 13.15 «ВОДОВОРОТ ЧУЖИХ ЖЕЛАНИЙ».** (16+)
- 15.15 «ЛЕНТВ24 АКТУАЛЬНЫЙ РАЗГОВОР». (6+)
- 15.35 05.15 «Россия вне зоны доступа». (12+)
- 16.30 01.30 «Культурное наследие России». (12+)
- 17.15 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ».** (16+)
- 19.15 «ЮЛКА».** (16+)
- 20.30 23.00 «ЛЕНТВ24 АКЦЕНТЫ». (12+)
- 21.10 «ПАРА ГНЕДЫХ».** (16+)
- 23.40 «МИСТЕР ОЛИМПИА».** (16+)
- 02.00 «ЛЕНТВ24 АКЦЕНТЫ». (12+)
- 02.40 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ПОЗНАЛ БЕСКОНЕЧНОСТЬ».** (16+)
- 04.30 «Тайны космоса». (12+)

78 78 КАНАЛ



19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)

- 07.35 08.10 08.35 09.10 09.35 10.10 10.35 «Полезное утро». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 12.10 13.10 14.10 17.10 22.00 00.30 «Известия 78». (12+)
- 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 19.00 23.30 «Происшествия». (16+)
- 11.10 «Начало дня». (12+)
- 12.30 «Телекурьер». (12+)
- 13.30 14.30 Гид 78. (12+)
- 15.15 «Середина дня». (12+)
- 16.15 23.45 01.30 «Легенды советского сыска». (12+)
- 17.30 23.00 «Не факт». (12+)
- 18.00 «Вечер трудного дня». (12+)
- 19.15 21.50 «Болеем за наших!» (12+)
- 19.30 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)
- 03.00 «Армагеддон». (16+)
- 04.30 «Вредный мир». (16+)
- 05.30 «Отдыхаем дома». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- 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 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
- 11.15 «Царевны». (0+)
- 13.15 «Мотобайтеры». (6+)
- 13.35 «Инфинити Надо». (6+)
- 14.05 «Тобот». (6+)
- 14.30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)  
Артист Международной детской филармонии! Лауреат 1-ой степени Открытого межрегионального конкурса исполнителей на оркестровые струнные инструментах имени Н. Е. Козьрева! Виолончелист и футболист! В гостях у Давида и Ани - Роман Емельянов!
- 14.45 «Простоквашино». (0+)
- 16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
- 17.05 «Остель у овечек». (0+)
- 19.10 «Оранжевая корова». (0+)
- 20.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)
- 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 21.20 «Три кота». (0+)
- 22.30 «Дикие скриачеры!» (6+)
- 23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 00.40 «Ералаш». (6+)
- 01.40 «Алиса и Льюис». (0+)
- 03.05 «Смешарики». (0+)
- МУЛЬТ**
- 06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
- 07.00, 18.30, 02.30 «Лунтик». (0+)
- 07.30 «Чумка. Зеленоглазый зверь». (0+)
- 08.00, 10.55, 19.00, 04.35 «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.30, 21.15 «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00 «Сказочный патруль». (0+)
- 09.30, 05.00 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
- 10.00, 18.00, 22.00 «Фиксики». (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+)
- 15.00 «Тобот». (6+)
- 15.20, 02.00 «Смешарики». (0+)
- 17.00 «Простоквашино». (0+)
- 17.25 «Бодо Бородо. БОДОПутешествия». (0+)
- 20.00 «Кошечки-собачки». (0+)
- 20.35 «Кошечки-собачки. Милые песни. Растеряшка». (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 Леня». (6+)
- 00.20 «Приключения Бубы». (6+)
- 01.00 «Котики, вперед!» (0+)
- 03.00 «Маша и Медведь. Анимашки. Давай делиться!», «Маша и Медведь». (0+)
- 05.30 «Фиксики. Дай пять». (0+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TVU1000**
- 06.30 «ТАМ, ГДЕ СЕРДЦЕ». (16+)
- 09.00 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)
- 11.00 «ГОТИКА». (16+)
- 13.00 «С МЕНЯ 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 «БЕЛЛЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (12+)
- 01.00 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ». (16+)
- 02.30 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
- 04.00 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- TVU1000 РУССКОЕ**
- 05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
- 06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 07.15 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 08.05 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)
- 10.10 «1993». (16+)
- 13.05 «ПИРАМИДА». (16+)
- 15.10 «ХОТТАБЫЧ». (16+)
- 17.00, 17.55 «СКЛИФОВОСКИЙ». (16+)
- 18.55 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯДОВ КУКУРУЗЫ». (6+)
- Россия, 2023 г.
- 20.35 «ЭКИПАЖ». (16+)
- Россия, 2016 г.
- 23.10 «ВИКИНГ». (16+)
- 01.40 «СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
- 03.20 «БАТЯ». (16+)
- 04.30 «Дикие лебеди». Мультфильм. (6+)
- ДОМ КИНО**
- 05.25 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 06.15 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
- 07.35 «Три богатыря и Шаманская царица». Мультфильм. (12+)
- 09.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)
- 11.00 «СВАТЫ». (16+)
- 14.00 «ЗНАХАРЬ. ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)
- 17.00 «СВАТЫ». (16+)
- 21.00 «АННА-ДЕТЕКТИВ». (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+)
- МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**
- 08.10 «СПОКОЙНЫЙ ДЕНЬ В КОНЦЕ ВОЙНЫ». (16+)
- 08.45 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ». (12+)
- 14.15 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (16+)
- 16.05 «ХОРОШО СИДИМ!» (16+)
- 17.25 «ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЕТЯ». (12+)
- 19.20 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 21.00 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
- 22.50 «ЖИВЕТЬБА БАЛЗАМИНОВА». (12+)
- 00.25 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+)
- 02.00 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)
- 03.20 «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80». (12+)
- 04.30 «АГОНИЯ». (16+)
- ФЕНИКС ПЛЮС КИНО**
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ ВСЕГДА»-7». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ». (16+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ-5». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
- 15.00, 23.00 «ПОД БОЛЬШОЙ МЕДВЕДИЦЕЙ». (16+)
- 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
- 07.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
- Сериал. Детектив с элементами мелодрамы, Россия, 2005 г. В ролях: Ярослав Бойко, Светлана Крючкова
- СТС LOVE**
- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 09.05 «МАРГОША». (16+)  
Дочка Калугина оставляет отца и Марго наедине друг с другом. Снова происходит опасное сближение...
- 12.15 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
- 16.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)
- 21.45 «МОЛОДЁЖКА». (16+)  
Васген подозревает, что Дина украла у него сильнейшего препарата. Шмелёв убеждает Куницина, что Даша его использовала, а Лену подставила. Отец бабина выручает «Медведей». Сочников приглашает Олю в ресторан...
- 01.45 «6 кадров». (16+)
- 03.50 «Три кота». Мультсериал. (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+)
- СПАС**
- 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 Таксидом. (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 Таксидом. (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, Виктора, Никифора, Клавдия, Диодора, Серафиона, Папия, Леонида и мщ. Хариссы, Нунехии, Василиссы, Ники, Гали, Галины, Феодоры и иных многих. Мч. Урпасаиана. Св. Кесария, брата свт. Григория Богослова. Прав. Тарасия. Сщмчч. Михаила, Алексия, Димитрия, Сергия, Сергия пресвитеров и Николая диакона, прмч. Иоасафа и прмчц. Наталии 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)

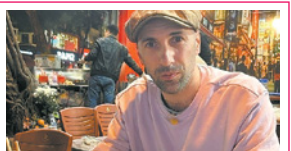
ПЕРВЫЙ



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 18.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Наше всё». (12+)
11.05 «ПроУют». (0+)
12.15 «Поехали!». (12+)
13.10 «ШИРЛИ-МЫРЛИ». (16+)
15.50 «Ералаш». К 75-летию со дня рождения Бориса Грачевского. (12+)
16.55 Премьера. «Я люблю мою страну». (0+)
18.20 «Эксклюзив». (16+)
19.10 «Михаил Задорнов: вся жизнь». (16+)
20.05 «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
21.00 «Время»
21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига. (16+)
23.50 К 135-летию со дня рождения Александра Вертинского. (16+)
01.45 Подкаст.Лаб. (16+)

РОССИЯ 1 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 20.00 Вести
17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
21.00 «Я ОБЕЩАЮ МОЛЧАТЬ». (16+)
00.55 «УЧИЛКА». (12+)
Татьяна Сорокина - простая школьная учительница, тянет на себе семью - безработного мужа - Никиту и маленького сына Диму.
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 10.00 16.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Основано на реальных событиях». (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Центральное телевидение»
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
21.20 «Звезды». (16+)
23.00 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (18+)
23.45 Квартирник НТВ у Маргулиса. (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-ЛВЁНОК». (12+)
21.00 «ЧЕБУРАШКА». (6+)
23.15 «МЕГАЛОДОН». (16+)
01.10 «ОЧЕНЬ ПЛОХИЕ МАМОЧКИ-2». (18+)
02.55 «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+)
04.55 «6 кадров». (16+)
05.10 Ералаш. (16+)

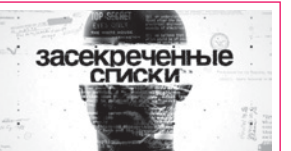
ТНТ



09.30 «Салон». (16+)

- 07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)
08.30 «Хочу перемен». (16+)
09.00 «Новая фабрика звезд. Дневники». (16+)
09.30 «Салон». (16+)
Премьера. На ТНТ возвращается «Салон» - программа, где у героев появляется возможность изменить внешность, а вместе с тем и свою жизнь. Впрочем, глобальные перемены ждут и сам проект.
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+)

REN



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 «Новости». (16+)
17.00 «Документальный спецпроект». (16+)
18.00 «Засекреченные списки». (16+)
19.00 «Добровзфире». (16+)
19.30 «Новости». (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+)

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 ВАТSONA». (12+)
23.10 «ФАРТОВЫЙ». (16+)
01.10 «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ». (12+)
02.50 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)

ТВ-3

- 07.15 «Сарила». (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+)
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+)
06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 Утилизатор. (12+)
09.30 03.00 04.30 Утилизатор. (16+)
10.00 «КУХНЯ». (12+)
Молодой повар Макс приезжает в Москву, чтобы получить работу в модном ресторане «Клод Монэ». Но на собеседовании он сталкивается с насмешками коллектива и скверным нравом шеф-повара.
21.10 «+100500». (16+)
23.00 23.30 «+100500». (18+)
01.30 iТопчик-2. (16+)

ДОМАШНИЙ

- 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. Но вскоре выясняется, что муж ей изменяет.
14.45 «Я ВЕРНУСЬ ЗА ТОБОЙ». (16+)
19.00 «ДОБРОТА». (16+)
23.30 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (16+)
03.00 «6 кадров». (16+)
06.00 «ОЛИВЕР ТВИСТ». (12+)
10.30 «РЕСТОРАН ГОСПОДИНА СЕПТИМА». (12+)
12.40 «ФУТБОЛИСТ». (12+)
17.40 03.00 «ДОМ СВИДАНИЙ». (16+)
19.05 «Очень личное». (12+)
20.10 «МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА». (12+)
21.50 «КЛУБ ЛЮБИТЕЛЕЙ КНИГ И ПИРОГОВ ИЗ КАРТОФЕЛЬНЫХ ОЧИСТКОВ». (12+)
23.55 «ПО ТУ СТОРОНУ НАДЕЖДЫ». (16+)
01.30 «Опытным путем». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Grid of programs including: МИР (05.00, 06.15, 09.05), ПОБЕДА (05.40, 07.30, 09.40), ЗДОРОВОЕ ТВ (06.00, 06.15, 06.25, 13.15), HISTORY (06.15, 07.10), VIJU HISTORY (06.15, 07.10), ПЯТНИЦА (05.00, 05.30, 06.00, 07.30), Ю (05.05, 07.00, 09.15, 11.00, 13.40, 15.40, 18.00, 19.50, 22.20, 22.00, 23.55)

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.

РОССИЯ К Культура



17.10 Большой балет

06.30 «Библейский сюжет»  
07.05 «Дом для леопарда». «Приключения Бура-тино»  
**08.25 «ЖИЛ-БЫЛ НА-СТРОЙЩИК...»**  
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 «ПРОДЛИСЬ, ПРОДЛИСЬ, ОЧАРОВА-НЬЕ...»**  
21.15 «Загадка Шалапина»  
22.00 «Агора»  
23.05 Клуб «Шаболовка, 37»  
**00.00 «ДУШЕЧКА»**  
02.00 «Искатели»  
02.45 «Великолепный Гоша»  
03.00 Перерыв в вещании

ТВЦ



10.55 «Просто & вкусно». (6+)

05.50 «За шуткой в карман». (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 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным  
22.05 «Право знать!» (16+)  
23.35 «Тайная комната. Где Кейт Миддлтон?» (16+)  
00.20 00.45 Специальный репортаж. (16+)  
01.10 «Хватит слухов!» (16+)  
01.40 «Актёрские драмы. Судьба-блондинка». (16+)  
02.20 «Актёрские драмы». (16+)

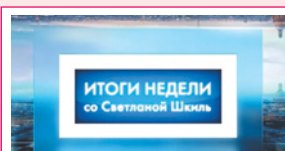
МАТЧ! МАТЧ! ТВ



07.00 Новости

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

СПБ



19.00 «Итоги недели». (16+)

**07.00 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ».** (6+)  
08.30 «Слово о русской философии». (12+)  
08.50 «Не по-детски». (6+)  
09.05 Дикие выходные. (12+)  
09.30 «Зона особого внимания». (16+)  
10.00 «Пульс города». (12+)  
11.30 «Культурная эволюция». (16+)  
12.30 «Пушкин. Наше. Все». (6+)  
12.45 13.10 «Живописный гимн Отечеству». (6+)  
**14.00 15.10 «ТАРТЮФ».** (16+)  
**16.05 18.10 «ДОН СЕЗАР ДЕ БАЗАН».** (12+)  
19.00 «Итоги недели». (16+)  
19.50 «В ритме Петербурга». (12+)  
20.50 Маленькие родины. (6+)  
21.10 Театральная гостиная. (16+)  
23.05 «Время суток». (16+)  
00.00 «Окно в кино». (16+)  
**00.15 «ГЕНИЙ ПУСТОГО МЕСТА».** (16+)  
**02.00 «БЛАГОДЕТЕЛЬ».** (16+)

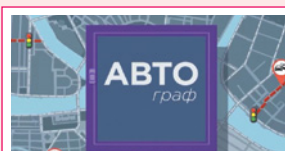
ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ 24



00.35 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1». (16+)

07.00 08.00 «ЛенТВ24 акцен-ты». (12+)  
07.40 08.40 «ЛенТВ24 Акту-альный разговор». (6+)  
**09.00 17.30 «ВАНЬКА».** (16+)  
10.30 «Король Гриля». (12+)  
11.00 19.00 «ЛенТВ24 Ново-сти». (6+)  
**11.15 «КЛУШИ».** (16+)  
**13.05 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ».** (16+)  
14.55 МЕЛБЕТ-Первенство России по футболу среди команд Первой Лиги сезо-на-2023-2024 годов. «Ленинградец» (ЛО) - «Арсенал». Прямая трансляция. (6+)  
17.00 «Настоящая история». (12+)  
**19.15 04.05 «ГРАЧ».** (16+)  
**21.05 «МИСТЕР ОЛИМПИА».** (16+)  
23.00 «Кабаре «Чёрный кот». (16+)  
**00.35 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1».** (16+)

78 КАНАЛ



14.30 «Автограф». (12+)

07.15 «Здоровье». (12+)  
08.00 «Зверопитер». (12+)  
08.30 «Дом советов». (12+)  
09.00 10.15 «Полезное утро». (12+)  
10.00 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 «Известия 78». (12+)  
12.15 01.50 «Хороший день». (12+)  
13.15 «Открытая студия». (12+)  
14.30 «Автограф». (12+)  
15.30 Гид 78. (12+)  
16.30 «Отдыхаем дома». (12+)  
17.30 «Другой Петербург». (16+)  
18.30 Гид 78. (12+)  
19.30 «Не факт». (12+)  
20.30 Гид 78. (12+)  
21.30 «Не факт». (12+)  
**22.30 «ОДИН НА ВСЕХ».** (12+)  
02.45 «Армагеддон». (16+)  
05.00 «СССР. Знак качества». (12+)  
05.40 «Петербуржцы». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

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 при-видение». (0+)  
14.35 «Чик-Чиркино». (0+)  
16.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)  
18.30 «Белка и Стрелка. Лун-ные приключения». (0+)  
На Земле начали проис-ходить странные и зага-дочные явления, несущие угрозу для планеты. Их след ведёт в космос, на тёмную сторону Луны. Кто же отважится полететь туда и всё выяснить? Рас-крыть тайну века поручи-ли отряду Казбека. Белка, Стрелка и вся команда от-важных героев отправится на Луну, чтобы выполнить опасную миссию.  
19.45 «Белка и Стрелка. Ка-рибская тайна». (6+)  
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)  
21.20 «Буба». (6+)  
22.30 «Дикие 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 нём живёт необычный народец - Лудды. Каждый их день - это целая исто-рия! В центре забавных событий - маленькая лудд-Энн и её волшебный альбомчик. Любой пред-мет, нарисованный в нём, героиня может использо-вать в реальности, причем самым неожиданным образом.  
12.00 «Кошечки-собачки. Новая жизнь старых вещей». (0+)  
12.05 «Мини-мишки. Друже-ская гонка». (0+)  
12.10 «Музыкальный па-труль. Сказочные песни. Время весны». (0+)  
12.15 «Геройчики. Страшный праздник». (0+)  
16.00 «Геройчики». (0+)  
19.00 МУЛЬТпреьера! «Ге-ройчики. Страшный празд-ник». «Музыкальный па-труль. Сказочные песни. Время весны», «Кошеч-ки-собачки. Новая жизнь старых вещей», «Мини-мишки. Дружеская гон-ка», «Черепашки. Пода-рок», «Ник-изобретатель. Молчать нельзя спра-сить», «Буба. Неождан-ный 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+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000  
05.40 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИ-ШЕ». (12+)  
07.40 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)  
09.35 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИ-КЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (12+)  
11.40 «ПИРАТЫ ПО СОСЕД-СТВУ». (12+)  
13.30 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (12+)  
15.25 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПО-ИСКАХ 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+)  
TV1000 РУССКОЕ  
05.30 «Три кота». Мультсери-ал. (6+)  
06.20 «Смешарики». Мультсериал. (6+)  
07.35 «Пин-код». Мультсери-ал. (6+)  
10.00, 10.55, 11.50, 12.45 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)  
13.40 «ВИКИНГ». (16+)  
16.10 «НА СОЛНЦЕ, ВДОЛЬ РЯ-ДОВ 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». Мульт-фильм. (6+)  
ДОМ КИНО  
06.40 «Кощей. Похититель невесты». 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 Ту-гарин Змей». Мультфильм. (12+)  
14.00 «ВАСАБИ». (16+)  
15.40 «ГАДАЛКА-2». (16+)  
Сериял. Россия, 2020 г.  
Захватывающий динамич-ный сюжет, загадочные преступления и перепле-тение человеческих отно-шений...  
23.30 «ПРИЗРАК». (12+)  
01.40 «ВРАТАРЬ ГАЛАКТИКИ». (12+)  
03.40 «МОЛОКО». (18+)  
СУББОТА!  
05.00, 06.30, 09.40 «Маша и Медведь», «Машины сказ-ки», «Машины страшил-ки». Мультсериалы. (0+)  
06.10 «Маша и Медведь. 12 месяцев». Мультфильм. (0+)  
09.20 «Маша и Медведь. Ска-жите «Ой!» Мультфильм. (0+)  
16.30 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)  
18.30, 19.20, 20.10 Дети ру-лят. (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 ПРИКРЫТИ-ЕМ!». (18+)  
04.25 «СПАСИТЕ КОЛЮ!» (12+)  
06.15 «В СПОРТЕ ТОЛЬКО ДЕ-ВУШКИ!». (16+)  
07.55 «РОДНЫЕ!». (18+)  
09.45 «ШПИОН ПО СОСЕД-СТВУ!». (12+)  
11.30 «БУЛКИ!». (16+)  
13.25 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГО-ЛОВУ!». (16+)  
18.30 «ВОКАЛ 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+)  
МОСФИЛЬМ.  
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ  
06.50 «КЫШ И ДВАПОРТОЕ-ЛЯ!». (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 ЛЮ-БОВЬ!». (12+)  
16.05 «ЛЮБОВЬ С ПРИВИЛЕ-ГИЯМИ!». (18+)  
18.30 «ВОКАЛ 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 ПЛУС 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 «РОДИТЕЛЬ-СКОЕ ПРАВО». (16+)  
Сериял. Мелодрама, Рос-сия, 2018 г. В ролях: Мари-на Коняшкина, Александр Давыдов, Алексей Демидов, Татьяна Храмова, Игорь Филиппов  
12.00, 20.00, 04.00 «НАЙДИ МЕНЯ, СЧАСТЬЕ!». (16+)  
Сериял. Мелодрама, Рос-сия, 2022 г.  
13.00, 21.00 «Я ИДУ ТЕБЯ ИС-КАТЬ-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». Мультсери-ал. (0+)  
07.00 «У овечек». Мультсери-ал. (0+)  
08.00 «РОДКОМ!». (16+)  
Ваня с Кристиной догово-рились покататься на велоси-педах. Но её мама вышла из роддома, она сконцен-трирована на дочери, и не отпускает её гулять...  
00.05 Сердца за любовь. (16+)  
01.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)  
Маше и Даше предстоит заняться уборкой цело-го этажа школы. Людмила Михайловна подсказывает девушкам, как избежать та-ких суровых испытаний...  
05.50 «Три кота». Мультсери-ал. (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС  
05.00 Святой Павел Таганро-ский. (0+)  
05.30 «ПОВЕСТЬ О «НЕИСТО-ВОМ»». (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 стра-стотерпцев. (6+)  
11.00 Святыни России. (6+)  
12.05 Глобус православия с Марией Бутиной. (12+)  
13.00, 13.30 Монастырская кухня. (0+)  
13.55 В поисках Бога. (12+)  
14.30 Профессор Осипов. (0+)  
15.00 Простые чудеса. (12+)  
16.05 «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 Легкойдой. (6+)  
23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михал-кова. (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. Ико-на Божией Матери «Знаме-ние». (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 Таган-рогского. Мчч. Кодрата Никомидийского, Сато-рина, Руфина и прочих. Прп. Анастасии Патри-кии. Сщмч. Димитрий пресвитера.  
Великий пост.  
« Бог и милует с рассуждением, и мерою проявляет милосердие до-стойным; и когда судит, щадит нашу не-мощь, наказывая нас более по челове-колюбию, чем для воздаяния равным за равное». Свт. Василий Великий

**7 ПЕРВЫЙ**



19.00 «Лучше всех!» (0+)

- 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 18.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 Премьера. «Играем свадьбу!». (12+)
- 11.05 «Жизнь других». (12+)
- 12.15 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
- 13.10 «Видели видео?» (0+)
- 14.50 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ».** (12+)
- 16.45 Премьера. «Большая история». (16+)
- 19.00 «Лучше всех!» (0+)
- 21.00 «Время»
- 23.00 «Что? Где? Когда?» Весенняя серия игр. (16+)
- 00.10 Подкаст.Лаб «Креативные индустрии». (16+)
- 00.55 Подкаст.Лаб «Россия и Запад на качелях истории». (16+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



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 - потомственный повар, счастливая жена и мама. Семья Нины рухнет в один момент, когда Нина застанет мужа с любовницей. Не в силах простить предательство, она выгонит неверного супруга из квартиры и подаёт на развод.
- 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+)

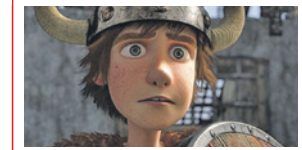
**НТВ**



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» с Ирадой Зейналовой
- 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-ЛВЁНОК».** (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+)

**REN**



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+)

**5 5-Й КАНАЛ**

- 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 «ОТЯД 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 ТРОЛЛЕЙБУС».** (12+)

**3 ТВ-3**

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 07.30 Вкусно с Анфисой Чеховой. (16+)
- 08.00 Новый день. (16+)
- 08.35 «Леди Баг и Суперкот». (6+)
- 10.45 «Реальная белка». (6+)
- Злюк - самая вредная белка в парке. Однажды он и его помощник - крысенок Бадди - натываются на тележку с орехами и тут же решают её обокрасть.
- 12.15 «ВНЕ/СЕБЯ».** (16+)
- 14.45 «МАЖОР».** (16+)
- 23.15 «БРАТАНЫ».** (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)
- че!**
- 06.00 Утилизатор. (16+)
- 06.10 Улётное видео. (16+)
- 08.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)
- 10.00 «КУХНЯ».** (12+)
- 21.10 «+100500». (16+)
- «+100500» - это самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополосов находит в интернете самые безумные видео и комментирует их специально для Че.
- 23.00 «+100500». (18+)
- 01.30 iТопчик-2. (16+)
- 03.00 Утилизатор. (16+)

**Д ДОМАШНИЙ**

- 06.30 «НАПАРНИЦЫ».** (16+)
- 06.35 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА».** (16+)
- На бывшую детдомовку, а ныне гимнастку Полину сваливается неожиданное богатство - таинственный поклонник её таланта дарит ей один из своих загородных домов.
- 10.20 Пять жиннов. (16+)
- 10.35 «НЕЛЮБОВЬ».** (16+)
- 14.30 «ПОКА ПРОШЛОЕ НЕ РАЗЛУЧИТ НАС».** (16+)
- 19.00 «ДОБРОТА».** (16+)
- 00.00 «И СНОВА БУДЕТ ДЕНЬ».** (16+)
- ОТР**
- 07.30 «Мойдодыр». (12+)
- 09.30 Всё по-взрослому
- 11.10 «Моя история». (16+)
- 12.00 Кино на все времена. (16+)
- 15.05 «Этот джаз». (12+)
- 17.30 «ФУТБОЛИСТ».** (12+)
- 19.05 «Клуб главных редакторов с Павлом Гусевым». (12+)
- 19.45 «ЖИЗНЬ ЗАБАВАМИ ПОЛНА».** (16+)
- 21.20 «ДОЛГИЕ ПРОВОДЫ».** (12+)
- 23.00 «Опытным путем». (12+)
- 00.25 «ОЛИВЕР ТВИСТ».** (12+)

## ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

**МИР**

- 05.00 «СЛАВА».** (12+)
- 06.20 «МЭРИ ПОППИНС, ДО СВИДАНИЯ».** (16+)
- 09.00 Рожденные в СССР.** Музыкальная редакция. (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+)

**ПОБЕДА**

- 04.30 «ВЫСОТА 89».** (16+)
- 06.15 «КОРИДОР БЕССМЕРТИЯ».** (16+)
- 08.40 «ИСЧЕЗНУШИЕ».** (16+)
- 12.10 «ЛЕНИНГРАД».** (16+)
- Самая трагическая страница Второй Мировой войны - 900-дневная блокада Ленинграда.
- 16.00 «ШТРАФБАТ».** (16+)
- Под руководством Василия Твердохлебова, майора РККА, побывавшего в плену, воюет штрафной батальон, намертво сплотивший судьбы самых разных людей... Несмотря на разницу во взглядах, воспитании и мировосприятии, все они встанут плечом к плечу перед лицом общего врага.
- 01.00 «ПЕРВЫЙ ОСКАР».** (16+)
- 02.50 «ОДНА ВОЙНА».** (16+)

**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: мифы и реальность. (16+)
- 07.50, 21.15** Медицина будущего. Диабет сегодня: жизнь без ограничений? (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** Сырварня. (12+)
- 09.30, 09.45, 16.25, 16.35, 23.00, 23.10** Доктор смузи. (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 Никой 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+)

**HISTORY VIJU 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** Главный грек 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 его жизни и творчества, проводниками в котором выступят известные деятели из разных сфер искусства.
- 22.10** Ловцы солнца. (16+)
- 23.15** Соперничество: секреты 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+)
- 04.35** История без прикрас: Кредитный кризис. (12+)
- 05.30** Отчаянные часы. Очевидцы и выжившие. (16+)

РОССИЯ К Кultura



13.20 «Игра в бисер»

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 «Свой Петербург». (12+)
10.50 «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 романа»
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»

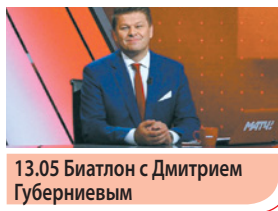
ТВЦ ТВЦ



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». (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+)
05.30 Московская неделя. (12+)

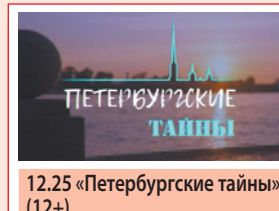
МАТЧ! МАТЧ! ТВ



13.05 Биатлон с Дмитрием Губерниевым

06.00 Смешанные единоборства. А. Рибас - Р. Намаюнас. UFC. Прямая трансляция
08.00 08.30 13.40 Новости
08.05 16.25 23.00 Все на Матч!
08.35 12.15 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Прямая трансляция
09.50 Лыжные гонки. Альфа-Банк Чемпионат России. Прямая трансляция
13.05 Биатлон с Дмитрием Губерниевым
13.45 16.45 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. 1/4 финала. Прямая трансляция
19.25 Футбол. «Динамо» - «Химки». МЕЛБЕТ-Первая Лига. Прямая трансляция
21.30 Смешанные единоборства. А. Рибас - Р. Намаюнас. UFC. (16+)
00.00 Биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. (0+)

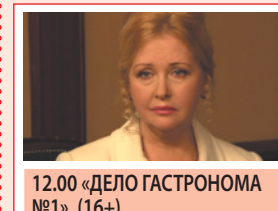
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ СПб



12.25 «Петербургские тайны». (12+)

06.05 «ДЛИННОНОГИЙ ПАПОЧКА». (12+)
08.40 «Слово о русской философии». (12+)
09.00 «Итоги недели». (16+)
09.50 «Главный врач». (12+)
10.45 Дикие выходные. (12+)
11.10 «Не по-детски». (6+)
11.30 «Время суток». (16+)
12.25 «Петербургские тайны». (12+)
12.45 Малые родины большого Петербурга. (6+)
13.10 15.10 XIV Церемония вручения Российской Национальной актерской премии «Фигаро». (16+)
15.55 18.30 «КОМЕДИЯ ОШИБОК». (12+)
19.00 «В океане классики». Юбилейный концерт з.а. России Владимира Самсонова. (6+)
21.55 «УКРАДЕННАЯ СВАДЬБА». (16+)
01.30 «БРОНКСКАЯ ИСТОРИЯ». (16+)
03.35 «БРАТ ЯКУДЗЫ». (16+)

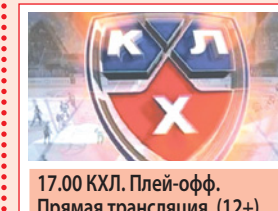
ЛЕНТВ 24 ЛЕНТВ24



12.00 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1». (16+)

06.00 «ЮЛЬКА». (16+)
07.15 «Монстр в Париже». (0+)
08.45 «Культурное наследие России». (12+)
09.15 «ЧУДЕС НЕ БЫВАЕТ». (16+)
11.00 «ЛЕНТВ24 НОВОСТИ». (6+)
11.15 «Ступени Победы». (12+)
12.00 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1». (16+)
15.00 19.00 «ЛЕНТВ24 НОВОСТИ». (6+)
15.15 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1». (16+)
19.15 «ПАРА ГНЕДЫХ». (16+)
21.00 «Война и политика». (16+)
21.30 «ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ПОЗНАЛ БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
23.20 «Кабаре «Чёрный кот». (16+)
00.55 «ДЕЛО ГАСТРОНОМА №1». (16+)
04.10 «МИСТЕР ОЛИМПИА». (16+)

78 78 КАНАЛ



17.00 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)

07.15 «Короли эпизода». (12+)
08.00 15.30 Гид 78. (12+)
08.30 20.30 «Автограф». (12+)
09.00 10.15 «Полезное утро». (12+)
10.00 12.00 14.00 15.00 16.00 «Известия 78». (12+)
12.15 00.20 «Хороший день». (12+)
13.15 «Открытая студия». (12+)
14.30 «Отдыхаем дома». (12+)
16.15 «Другой Петербург». (16+)
16.45 19.20 «Болеем за наших!». (12+)
17.00 КХЛ. Плей-офф. Прямая трансляция. (12+)
19.30 01.20 «Неделя в Петербурге». (12+)
21.00 «ОДИН НА ВСЕХ». (12+)
02.15 «Здоровье». (12+)
02.55 «Неповторимое обаяние малых музеев». (12+)
04.40 «СССР. Знак качества». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

КАРУСЕЛЬ КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Маша и Медведь». «Ералаш». (6+)
07.00 «С добрым утром, малышки!» (0+)
07.35 «Петроникс». (0+)
08.10 «Майло». (0+)
09.00 «Еда на ура! Как в сказке». (0+)
09.25 «Цветяшки!». (0+)
09.40 «Отель у овец». (0+)
11.00 «Студия красоты». (0+)
11.20 «Белка и Стрелка. Звёздные собаки». (0+)
Привычный ход вещей нарушен! Цирковая собака Белка больше не выйдет на манеж покорять сердца зрителей, а дворянка 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 Есенин». (0+)
Девочка Есенина и мишка Шмяк находят волшебную книгу и открывают лавку чудес, в которой всегда творится волшебство. К ним приходят обитатели Дримвили и просят помощи в решении разных проблем или в исполнении желаний. Другая 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+)
16.20 «Два хвоста». (6+)
О дружбе домашнего kota с лесным борбором и о загадочном вторжении инопланетян.
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 зрелищных сражениях скричеров - боевых роботов, способных превращаться в свирепых механических зверей.
23.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
00.40 «Ералаш». (6+)
01.40 «Алиса и Льюис». (0+)
03.05 «Смешарики». (0+)
МУЛЬТ 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 «Моносики». (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+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 VJUU TV1000

06.35 «ПИРАТЫ ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
08.40 «ОСТРОВ ГОЛОВРЕЗОВ». (16+)
11.05 «БИБЛИОТЕКАРЬ: В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ». (16+)
13.00 «ВСЕ 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+)

ТВ1000 РУССКОЕ VJUU 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 «НЕИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА». (16+)
00.25 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)
02.25 «ДОМОВОЙ». (6+)
04.05 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО СУББОТА! СУББОТА!

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+)
01.20 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (12+)
03.15 «ЗА ГРАНЬЮ РЕАЛЬНОСТИ». (16+)
05.00, 07.25, 11.20 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины 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+)

КИНОКОМЕДИЯ МОСФИЛЬМ ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

00.05 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (12+)
02.40 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (18+)
04.15 «БОБРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
06.20 «НЕСПЯЩИЕ В СИЭТЛЕ». (6+)
08.15 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА. СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (18+)
10.05 «СВИНГЕРЫ». (16+)
11.55 «МАЛЫШ 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+)

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 Тютин, Александр Назаров
14.00, 22.00, 06.00 «ОСТРОВ НЕУЛОВИМЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ОДНА ТЕНЬ НА ДВОИХ». (16+)
00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-7». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2011 г.
02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

СТС LOVE СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.55 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН»». (16+)
Михаил Джекович и Сеня пытаются спрятать контрабандный сыр от полицейских. Настя надеется помешать первому 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.
03.30 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (0+) СССР, 1970 г.
21.35 Духовный маяк на Филенте. Крымский форпост Святого Георгия. (0+)
22.30 Щипков. (12+)
23.00 «Бесогон». 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, блудник принял Христа? Чтобы освободить от порока, показать человеколюбие, чтобы ты познал, что нет недуга, побеждающего Его благость.
Свт. Иоанн Златоуст

# С душой народа вместе

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.

**1** Гармоника является родственницей органа. Разновидностей её существует много: венская двухрядная, русские (ливенская, 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 Орланского-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, сопровождая себя 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 вражескую 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 Тютюшкина, ставшая одним из лидеров кинопроката в 1967 году?  
**а)** «Свадьба в Малиновке».  
**б)** «Вольный ветер».  
**в)** «Трембита».



ОТВЕТЫ

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

## КРОССВОРД

Разгадайте в головоломке пословицу (52 буквы). Зашифрованные буквы не соприкасаются друг с другом ни по горизонтали, ни по вертикали, ни по диагонали. Цифры со стрелками показывают количество букв загаданной фразы, находящихся в данном направлении. Несколько подсказок (под словом ряд подразумевается строка, столбец или диагональ):  
 1) как только вы нашли одну из букв, можно сразу вычеркнуть все буквы вокруг нее (в задании несколько букв уже найдено);  
 2) если стрелка указывает, что в ряду 0 букв, то можно сразу же вычеркнуть весь ряд. Если стрелка указывает, что в ряду одна буква, и вы ее уже нашли, то остальные буквы в ряду можно вычеркнуть, и т.д.;  
 3) если на какой-то ряд не указывает стрелка, всё равно можно посчитать (или примерно прикинуть), сколько там искомых букв, зная общее количество букв в загаданной фразе, и количество букв в параллельных нашему рядух;  
 4) если в ряду загаданной буквой может быть только одна из двух соседних, вы можете смело вычеркивать буквы на этих же местах в двух соседних рядах;  
 5) когда уже не помогает умение считать, просто попробуйте понять, какие не вычеркнутые буквы составят осмысленную фразу или хотя бы часть ее.

5 5 5  
 2 М К У Х Д  
 6 Р А К Ш М И Л  
 5 Р Ц О Г С А Т Б И  
 5 Е Р Я Ч Ы Л А Э Д Р Л  
 1 С Э О Ж Ш О Н Т Е В Н Е Е  
 4 У Б Р Э П К Л В А П А К Е У Т  
 3 С Э Т З В Ш У Ф Т Е Б Т Ю П Э Ю Я  
 4 2 С П И Ш Ч Ф К И Ю У З Г В С М П О О Е  
 8 Л Ы Ч А А М Н Ю И С Е М Ц Н Ф Б Ш Ж Э Ш О  
 5 Ю Г И И Н Р Э Ж И Ф А Н Н Б М Ч А О Х  
 6 Л Ь Ч Е А Г Н Х И Д Е Ш Б И Н О Ы  
 2 З Д Б А И Х Д З К П Ж Е У Щ П  
 Е Г Н Б Е П М Ж У И Ф З М  
 3 3 С Ж У Р Т О С С Г  
 1 Т В Ю А П Т С  
 Г Г Р Ь З  
 6 2 4 4



Ответ на задание в № 10: еврейская пословица: «Если просишь портного сшить тебе платье, посмотри, как одет он сам».

## ХРОНОЛОГИКА





**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-

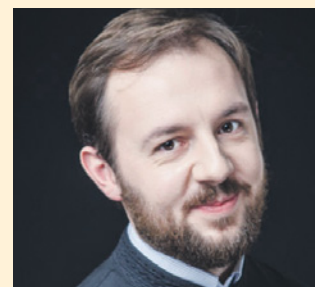
рит ему: пойд и посмотри. Иисус, увидев идущего к Нему Нафанаила, говорит о нем: вот подлинно Израильчанин, в котором нет лукавства. Нафанаил говорит Ему: почему Ты знаешь меня? Иисус сказал ему в ответ: прежде нежели позвал тебя Филипп, когда ты был под смоковницею, Я видел тебя. Нафанаил отвечает Ему: 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 становимся свидетелями того, как пророк Иоанн Креститель с радостью отдаёт Спасителю своих учеников. Сначала к Господу Иисусу присоединяются Андрей и Пётр. Затем – Иаков и Иоанн Зеведеевы. В скором времени ко Христу присоединятся 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.

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. Потому без сожаления 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 смерть Сына Божьего.

Фото предоставлено радио «Вера»

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	1	3	5	9	2	8	4
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	1	3	5	9	2	8	4
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

ПОХОРОННАЯ СЛУЖБА RITUAL.RU

RITUAL.RU — если случилось ЭТО

1. Позвоните и вызовите ритуального агента сразу после подтверждения факта смерти экстренными службами или медицинским учреждением.
2. Не отвечайте на звонки с неизвестных номеров. Если по телефону Вам навязывают услуги по организации похорон, немедленно прекратите разговор и перезвоните сами в выбранную Вами ритуальную службу.
3. Важно! Никакой «специалист», кроме вызванного Вами агента, не имеет права звонить Вам по организации похорон или приезжать к Вам одновременно с полицией, скорой или машиной для транспортировки тел умерших (на основании пункта 4.6 ГОСТ Р 58414-2019 «Национального стандарта Российской Федерации. Услуги организаторов похорон»).

8 812 740 81 65

ООО Ритуал.ру ОГРН 1177847142307 город Санкт-Петербург / Реклама 18+. Услуги оказываются партнёрами, входящими в группу компаний Ritual.ru.

Сфотографируйте это объявление, чтобы получить специальное предложение на ритуальные услуги:

- организация церемоний
- захоронение, кремация
- место на кладбище
- льготы и пособия
- удобный выбор необходимых позиций в электронном каталоге
- поминальные трапезы под Ваш бюджет
- благоустройство захоронений с возможностью регулярного ухода
- волеизъявление, прижизненный договор



А вы знаете, что начало весны – самый благоприятный момент для покупки водонагревателя? Лето ещё не наступило (но оно не за горами!), поэтому самая высокая скидка будет вашей.

Установить его сейчас – значит заранее подготовиться к непредсказуемому периоду отключения воды. Мы подобрали для вас под-сказки.

### Большой? Маленький? Средний?

Чтобы рассчитать, какого объема бак должен быть у водонагревателя, ориентируйтесь, что одному человеку для мытья посуды и принятия душа потребуется объем резервуара в 30-50 литров. Для двоих или троих на те же цели нужен бак от 50 до 80 литров. Чем больше потребностей и членов семьи, тем больший объем резервуара требуется для комфортной жизни каждого.

# Для вас, любители горячей воды!

## Накопительный водонагреватель

Это прибор, имеющий резервуар для нагретой воды. По мере использования в него поступает холодная вода, которая также нагревается. Благодаря слою теплоизоляции температура воды в бойлере может долго оставаться высокой.

### ПЛЮСЫ:

- ➕ Большой объем горячей воды, которую можно использовать в любой момент.
- ➕ Водой можно пользоваться из нескольких точек водоразбора. То есть пока один член семьи моет посуду, другой может помыть руки или почистить зубы.

### МИНУСЫ:

- ➖ Сложность в установке, особенно в маленьком помещении. Если модель настенная, то для закрепления подойдет исключительно несущая стена.
- ➖ Водонагреватель постоянно расходует электричество, в том числе на поддержание температуры.
- ➖ Очень важно периодически проводить диагностику прибора (осматривать, чистить ТЭН, менять анод).



Объявление: «Ищу девушку для серьезных отношений в период с 1 по 20 июля. О себе: люблю мыться».



## Проточный водонагреватель

Как следует из названия, он прогревает воду, протекающую сквозь него. После открытия крана он запускается, а после закрытия отключается. В зависимости от количества точек водоразбора, бывают безнапорный (для одной точки) и напорный (для нескольких точек) водонагреватели.

### ПЛЮСЫ:

- ➕ Воду такой прибор сможет нагреть практически мгновенно.
- ➕ Места занимает немного, поэтому разместить его гораздо проще, чем накопительный.

### МИНУСЫ:

- ➖ Подойдет только для 1-2 человек.
- ➖ Температура воды на выходе составит порядка 30-40 градусов, в зависимости от исходной температуры и мощности нагревательного элемента.



## Полезные советы

- Чтобы снизить образование накипи, температуру лучше устанавливать не более 60 градусов и ежемесячно очищать ТЭН и термостат.
- Чтобы защитить резервуар от коррозии, важно регулярно менять магниевый анод (раз в год для мокрого ТЭНа и раз в два года для сухого). Титановый в замене не нуждается.
- Если в помещении, где установлен бойлер, температура воздуха снижается до нуля градусов или ниже, обязательно на зиму сливайте воду.

## Откуда тепло?

По способу нагрева водонагреватели бывают электрические, газовые, косвенного нагрева и комбинированные. По названию первых двух легко догадаться, как нагревается в них вода: от электричества, газа/баллона. Бойлер косвенного нагрева подключается к отопительному котлу или иному источнику тепла, так как не имеет собственного нагревательного элемента. А комбинированный бойлер может использовать как котел, так и собственный ТЭН, поэтому его можно считать более усовершенствованным, чем косвенного нагрева. Чаще всего летом, когда обогревать помещение нет необходимости, бойлер комбинированного типа работает благодаря ТЭНу, а зимой рациональнее использовать теплообменник.

Надеемся, что наши советы помогут вам выбрать именно тот бойлер, который сделает вашу жизнь комфортнее и проще.

Светлана СИДОРЧУК



## ДОМАШНИЙ ПОВАР СПЕЦВЫПУСК

### ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ, УВАЖАЕМЫЕ ЛЮБИТЕЛИ ГОТОВИТЬ!

В нашей серии «Домашний повар» выходит новый спецпроект «Любимые рецепты». Это специальная серия из пяти журналов с рецептами:

- «Перекусы и салаты»,
- «Каши и кисели»,
- «Тефтели и биточки»,
- «Супы и похлебки»,
- «Блины и лепешки».

Темы этих журналов подсказали сами хозяйки – наши читатели. Да и сам спецпроект сложился из рецептов, присланных читателями, архивов редакции и наших знакомых и друзей. Сборники помогут вам в составлении меню на каждый день, в том числе и на праздник. В журналах представлены как

простые рецепты, так и более интересные. Словом, каждый сможет найти для себя рецепт, который захочется попробовать воплотить в жизнь.

Все блюда по предлагаемым рецептам вы сможете приготовить из продуктов, купленных в ближайшем супермаркете или выращенных на дачном участке. А кроме этого, мы учли тонкости при приготовлении, которые помогут правильно рассчитать свои силы.

Помимо полезных советов, времени приготовления блюд и их калорийности, мы добавили немного рассказов об истории их создания – чтобы вам интереснее было готовить и подавать к столу ваши шедевры.

**Готовьте с хорошим настроением и любовью в сердце!**

ВСЕ НОМЕРА ЖУРНАЛА В ПРОДАЖЕ С 7 МАРТА!

Реклама 12+

## Справа слышнее

Если вы находитесь в шумной комнате и хотите услышать собеседника, то повернитесь к нему правым ухом. Согласно исследованиям, в условиях шума оно выделяет из звукового фона конкретную информацию. И люди быстрее реагируют на происходящее с правой от них стороны.



## Подсказка почтальону

Хотите отправить письмо людям, у которых когда-то гостили, но не помните их точного адреса? Можно посмотреть его по картам в интернете. А если вы окажетесь в Исландии, можно поступить еще проще: достаточно просто нарисовать схематичную карту прямо на конверте. Так почтальон сможет доставить письмо адресату.



## Всё дело в заморозке

Современные шайбы изготавливаются из вулканизированной резины. При нагревании этот материал становится мягким и начинает подпрыгивать. А охлажденный снаряд, напротив, предотвращает отскокивание, что позволяет игрокам легче им управлять. Поэтому шайбы хранятся в замороженном виде, пока не понадобятся для игры. В среднем во время матча используется 12 шайб.



## Легенда из подручных материалов

Один из самых известных музыкальных инструментов прошлого века – гитара Red Special. Ее звучание можно услышать почти во всех студийных хитах группы Queen. Навероятно, но гитара – самодельная. В 1960-х годах из деталей старого шкафа и каминной полки ее вручную изготовили гитарист Брайан Мэй и его отец. Вот вам пример того, что родительская поддержка может оказаться бесценной.

Светлана СИДОРЧУК

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.

**О**н 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 познакомились 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](mailto: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, я зря отказалась от кофе?..

**МАРИНА**



НА ДОСУГЕ

## Найди 10 отличий Маникюру быть!

Женщины всегда найдут время приготовить салат, померить новое платье и сделать маникюр.

**Ответы:** рукав блузки слева, кольцо на пальце, на этой руке ноготь на большом пальце, высота кривизны оловянного 'кака', цвет лака справа, ижиллп твэп 'евреп', еньгопелоп 'ижиллп твэп 'евреп', для куткикульы, ножничныч, вател джесл-ва, р'уонсид'ан ен бееэмоннычмывэеэ моннычмывэеэ л'уэвэп

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.

**КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»**

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

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

**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.

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

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
 Звезды советуют Рыбам расстаться с хандрой. Не кипятите 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.

**СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ**

18 марта	Восход: 7 ч. 02 м. Заход: 19 ч. 10 м. Долгота дня: 12 ч. 08 мин.	
19 марта	Восход: 6 ч. 59 м. Заход: 19 ч. 13 м. Долгота дня: 12 ч. 14 мин.	
20 марта	Восход: 6 ч. 56 м. Заход: 19 ч. 15 м. Долгота дня: 12 ч. 19 мин.	
21 марта	Восход: 6 ч. 53 м. Заход: 19 ч. 18 м. Долгота дня: 12 ч. 25 мин.	
22 марта	Восход: 6 ч. 50 м. Заход: 19 ч. 20 м. Долгота дня: 12 ч. 30 мин.	
23 марта	Восход: 6 ч. 47 м. Заход: 19 ч. 22 м. Долгота дня: 12 ч. 35 мин.	
24 марта	Восход: 6 ч. 44 м. Заход: 19 ч. 25 м. Долгота дня: 12 ч. 41 мин.	

**НАШ КАЛЕНДАРЬ С 18 ПО 24 МАРТА**

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ	ИМЕНИННИКИ	ПРАЗДНИКИ
<b>18 МАРТА</b> 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. <b>19 МАРТА</b> В 1899 году была открыта первая в Петербурге станция скорой помощи. В 1922 году в Москве на Шаболовке сдана в эксплуатацию радиопередающая башня. <b>20 МАРТА</b> 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».	<b>21 МАРТА</b> В 1924 году сформулирован один из фундаментальных принципов квантовой механики – принцип Паули. <b>22 МАРТА</b> В 1895 году в Париже состоялась первая в истории демонстрация кинофильма. В 1951 году создана первая в СССР Центральная студия телевидения. <b>23 МАРТА</b> В 1876 году Павел Яблочков получил патент на изобретенную им «электрическую свечу». В 1900 году археологи обнаружили на Крите остатки легендарного Лабиринта – дворца Минотавра. <b>24 МАРТА</b> В 1882 году Роберт Кох выделил бактерию, вызывающую туберкулез.	<b>НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ</b> <b>18 МАРТА.</b> Адриан, Константин, Николай. <b>19 МАРТА.</b> Аркадий, Елена, Феодор. <b>20 МАРТА.</b> Антонина, Евгений, Евдокия, Екатерина, Ксения, Павел. <b>21 МАРТА.</b> Владимир, Иоанн. <b>22 МАРТА.</b> Александр, Александра, Григорий, Кирилл, Михаил, Наталия, Сергей. <b>23 МАРТА.</b> Анастасия, Виктор, Галина, Леонид. <b>24 МАРТА.</b> Алексей, Василий.
<b>НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ</b> <b>18 МАРТА</b> ■ День воссоединения Крыма с Россией ■ День налоговой полиции РФ <b>19 МАРТА</b> ■ Всемирный день социальной работы ■ День моряка-подводника в России <b>20 МАРТА</b> ■ Международный день счастья ■ День театров для детей и молодежи <b>21 МАРТА</b> ■ Всемирный день поэзии ■ Международный день кукольника <b>22 МАРТА</b> ■ Международный день таксиста ■ Всемирный день водных ресурсов <b>23 МАРТА</b> ■ Всемирный день метеоролога <b>24 МАРТА</b> ■ День штабманской службы ВВС России ■ День мастера маникюра	<b>НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ</b> <b>Василисин туман снег съедает по утрам</b> 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 ПИТЕР**  
 Газета «ТЕЛЕК ПИТЕР». Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № 05 77-77733 от 29.01.20 г. Издаётся с апреля 2018 года.

**КАРДОС** ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА  
 Учредитель, редакция и издатель: 000 «Издательская группа «КАРДОС»  
 Генеральный директор ВАВИЛОВ А.Л.  
 Адрес редакции: 127018, Россия г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4. e-mail: telek@kardos.ru  
 Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д.13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

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

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

№ 11 (311).  
 Дата подписания в печать: 23.00 час. 11.03.2024 г. Дата производства: 12.03.2024 г. Дата выхода в свет: 12.03.2024 г. Тираж 69 665 экз. Отпечатано в ООО «Типографский комплекс «Девиз», 190020, Санкт-Петербург, Вн. тер. г. МО Екатеринбургский, наб. Обводного канала, д.138, к.1, литера В, пом. 4-Н-6-часть, ком. № 11 (436), Заказ ДБ-3/11. Выходит во всех областях СЗФО. Тираж этого номера 887 325 экз. Рекомендованная цена в розницу 20 рублей. Используются фото «Shutterstock/FOTODOM» Ежедневная семейная газета для читателей 12+ Объем 4 п. л. Сайт газеты telek.kardos.media Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Копирование без указания источника запрещено

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



# Исчезновение зелёного доктора



**П**етрович 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.

**Г**ражданка 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.

**С**осед 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.

**П**етровичу 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.

**Р**азумеется! 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 здоровается 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.

**Х**орошо. 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 – воры, если они были, не оставили на нем никаких следов, что в принципе невозможно. К тому же, воры, способные вскрыть новенький сейф, вряд ли полезли бы через окно, так как вскрыть замок входной двери для таких умельцев не проблема.

Рис. Ирина Светлова

## КАК ПОДАТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ

**ПО ТЕЛЕФОНУ** 8 (962) 724-29-44

**ПО ПОЧТЕ** reklama@kardos.ru

**ЦЕНА** Стоимость срочного объявления от **400** рублей за 1 выход

**КАК ОПЛАТИТЬ**

- Через «Робокассу»: со счёта мобильного телефона, на сайте *kardos.media*, в магазинах «Связной» и «Евросеть» (подробности у менеджера);
- В отделениях любого банка: ООО «Издательская группа «Кардос», ИНН 3245505893, КПП 772001001, ПАО СБЕРБАНК, БИК 044525225, к/с 3010181040000000225, р/с 40702810038000020635 В назначении платежа указать: «Оплата за объявление в газете» и Ф.И.О. Комиссия оплачивается отдельно (при наличии). Оплачивая объявление, Вы даёте согласие на обработку персональных данных.

*Скидки уточняйте у менеджера*

## КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

**По горизонтали:** Трюмо. Встреча. Паркур. Теннисист. Трос. Ремез. Кешью. Бот. Степняк. Стража. Птенчик. Нотариус. Акрил. Утятина.

**По вертикали:** Ректор. Март. Осень. Просчет. Счастье. Прыть. Северянин. Серпантин. Контракт. Статика. Павиан. Фарси. Корт.

## ВСЁ ОБО ВСЁМ

Все объявления на правах рекламы

<h3>ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ</h3> <p><b>Городская служба вывоза и утилизации №1</b> Избавим от мебели и ненужных вещей за 10–15 мин в день обращения! • Диваны • Кровати • Шкафы • Пианино • Мебель с насекомыми • Освободим балкон от хлама • Уничтожение клопов</p> <p><b>ВЫВОЗИМ ВСЁ!</b></p> <p>Подача машины в удобное время</p> <p><b>Тел.: 903-50-73</b></p>	<h3>ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ</h3> <p>КУПЛЮ ДОРОГОЕ. Сервизы. Вазы. Статуэтки. Серебро. Хрусталь. Часы. Подстаканники. Значки. Монеты. Банкноты. Старые открытки. Фотографии. Ёлочные игрушки. Модельки машин. Кукол. Бижутерию. Фотоаппараты. Самовары. Бронзу. Мебель. Картины. Книги. Пластинки. И МНОГОЕ ДРУГОЕ. <b>Тел.: 8 (911) 929-92-55, Александр.</b></p> <p>■ <b>8 (916) 774-00-05</b> КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т.д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое студийное концертное оборудование. Дмитрий. Тел.: 8 (916) 774-00-05</p> <p>■ <b>8 (905) 286-44-68</b> СКУПКА. КУПЛЮ ВСЁ. Тел.: 8 (905) 286-44-68</p> <p>■ <b>953-39-70</b> Куплю фарфор, статуэтки, рамы, картины, ковры, старые игрушки, кукол, самовары, подстаканники, пластинки, патефоны, часы, значки, бинокли, бижутерию, брошки, янтарь, текстиль, парфюм, книги и др. Оплата сразу! Тел.: 953-39-70</p> <p>■ <b>996-55-66</b> Книги, «Зингер», картины, мебель, часы, монеты, знаки, открытки, фото, сервизы, вазы, статуэтки, иконы, серебро, хрусталь, бижутерию, фотоаппараты, игрушки, самовары, военные вещи и всё другое. Тел.: 996-55-66</p> <p>■ <b>8 (931) 337-91-68</b> Купим книги. Выезд. Оплата сразу. Тел.: 8 (931) 337-91-68</p>				
<h3>НЕДВИЖИМОСТЬ</h3> <p>■ <b>8 (991) 371-62-99</b> Продаём 20 сот. земли с домом под большую многоэтажную постройку в Крыму, в Ялте. ИЖС, все коммуникации, все в шаговой доступности в черте города. Возможен обмен, возможна продажа частями (8 соток 11 000 000 руб.). Общая стоимость 30 000 000 руб. Тел.: 8 (991) 371-62-99</p>	<h3>КУПЛЮ</h3> <p>■ <b>8 (999) 715-35-60</b> Куплю вышедшие из обращения банкноты: швейцарские франки, английские фунты, немецкие марки, кроны и другие. Военный антиквариат, старинные награды, значки, иконы, картины. Тел.: 8 (999) 715-35-60.</p> <p>■ <b>984-20-55</b> Радиодетали СССР, новые и б/у. Измерит., вычислительные приборы. Выезд. Тел.: 984-20-55</p>				
<h3>СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ</h3> <p>■ <b>8 (951) 684-12-44, 8 (931) 987-05-75</b> Мастер на час. Все виды работ. Мелкий ремонт. Сантехработы и электрика. Установка, замена, ремонт замков и вскрытие. Работаем без выходных. Тел.: 8 (951) 684-12-44, 8 (931) 987-05-75</p>	<h3>УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ</h3> <p>■ <b>8 (965) 386-47-09</b> СЭС. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ любой сложности – КЛОПОВ, ТАРАКАНОВ, ПЛЕСЕНИ и т.д. Пар холодного и горячего туманов. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7. Система скидок. Тел.: 8 (965) 386-47-09</p>				
<h3>Приём рекламы в рубрику «ВСЁ ОБО ВСЁМ» производится по адресам:</h3> <table border="1"> <tr> <td> <b>ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»</b> 8 (962) 724-29-44             </td> <td> <b>РА «МАГАЗИН РЕКЛАМЫ»</b> 8 (812) 424-32-11             </td> </tr> <tr> <td> <b>РА «ПАЛЛАДА»</b> 8 (921) 899-98-75             </td> <td> <b>РА «ФРИИ МЕДИА»</b> 8 (812) 996-72-97 м. «Пл. Ленина» только безналичный расчет             </td> </tr> </table>		<b>ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»</b> 8 (962) 724-29-44	<b>РА «МАГАЗИН РЕКЛАМЫ»</b> 8 (812) 424-32-11	<b>РА «ПАЛЛАДА»</b> 8 (921) 899-98-75	<b>РА «ФРИИ МЕДИА»</b> 8 (812) 996-72-97 м. «Пл. Ленина» только безналичный расчет
<b>ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»</b> 8 (962) 724-29-44	<b>РА «МАГАЗИН РЕКЛАМЫ»</b> 8 (812) 424-32-11				
<b>РА «ПАЛЛАДА»</b> 8 (921) 899-98-75	<b>РА «ФРИИ МЕДИА»</b> 8 (812) 996-72-97 м. «Пл. Ленина» только безналичный расчет				



**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.  
«Цветущая шпалера»  
«Палисадник»  
«Пурпурное облако»  
**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.  
Черный Бежевый Синий Серый

**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 недрагоценных 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.**  
• 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.  
**20 шт. – 10 м²**  
**ВЫГОДА – 3000 р.!**

**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.  
• Требуем меньше усилий при обрезании ногтей, чем обычные ножницы.  
• Подходят для тех, кому сложно набиться.  
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).  
Светло-серый Рыжий Серый

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

**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.

**Универсальная чистящая паста «Просто блеск», 2 шт.**  
лот 103628 ~~1499 р.~~ **999 р.** 2 шт. по 500 г.  
• 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.

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

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

**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 blender, 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.  
Фиолетовый Черный

**Кроссовки «Бриз»**  
лот 47344 ~~1499 р.~~ **999 р.**  
Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подшова).  
Полнота: 8. Размер: 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44.  
Маломерят на размер.  
Цвет укажите при заказе.  
Бордо  
до 44-го размера

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

**Доска разделочная + нож в чехле (цвет в ассортименте)**  
лот ~~1000 р.~~ **при заказе от 1000 р.:**  
**\*ВАШ ПОДАРОК:**  
**\*при заказе от 2000 р.:**  
Минифен складной, цвет в ассортименте

**Доска разделочная + нож в чехле (цвет в ассортименте)**  
лот ~~1000 р.~~ **при заказе от 1000 р.:**  
**\*ВАШ ПОДАРОК:**  
**\*при заказе от 2000 р.:**  
Минифен складной, цвет в ассортименте

**Доска разделочная + нож в чехле (цвет в ассортименте)**  
лот ~~1000 р.~~ **при заказе от 1000 р.:**  
**\*ВАШ ПОДАРОК:**  
**\*при заказе от 2000 р.:**  
Минифен складной, цвет в ассортименте

**Доска разделочная + нож в чехле (цвет в ассортименте)**  
лот ~~1000 р.~~ **при заказе от 1000 р.:**  
**\*ВАШ ПОДАРОК:**  
**\*при заказе от 2000 р.:**  
Минифен складной, цвет в ассортименте

**ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!**  
\* При одновременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-29-54. Предложение действительно с 01.03.24 по 31.05.24 г. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ): **8 (800) 500-29-54**

# 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»

«Летающее» 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 резинок

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

Лот 143 0774 Релакс Лот 151 4528 Отдых



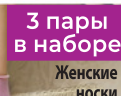
Мужские носки «Релакс»

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.

+ ПОДАРОК 790 Р



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

МОЙ МИР

Заказ на [moymir.ru](http://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 шоппинг раша», ОГРН 1137746372290, адрес: РФ, 111024, г. Москва, вн. тер. г. муниципальный округ Лефортово, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6, этаж 4, помещ. 2. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок, срок службы, срок годности в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок действия акции с 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](http://www.moymir.ru) (0+). Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода ТЕЛ\_142\_24\_КРОС. Реклама.