

МК

№46 (1168)

11 ноября ► 17 ноября 2019

ТВ

алла ПУГАЧЕВА

забыла о диете

►45

настя ЗАДОРОЖНАЯ:

«Боюсь уколов красоты»

►42

Эвелина БЛЁДАНС

о возрасте,
воспитании детей
и образе медсестры

►38

сергей ЖУКОВ:

«Многодетный отец — это прекрасные,
непередаваемые ощущения»

►6



ДРУЗЬЯ НЕДЕЛИ

Актеры из сериала «Друзья», возможно, все-таки снова встретятся на экране. Однако о продолжении популярного ситкома речи не идет. Дженифер Энистон призналась, что она с коллегами рассматривает разные варианты, так как им бы очень хотелось сыграть всем вместе в каком-нибудь новом проекте.

ЦИФРА НЕДЕЛИ

5МЛН РУБЛЕЙ

будет стоить выступление Светланы Лободы или Стаса Михайлова на новогоднем корпоративе. Ольга Бузова и Дима Билан скромнее: они готовы спеть за три миллиона. Григорий Лепс берет семь миллионов рублей. А самым дорогим окажется выступление Сергея Шнурова и группы «Ленинград» — десять миллионов шестьсот тысяч.

ЦИТАТА НЕДЕЛИ



«У МЕНЯ СЛУЧАЛИСЬ НЕСУРАЗНЫЕ ПОКУПКИ. Я ПОКУПАЮ БЕЛЬЕ КРАСИВОЕ. ЭТО ОЧЕНЬ КРАСИВО. НО Я НЕ НОШУ НИ ТРУСЫ, НИ ЛИФЧИКИ. ОНИ ПРОСТО У МЕНЯ ЛЕЖАТ ДОМА. Я И СЕЙЧАС БЕЗ БЕЛЬЯ».

Любовь УСПЕНСКАЯ
(в шоу Ирины Чесноковой
«Бар в большом городе»).

ДРУЗЬЯ НЕДЕЛИ



ФОТО НЕДЕЛИ

Светлана Бондарчук не стесняется показывать себя настоящую. 50-летняя светская львица поделилась серией снимков, которые многие сочли бы неудачными и никогда не стали бы выкладывать на всеобщее обозрение в соцсети. «Не люблю фотошоп. В жизни потом могут не узнать», — подписала фотографии Светлана.



У
Павел Гусев
Г СЁ ЛБ
Илья Легостаев
О Я СЁЯ Л
Роман Павлов

Д НЁ
Александр Кобзев

Б Л Б
Екатерина Шлыкова

Р Д Я З :
Геннадий Авраменко,
а также: AP, REUTER

РН : ЗАО
«Р А З Е Ч Н С
«А Б Я Б Я Л Ё А Б Я Г Б З»:

123995, город Москва,
улица 1905 года, дом 7, строение 1
тел.: (495) 609-44-33, (495) 609-44-44
<http://www.mk.ru>

Подписной индекс 42573

Свободная цена

Журнал отпечатан в ОАО

«Московская газетная

типоверия»: 123995

город Москва, улица 1905 года,

дом 7, строение 1

Заказ 2745

Дата выхода в свет:
еженедельно по вторникам

С П В О
Я К Б Я Е :
ООО «Агентство МК»
тел. 8(495) 665-40-80

Р Л Г :
Рекламное агентство «О'Кей»,
Ирина Красильникова,
тел.: 781-47-34,
8(499)259-51-16,
e-mail: mkb.ok@mk.ru
Отдел по работе с РА: тел. 781-47-41

Выпуск осуществлен при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям.
Свидетельство о регистрации СМИ ПИ № ФС77-42975 от 10 декабря 2010 года выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).
Тираж: 290 000

**ЖВЕЛРНА РОА ЧЕНКО
ОСЛЕВЕДУ АЯ**
«ГОГОЛЬ-ЦЕНТР», 24 ОКТЯБРЯ

**А АРРЯ У АЛАЕВА
АКОРРСА**
«ОКТЯБРЬ», 28 ОКТЯБРЯ

**СВЕОЛНАКАА ГРНА
АКОРРСА**
«ОКТЯБРЬ», 23 ОКТЯБРЯ

Бри разно-
калиберные
кинопремьеры
и три попыт-
ки войти в
московскую
осень с боль-
шим достоин-
ством.

**НАУ Р
ЖКСПЕРО**

весьма нервно
отреагировали
на красную
сумку и по-
разному поняли
леопардовую
шубу. На то он и
леопард, чтобы
сеять сомнения.



**Анастасия
Бойченко**

модный эксперт
журнала
«Мэ-Бульвар»



**Илья
Легостаев**

главный
редактор
журнала
«Мэ-Бульвар»

Геннадий АВРАМЕНКО



Анастасия: зогда хочет-
ся быть одновременно
остромодной, дерзкой, иронич-
ной, непафосной и естественной,
лучше всего оставаться дома. А то
люди могут подумать, что ты наря-
жалась фриком, но забыла снять
любимый свитер.



Илья: Леопард и вини-
ловые брюки — серьез-
ная заявка на образ главной
рок-звезды вечеринки. Сапоги,
а особенно когда в них заправ-
лены брюки, выглядят не ахти как
крутко, но в целом все это скорее
весело, чем страшно.



Геннадий АВРАМЕНКО



Геннадий АВРАМЕНКО

**СВЕОЛНАКАА ГРНА
АКОРРСА**
«ОКТЯБРЬ», 23 ОКТЯБРЯ



Илья: Мы не уверены, что
сейчас сезон для такой
обуви, но даже эта странность
не отменяет главного. А заклю-
чается оно в том, что у Эвелины,
во-первых, есть безупречный
брючный костюм, во-вторых, она
знает, как сделать его нескуч-
ным.



Анастасия: Наконец-то
широкие брюки правиль-
ной длины — отрадно, что в стра-
не есть хотя бы одна женщина,
владеющая этим тайным знанием.
А елает ей не хворать — воз-
можно, в этом поможет отказ от
открытых туфель.



Илья: Можно предпо-
ложить, что классическое
пальто и лоферы показались
Светлане уж слишком строгими
и она решила добавить искринку
в виде этой сумки. Готя для этого
предмета есть более правильное
применение — его лучше кому-
нибудь подарить.



Анастасия: «А зачем так
кричать-то?» — хочется
спросить при виде этой сумки.
До касается остального, надето-
го на Светлане, по отдельности к
вещам особых претензий нет, но
образ производит впечатление
разобранного конструктора.



Мото: Геннадий АВАМОНЗО, текст: Лильяна з АЛАШН з ОВА

КИНОПРЕМЬЕРА, « ыюббл», 28 ыюббл



▲ «Оли бы у меня был сейчас свободный час, я бы пошел в спортзал и позанимался, — признался «Мэ-Бульвару» зурцын. — А вообще приходится тренироваться даже в поездах, самолетах, в вагончике на скромной площадке, у меня там всегда есть какие-то приблуды. к не шучу». закие здесь шутки? Одного взгляда на момана вполне достаточно, чтобы понять, насколько он серьезен в вопросах физподготовки.

► г лия Снигирь и Вадим й ыганов выходят к прессе без особой радости. х если г лия удачно скрывает свое отношение к рутине при помощи улыбки, то Вадим не делает вид, что ему радостно, при виде фотографов. А шапочка стала настоящим хитом вечера. з ней и правда есть вопросы.

КИНОПРЕМЬЕРА, «ЮББЭЛ», 27 ЮББЭЛ



▲ Актер Михаил Башкатов довольно часто выводит в свет своих сыновей, можно сказать, приучает к медийной жизни с юности. Девятилетний Бимофей и семилетний Медор уверенно себя чувствовали на красной дорожке и с удовольствием позировали фотографам. Младшего, трехлетнего Степана, решено было все-таки оставить дома с мамой, но поклонники уверены, что в следующем году семья появится уже в полном составе.



▲ Дети Милиппа зиркорова, видимо, считают себя достаточно взрослыми для того, чтобы вести светскую жизнь без помощи своего знаменитого папы. Зонечно, на премьеру они приехали не одни, но на красной дорожке обошлись без ассистентов. Наблюдатели сошлись во мнении, что еще немножко — и детишки будут выглядеть моднее своего отца.

▲ Катерина Шпица начала выводить на красные дорожки маленького Германа с детсадовского возраста. Впрочем, как признавалась артистка, ребенок не очень любит подобные вечеринки, но зато любит приключенческие фильмы. Так что в данном случае мальчик с удовольствием составил компанию своей маме.

КУМИР ДЕВЯНОСТИБ, ФРОНТМЕН ГРУППЫ «РУКИ ВВЕРБО» СЕРГЕЙ ЖУКОВ РАССКАЗАЛ «МК-БУЛЬВАРУ», КАК, ДОСТИГНУВ ВЕРШИН НАРОДНОЙ ЛЮБВИ, НЕ СОЙТИ С УМА, СОБРАНИТЬ СЕМЬЮ И БЫТЬ ПРОСТО СЧАСТЛИВЫМ ЧЕЛОВЕКОМ. А ТАКЖЕ ОБ УСТАЛОСТИ В ПРОФЕССИИ, АМБИЦИЯБ И ЛУЧШЕМ ОТПУСКЕ.

— Сергей, вы помните тот момент, когда решили, что станете музыкантом?

— Свою первую группу я сколотил, когда мне было четырнадцать лет. Она называлась «Вася». Лже тогда мы ездили с гастролями по местным Домам культуры и танцевальным площадкам. x , конечно, мечтал, что вскоре мои песни заиграют по радио, а группа будет собирать стадионы. Мечта сбылась.

— У вас были кумиры в профессии?

— Не поверите, в детстве мне очень нравился Богдан Битомир. Л меня даже висели плакаты в комнате, с его изображением Элы-баетсящНу а главным кумиром в уже более взрослом возрасте, лет в шестнадцать, стали 2Unlimited и их солист мэй Слэнгارد. Сегодня в музыкальном мире, как нашем, так и зарубежном, кумиров нет. Оть, наверное, артисты мирового уровня, шоу которых меня впечатляют, те исполнители, на которых хочется равняться. x я с удовольствием хожу на их концерты, даже могу подсмотреть какую-нибудь фишку.

— Столько лет на сцене, постоянные гастроли — усталости нет?

— В этом году будет 23 года, как существует группа «руки вверх», мы готовим новую концертную программу. зонечно, усталость есть, и гастрольная жизнь сильно выматывает, а в месяц у нас может быть до двадцати концертов, но когда я выхожу на сцену перед тысячами поклонников, то в один момент проходит вся усталость, и ты заряжаешься этой бесконечной энергией зала.

— Многие до сих пор пытаются понять: в чем секрет такого успеха ваших песен?



СЕРГЕЙ ЖУКОВ:

«ЕСЛИ БЫ Я НАЧИНАЛ СЕЙЧАС, ТО ПРИШЛОСЬ СОКРАТИТЬ СВОЕ ИМЯ ДО СЕРЕЖА ЖУ»

Бекст: Виталий БмОДазх С



66 Я ЕЮ Е В ШКОЛЕ МЕЧТАЛ, ЧТО МОИ ПЕСНИ ЗАИГРАЮТ НА РАДИО, А КОНЦЕРТЫ БУДУТ СОБИРАТЬ СТАДИОНЫ

— к думаю, что как такого секрета нет, просто люди проецируют наши песни на свою жизнь. Если мы возьмем поколение двухтысячных, то многие под наши песни влюблялись, женились, расставались и даже рождались. Сейчас эти поклонники испытывают хорошую ностальгию по молодому и беззаботному времени. Многие приходят на наши концерты уже с детьми. Аудитория группы постоянно растет, что не может не радовать.

— **Х**у, кстати, есть и те, на кого «Муки вверху» действуют как красная тряпка на быка... — Гейтеры будут всегда — это их «работа». А у меня не так много свободного времени думать об этом.

— **Я**огда вы получаете награды, какие испытываете ощущения?

— В такие моменты я безумно благодарен нашим поклонникам за их любовь и преданность на протяжении стольких лет. Всегда благодарю их со сцены!

— **М**ои но ли вас называть амбициозным человеком?

— Наверное. Каждый год я ставлю перед собой новые цели — как в

творчестве, так и бизнесе. К примеру, прямо сейчас мы снимаем новый клип на песню «к большой тобой», и ох-х-х что мы задумали! — такого от «муки Вверху» точно никто не ожидает

— **Ф**отличие от многих коллег вы обошлись без псевдонима. **Б**очему?

— Если бы начинал сейчас и был бы вайнером или блогером, то пришлось сократить свое имя до Сережа Ау, но, слава богу, мы начинали в девяностые. Когда важнее было название группы придумать, а не псевдоним.

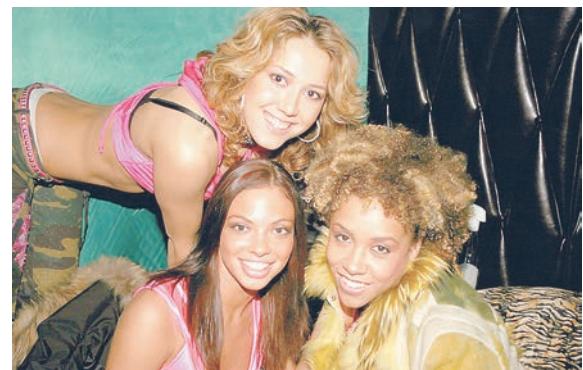
— **У**то сегодня ставите во главу угла, общаясь, работая с другими артистами?

— Профессионализм — это действительно очень важно.

— **Я**стати, а у вас есть ученики?

— В конце девяностых мы сделали собственный лейбл «Ляшущие человечки» и занимались продюсированием. К думаю, что участники проектов, которыми мы занимались и выпускали, были в какой-то степени нашими учениками: «Бурбомода», «Лацаны», Revolvelers, «Акула», «Мактор-2» и другие. Это те, о ком я знаю. Но

Супер-популярный дуэт «Руки вверх» и не менее известная группа «Сливки». Спустя годы Сергей Жуков и Регина Бурд (внизу в центре) станут парой.



есть еще немало открытий. К примеру, очень модный сегодня Медук не так давно признался мне, что рос и начинал творить на моих треках.

— **Я**к вы думаете, в чем главное отличие маститых мастеров эстрады от молодых артистов?

— Сейчас очень много классных и талантливых молодых артистов, и в эру интернета слушатели могут спокойно выбирать — навязать что-то свое становится сложнее. Но, как правило, эти молодые артисты популярны благодаря одному или двум хитам, а потом пропадают с горизонта. Написать хит сложно, угадать с конъюнктурой сложно, но можно. Гораздо сложнее — оставаться в топе долгие годы. Нроверку временем выдерживают не все.

— **Ф**ашу семейную пару с Мегиной Уурд, экс-солисткой группы «Сливки», называют одной из самых счастливых в



отечественном шоу-бизнесе — это действительно так?

— Мне не хочется сравнивать нашу семью с другими. Мы больше десяти лет вместе, но по-прежнему уважаем и доверяем друг другу. Несмотря на мой сложный гастрольный график, мы постоянно на связи с мегиной и детьми, я знаю, как прошел у них день и чем они занимались. мегина помимо семьи еще успевает заниматься семейным бизнесом — сетью кондитерских, за что я ей очень благодарен.

— Уего больше в семейном союзе двух музыкантов — плюсов или минусов?

Сергей с женой Региной, дочкой Никой и сыновьями Энджелом и Мироном.



ПРИЕЗЖАЕШЬ С ГАСТРОЛЕЙ, ДЕТИ НАЧИНАЮТ ТЕБЯ ОБНИМАТЬ. В ТАКИЕ МОМЕНТЫ Я МОГУ ДАЖЕ ЗАПЛАКАТЬ

— маз мы вместе, то, значит, больше плюсов, и нам удается столько лет быть на одной музыкальной волне Элыбаетсящ

— як произошло ваше знакомство с будущей супругой Мегиной? с слышал, что вы встретились давне не в Мессии...

— Мы познакомились на гастролях в ночном клубе в Феване. Но самое интересное, что наши концер-

ты перенесли, и мы провели вечер вместе в ресторане, где много общались. н отом все разехались по своим делам, но мне все-таки удалось найти номер мегины — так все и закрутилось Элыбаетсящ

— Споры на творческой почве или бытовой случаются часто?

— зонечно, и споры случаются, но скорее в бытовом вопросе, чем в творческом. н правда, мы быстро



66 МОЯ СТАРШАЯ ДОЧЬ САША СЕЙЧАС ЖИВЕТ В АМЕРИКЕ, НО КАЖДЫЙ ГОД МЫ ВСЕ ВМЕСТЕ ПРОВОДИМ ОТПУСК

улаживаем такие ситуации и договариваемся между собой.

— які ви з Мегіній дома?

— Дома мы — родители, потому что стараемся максимально проводить свободное время вместе с детьми. Мы очень ценим такие моменты. Если выдается пара выходных дней, то мы сразу стараемся выезжать за город.

— якога вы поняли, что бизнесмена в вас столько было, сколько и музыканта?

— Во мне всегда была предпринимательская жилка, и я понимаю, что всю жизнь присутствовать на сцене не смогу, поэтому и начал заниматься параллельно другими проектами, которыми очень доволен. Наша сеть караоке-баров раскинулась по всей стране — от Москвы и Санкт-Петербурга до Краснодара, на очереди уже Краснодар и Дубай. Бакже в апреле этого года мы запустили новый проект в Симферополе — для настоящих любителей шаурмы и донеров.

— яако быть многодетным папой: х ика, ч ндь ел, Мирон, а ец е старшая дочь л лек-сандр?

— Это прекрасные, непередаваемые ощущения. Особенно когда

приезжаешь домой с гастролей и дико соскучился по детям, а они начинают все тебя обнимать, — в такие моменты я могу даже заплакать. Старшая дочь Саша живет в Америке, и мы постоянно на связи; каждый год вместе ездим в отпуск, она приезжает к нам, когда получается выбраться в москву.

— як появілися необычные имена младших детей?

— Ника и Мирон — достаточно популярные имена в наше время, а вот у Энджела есть своя история. Мы были в Израиле, когда мегина была беременна, к ней подошел священник, положил руку на живот и сказал: «Любовь там ангел». Мы сразу обратили внимание на его слова — так и назвали сына: Энжел.

— фы стали амбассадором в Миссии всемирно известных детских телеканалов. Сами часто смотрите мультфильмы?

— Мы смотрим Nickelodeon и Nick Jr. всей семьей. Иногда нас просто невозможно оттащить от экрана. Мультсериалы этих каналов популяризируют важные для детей и родителей ценности — такие, как дружба, доброта и взаимовыручка. Они помогают познавать мир, развиваться.

Сергей Жуков со старшей дочерью Сашей. 2008 год.

— як вы находите взаимопонимание с детьми? Уточните? Учите? ш чому они учат вас?

— Самое главное в воспитании детей — это любовь родителей, честность и доверие. Например, у нас не принято в семье повышать голос. А еще мы очень любим наши семейные традиции, вечерами собираемся все вместе, устраиваем чаепитие с разными вкусняшками и начинаем делиться друг с другом: можем обсудить какие-то проблемы, ситуации, желания и даже мечты. В такие моменты дети не стесняются говорить и учиться доверять взрослым. А этим летом, в Америке, мы устраивали для девочек всевозможные активности, чтобы даже в отпуске они могли развиваться и обучаться. Это было весело и продуктивно.

— ято из детей собирается иди по вашим стопам?

— Ника у них прекрасное время, когда они могут все попробовать и определиться. Ника серьезно занялась танцами, выпустила уже два танцевальных клипа и планирует развиваться в этом направлении. Остальные пока в поисках.





РОССИЯ 1



5



РОССИЯ

МАТЧ!

СТС



- 06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...». Ростов Великий
07.00 Новости культуры
07.05 «Передвижники. Илларион Прянишников»
07.30 Новости культуры
07.35 «Легенды мирового кино». Грейс Келли
08.10 Красивая планета. «Франция. Историческая крепость Каркасонн»
08.25 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНЯТЬ НЕЛЬЗЯ» (СССР, 1979). 1-я серия
09.30 «Другие Романовы». «Легко ли быть великим князем?»
10.00 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 100 лет со дня рождения Ефима Березина. ХХ век. Таралунька и Штепсель в музикальном фильме «ОТ И ДО».
12.25 Власть факта. «Большой скачок»
13.05 «Энциклопедия загадок». Д/с «Тайна калевянской колокольни»
13.30 «Маркус Вольф. Разведка в лицах». Д/ф
15.00 Новости культуры
15.10 Агора
16.10 «МОРСКОЙ ВОЛК» (ССР, 1990). Реж. Игорь Асанян. В ролях: Любомирас Лауцивич, Андрей Руденский, Елена Финогеева, Николай Чиндякин, Алексей Серебряков и др. Драма. 1-я серия
17.45 Исторические концерты. Скрипка. Давид Ойстрах
18.45 Власть факта. «Большой скачок»
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.30 Спокойной ночи, малыши!
20.45 «Мечты о будущем». Д/с (Франция). «Развлечения будущего»
21.40 Сати. Нескучная классика...
22.20 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНЯТЬ НЕЛЬЗЯ» (ССР, 1979). Детектив. 2-я серия
23.40 Новости культуры
00.00 Открытая книга. Андрей Аствацатуров. «Не кормите и не трогайте пеликанов»
00.30 Власть факта. «Большой скачок»
01.10 ХХ век. Таралунька и Штепсель в музикальном фильме «ОТ И ДО».
02.20 «Алтаны. В поисках истины». «Будущее Земли – гибель или новое рождение?»
02.45 Две времена. Альбрехт Дюрер. «Меланхолия»

- 06.00 «Вся правда про...» Документальный цикл (12+)
06.30 «Играем за вас» (12+)
07.00 Новости
07.05 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
08.55 Новости
09.00 Футбол. Чемпионат Испании. «Бетис» – «Севилья» (0+)
11.00 Новости
11.05 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
11.35 Футбол. Чемпионат Италии. «Парма» – «Рома» (0+)
13.35 Инсайдеры (12+)
14.05 «Сезон больших сомнений». Специальный репортаж (12+)
14.35 Новости
14.40 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
15.40 Смешанные единоборства. Yellator. Джон Солтер против Костелло ван Стениса. Мухаммед Лаваль против Эндрю Капеля. Трансляция из США (16+)
17.40 «Сборная России в лицах». Специальный репортаж (12+)
18.00 Новости
18.05 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
19.05 «Большой мини-футбол». Специальный репортаж (12+)
19.25 Мини-футбол. «Гариматч» – чемпионат России. КПРФ (Москва) – «Динамо-Самара». Прямая трансляция из Москвы
21.25 На гол старше (12+)
21.55 Новости
22.00 Тотальный футбол
23.00 «Локомотив» – «Краснодар». Специальный репортаж (12+)
23.20 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
23.50 «КРАДУЩИЙСЯ ТИГР, ЗАТАИВШИЙСЯ ДРАКОН» (Тайвань–Гонконг–США–Китай, 2000). Фэнтези (12+)
02.00 «Бату». Д/ф (12+)
03.00 Смешанные единоборства. Yellator. Джон Солтер против Костелло ван Стениса. Мухаммед Лаваль против Эндрю Капеля. Трансляция из США (16+)
05.00 Самые сильные (12+)
05.30 «Жестокий спорт». Документальный цикл (16+)

- 06.00 Ералаш (0+)
06.15 «Том и Джерри». М/с (0+)
06.40 «Драконы. Гонки по краю». М/с (6+)
07.30 «Уральские пельмени». Смеховод (16+)
08.25 Русские не смеются (16+)
09.30 «Ранго» (США, 2011). Полнометражный анимационный фильм (0+)
11.40 «Моана» (США, 2016). Полнометражный анимационный фильм (5+)
13.50 «ДЫЛДЫ» (Россия) (16+)
19.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» (Россия) (16+)
19.50 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН» (США, 2001). Реж. Тим Бертон. В ролях: Марк Уолберг, Тим Рот, Хелена Бонем Картер, Майкл Кларк Дункан и др. Фантастика (12+)
22.05 «НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ» (США, 2003). Реж. Дэннис Дуган. В ролях: Мартин Лоуренс, Стив Зан, Колм Фиори, Билл Дьюк, Эрик Робертс и др. Боевик (12+)
23.55 «Кино в деталях» с Федором Бондарчуком (18+)
00.55 «ПРОИГРАННОЕ МЕСТО» (Россия, 2018). Реж. Надежда Михалкова. В ролях: Алексей Дякин, Анна Михалкова, Ирина Мартыненко, Никита Еленев, Алексей Мартынов и др. Триллер (18+)
02.40 Супермамочка (16+)
03.30 «МОЛОДЕЖКА» (Россия) (16+)
05.05 Ералаш (0+)

ТНТ

- 07.00 ТНТ. Штд (16+)
09.00 Дом-2. 2-я (16+)
10.15 Дом-2. Остров любви (16+)
11.30 Бородина против Бузовой (16+)
12.30 Дом-2. Спаси свою любовь (16+)
13.30 Танцы (16+)
15.35 «УНИВЕР» (Россия) (16+)
17.00 «ИНТЕРНЫ» (Россия) (16+)
19.00 «ХУКИ» (Россия) (16+)
20.00 «ПОЛЯРНЫЙ» (Россия) (16+)
21.00 Где логика? (16+)
22.00 Однацды в России (16+)
23.00 Дом-2. Город любви (16+)
00.05 Дом-2. После заката (16+)

- 01.05 «ДЕВЯТЬ МЕСЯЦЕВ» (США, 1995). Реж. Крис Коламбус. В ролях: Хью Грант, Джудианна Мур, Том Арнольд, Джоан Кьюсак, Джекф Годблум и др. Комедийная мелодрама (12+)
03.00 «ЛУКОВЫЕ НОВОСТИ» (США, 2008). Реж.: Том Кунц, Майк Магвайр. В ролях: Дэниэл Чакон, Кен Такумото, Стивен Сигал и др. Комедия (16+)
04.20 Открытый микрофон (16+)
06.10 ТНТ. Vest (16+)

КИРУССаб



- 22.00 «Губка Боб. Квадратные штаны». М/с (6+)
22.25 «Дикие скричеры!» М/с (6+)
22.50 «Гормити». М/с (6+)
23.15 «?УХ – Битвы маленьких гигантов». М/с (12+)
23.35 «С.О.Б.Е.З.». М/с (6+)
00.55 «Нильс». М/с (0+)
01.45 «Отряд джунглей спешит на помощь!». М/с (6+)
02.45 «Пингвиненок Пороро». М/с (0+)
03.45 «Смурфики». М/с (0+)
- 05.00 Территория заблуждений (16+)
06.00 Документальный проект (16+)
07.00 С добрым утром! (16+)
08.30 Новости (16+)
09.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект (16+)
11.00 Как устроен мир (16+)
12.00 Информационная программа Н2 (16+)
12.30 Новости (16+)
13.00 Загадки человечества (16+)
14.00 Невероятно интересные истории (16+)
15.00 Документальный спецпроект (16+)
16.00 Информационная программа Н2 (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 Тайны Чапман (16+)
18.00 Самые шокирующие гипотезы (16+)
19.00 Информационная программа Н2 (16+)
19.30 Новости (16+)
20.00 «ЗВЕЗДНЫЙ ПУТЬ» (США–Германия, 2009). Реж. Джей Джей Абрамс. В ролях: Крис Пайн, Закари Куинто, Зои Салдана, Карл Урбан, Эрик Бана, Антон Ельчин, Саймон Пегг и др. Фантастический боевик (16+)
22.20 Водить по-русски (16+)
23.00 Новости (16+)
23.30 Неизвестная история (16+)
00.30 «ИГРА ЭНДЕРА» (США, 2003). Реж. Гэвин Худ. В ролях: Эйса Баттерфилд, Харрисон Форд, Бен Кингсли и др. Фантастический боевик (12+)
02.30 «ДВЕТ НОЧИ» (США, 1994). Реж. Ричард Раш. В ролях: Брюс Уиллис, Джейн Марч, Рубен Бладес и др. Триллер (16+)
04.20 Территория заблуждений (16+)



06.30 Удачная покупка (16+)

06.40 Присяжные красоты (16+)

07.40 По делам несовершеннолетних (16+)

08.40 Давай разведемся! (16+)

09.45 Тест на отцовство (16+)

10.45 Реальная мистика (16+)

12.40 Понять. Простить (16+)

14.30 Порча (16+)

15.00 «СЛУЧАЙНАЯ НЕВЕСТА» (Россия, 2018). Мелодрама (16+)

19.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-4» (Украина) (16+)

23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО» (Россия) (16+)

01.55 Порча (16+)

02.25 Понять. Простить (16+)

03.45 Реальная мистика (16+)

05.20 Тест на отцовство (16+)

06.10 6 кадров (16+)



che!

06.00	Мультфильмы (0+)	16.20	Открытый эфир (12+)
07.30	Дорожные войны (16+)	18.00	Новости дня
12.00	Опасные связи (16+)	18.30	Специальный репортаж (12+)
13.00	Идеальный ужин (16+)	18.50	«Оружие мира. 100 лет Михаилу Калашникову».
14.00	Остановите Вито! (16+)	Д/с. 1-я серия. (12+)	
15.00	«КОСТОЛОМ» (Великобритания—США, 2001). Реж. Барри Скоттник. В ролях: Винни Джонс, Дэвид Келли, Дэвид Хеммингс, Ральф Браун и др. (16+)	19.40	Скрытые угрозы (12+)
17.00	«В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ» (США, 1996). Реж. Жан-Клод Ван Дамм. В ролях: Жан-Клод Ванн Дамм, Роджер Мур, Джеймс Ремар, Джанет Ганн, Джек МакГи и др. Боевик (16+)	20.25	«Загадки века». Д/с. «Ночная встреча в Кремле». (12+)
19.00	Дорожные войны (16+)	21.15	Новости дня
20.00	Остановите Вито! (16+)	21.25	Открытый эфир (12+)
21.00	Решала (16+)	23.05	Междум (12+)
23.00	Опасные связи (18+)	23.40	«МУР» (Россия) (16+)
00.00	+100500 (18+)	02.50	«НЕ ЗАБУДЬ... СТАНДИЯ ЛУГОВАЯ» (СССР, 1966). Мелодрама (0+)
01.00	«ДИКИЙ» (Россия) (16+)	04.10	«ССОРА В ЛУКАШАХ» (СССР, 1959). Мелодрама (0+)
04.15	Летний видет (16+)		
05.20	Мистерия (Со.)		
06.00	Утреннее вещание		
09.45	Язык быти (12+)		
10.00	Новости (25+)		



- 06.00 Мультфильмы (0+)
- 09.20 «СЛЕПАЯ» (Россия) (16+)**
- 11.00 Гадалка (16+)
- 12.00 Не ври мне (12+)
- 15.00 Мистические истории (16+)
- 16.00 Гадалка (16+)
- 17.00 Знаки судьбы (16+)
- 17.35 «СЛЕПАЯ»**
(Россия)

18.40 «МЕНТАЛИСТ»
(США) [12+]

21.15 «ОБМАНИ МЕНЯ»
(США) [12+]

23.00 «ПЕЩЕРА»
(США—Германия—
Румыния, 2005).
Ужасы [16+]

01.15 «ДОБРАЯ ВЕДЬМА»
(США—Канада) [22+]

06.00 Сегодня утром (12+)
08.00 Новости дня
08.20 Специальный репортаж (12+)
08.35 Не факт! (6+)
09.05 «ГОНЧИЕ»
(Россия) (16+)
10.00 Военные новости
10.05 «ГОНЧИЕ»
(Россия) (16+)
13.00 Новости дня
13.20 «ГОНЧИЕ»
(Россия) (16+)
14.00 Военные новости
14.05 «ГОНЧИЕ»
(Россия) (16+)
16.20 Открытый эфир (12+)
18.00 Новости дня
18.30 Специальный репортаж (12+)
18.50 «Оружие мира. 100 лет
Михаилу Калашникову».
Д/с 1-я серия. (12+)
19.40 Скрытые угрозы (12+)
20.25 «Загадки века». Д/с.
«Ночная встреча
в Кремле».(12+)
21.15 Новости дня
21.25 Открытый эфир (12+)
23.05 Между тем (12+)
23.40 «МУР» (Россия) (16+)
02.50 «НЕ ЗАБУДЬ...
СТАНЦИЯ ЛУГОВАЯ»

04.10 «СОРА В ЛУКАШАХ»
(СССР, 1959).
Мелодрама (0+)

- 06.00 Утреннее вещание
- 09.45 Яhe iltы (12+)
- 10.00 Новости (16+)
- 10.15 Специальный репортаж (12+)
- 11.00 Новости (16+)
- 11.15 Погода (12+)
- 11.20 ГОСТ (12+)
- 11.45 Яhe iltы (12+)
- 12.00 Новости (16+)
- 12.15 Доктор 24 (12+)
- 12.45 Новости (16+)
- 12.50 Погода (12+)
- 13.00 Новости (16+)
- 13.15 Сеть (12+)
- 13.35 Прямо и сейчас (16+)
- 14.00 Новости (16+)
- 14.15 ГОСТ (12+)

- 14.40 Яне быть (12+)
- 14.45 Погода (12+)
- 15.00 Новости (16+)
- 15.15 Торги Москвы (12+)
- 15.35 Примо и сейчас (16+)
- 16.00 Новости (16+)
- 16.15 Сеть (12+)
- 16.30 Познавательный фильм (12+)
- 17.00 Новости (16+)

17.10 Доктор 24 (12+)
17.50 Погода (12+)
18.00 Новости (16+)
18.15 Сеть (12+)
18.35 Прямо и сейчас (16+)
19.00 Новости (16+)
19.02 Москва сегодня (16+)
19.15 Новости (16+)
19.30 Спорная территория (12+)
19.50 Яне ыты (12+)
20.00 Новости (16+)
20.30 Рейд (16+)
21.00 Новости (16+)
21.15 Московский патруль (16+)
21.30 Специальный репортаж (12+)
22.00 Новости (16+)
22.20 Спорная территория (12+)
22.40 Новости (16+)
23.00 Вечер (16+)
00.00 Новости (16+)
00.15 Московский патруль (16+)
00.25 Рейд (16+)
01.00 Новости (16+)
01.15 Специальный репортаж (12+)
01.35 Московский патруль (16+)
02.00 Вечер (16+)
03.00 Новости (16+)
03.15 Торги Москвы (12+)
03.30 Фанимани (12+)
04.00 Новости (16+)
04.15 Московский патруль (16+)
04.30 Специальный репортаж (12+)
05.00 Новости (16+)
05.15 Яне ыты (12+)
05.20 Погода (12+)
05.30 Доктор 24 (12+)



05.00 «Жужики». М/с (6+)
05.25 «Мини-Малпеты». М/с (0+)
05.45 «Доктор Плюшева: Клиника для игрушек». М/с (0+)
06.10 «Сабрина — маленькая ведьма». М/с (6+)
06.35 «Зак Шторп — Суперпират». М/с (6+)
07.05 «Утиные истории». М/с (6+)
07.35 «Пес Пэт». М/с (6+)
07.40 «Герои в масках». М/с (0+)
08.15 «ПУПС». М/с (0+)
08.50 «Удивительная Ви». М/с (6+)
09.20 «София Прекрасная». М/с
09.50 «Елена — принцесса Авалора». М/с (0+)
10.20 «Хранитель Лев». М/с (0+)
11.00 «Дружные мопсы». М/с (0+)
11.25 «ПУПС». М/с (0+)
12.00 «Большое путешествие». М/ф (0+)
13.40 «Улица Далматинцев, 101». М/с (6+)

14.45	«Закон Мерфи». М/с [12+]
17.45	«Гравити Фолз». М/с [12+]
18.45	«Город героев: Новая история». М/с [6+]
19.10	«Амфибия». М/с [12+]
19.30	«Дыланекон дыпа». М/ф [0+]
21.30	«Гравити Фолз». М/с [12+]
22.00	«МОГУЧИЕ РЕЙНДЖЕРЫ: ЗВЕРОМОРФЕРЫ» (США) [12+]
22.30	Правила стиля [6+]
23.00	«Человек-Паук». М/с [12+]
00.00	«Великий Человек-Паук». М/с [12+]
01.00	«Отель Трансильвания». М/с [12+]
03.05	«Не бей копытом». М/ф [0+]
04.15	Музыка на Канале 7 Disney [5+]



08.45 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
 10.25 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
 12.05 «ДОКТОР КТО» (16+)
 13.50 «Монстры на каникулах». М/ф (6+)
 15.30 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ» (16+)
 16.25 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
 18.05 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
 19.35 «ДОКТОР КТО» (16+)
 21.20 «АМНЕЗИЯ» (16+)
 23.00 «АМЕРИКАНСКИЕ БОГИ» (18+)
 01.05 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
 02.45 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
 04.25 «Монстры на каникулах». М/ф (5+)



05.00 Адская кухня (16+).
 07.30 Хипера plus чарт (16+)
08.30 «КЛОН»
 (Бразилия) (16+)
10.30 «ДОРОГИ ИНДИИ»
 (Бразилия) (16+)
 11.30 Мастершеф (16+)
 14.15 Моя свекровь – монстр (16+)
 17.30 Обмен домами (16+)
 20.40 Мастершеф (16+)
 23.35 В теме (16+)
00.05 «МЫСЛИТЬ
КАК ПРЕСТУПНИК»
 (США – Канада) (16+)
02.35 Адская кухня (16+)



05.00 Большие чувства (16+)
 05.10 Олигарх-ТВ (16+)
05.30 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ»
 (США) (16+)
 07.00 Школа доктора Комаровского (12+)
 07.30 Утро Пятницы (16+)
 09.30 Генеральная уборка (16+)
 10.00 Орел и решка.
 Перезагрузка (16+)
 12.00 Орел и решка. Америка (16+)
 13.00 Орел и решка.
 Ильеева ЮБедняков (16+)
19.00 «ТУРИСТИЧЕСКАЯ ПОЛИДИА»
 (Россия) (16+)
22.00 «МЫЛОДРАМА»
 (Россия) (16+)
22.40 «ДОКТОР ХАУС»
 (США) (16+)
 01.30 Пятница Жёвс (16+)
02.00 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ»
 (США) (16+)
 03.40 Магазинно (16+)
 04.40 Рыжие (16+)



УМИДБ ШИМУ ИДЬЦБ

вдійщь Мцло и а дівп увв извМБувп діомімі щиму м
ей Бс діащум, ю рю Мэмэу в извМБа ымп щ щиму мду им
Му к , щ у шкэмвюув ю йль п зцкшєйб п вт, у щдмМ к двББ.
миа М Мушьмей о вумшд Бдюивуус в п віащ

Бекст: х ля ЛФОСБАФ

«х что нам теперь делать?» — громко спрашивает супруга х вана Охлобыстина, сидя за рулём машины, которая сломалась посреди дороги. «Сначала помолиться» — отвечает муж.

х ока трудно сказать, помогут ли молитвы рейтингам нового реалити «Охлобыстины», но затея в любом случае довольно смелая. замеры, установленные дома, и сремка обычной жизни — далеко не новый сюжет, но на публику это по-прежнему действует. зонечно, при условии, если персонажи выбраны интересные.

х интересность г-на Охлобыстина вроде бы сомнений не вызывает. Он весьма экстравагантный гражданин, за словом в карман не лезет, а если прибавить к этому герническое отцовство шестерых детей, то получается прямо блок-

бастер, а не частная жизнь. х в кадре действительно что-то происходит. Домочадцы разговаривают на повышенных тонах, жену упрекают в отсутствии чувства юмора, дети иногда как призывают. Наверное, это даже забавно, если вы не телезритель со стажем и не видели «Семейку Осборнов» в начале нулевых.

Вот там творился настоящий беспредел в самом хорошем смысле. зонечно, можно говорить о разных бюджетах на сремки, пальмах, океане и роскошном особняке в качестве декораций, наконец, о том, что американцы придумали шоу-бизнес, а значит, у них всякая развлечуха получается гораздо лучше. Наверное, все это справедливо, но главное отличие, конечно же, в человеческом факторе. «к вас всех до смерти

люблю, но вы, блин, больные на голову» — кричал Оззи Осборн в своем шоу на жену, детей и собак. х легкое, а иногда и не очень легкое сумасшествие почти всех персонажей было, пожалуй, самым интересным в этом реалити.

В «Охлобыстиных» такого нет и в помине. «Мы самая обычная семья», — говорит х ван и, в общем, никого этим не обманывает. А обычность, как известно, — большой враг реалити. Наверное, обычность Охлобыстина выглядит довольно ярко по среднестатистическим меркам, но тех, кто обладает хотя бы скромным телекругозором, этим не обманешь.





РОССИЯ 1



5

05.00	Доброе утро	05.00	Утро России	06.00	Настроение	05.10	«ВТОРОЙ УБОЙНЫЙ»	05.00	Известия
09.00	Новости	09.00	Вести	08.00	Доктор И... (16+)	06.00	Утро. Самое лучшее (16+)	05.40	«10 негритят.
09.25	Доброе утро	09.25	Утро России	08.35	«ЖЕНЩИНЫ»	08.05	Мальцева (12+)	5 эпох советского	
09.55	Модный приговор (5+)	09.55	«О самом главном».	(СССР, 1965). Реж. Павел	09.00	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (Россия) (16+)	детектива». Д/ф (12+)		
10.55	Жить здорово! (16+)	11.00	Вести	Любимов. В ролях: Нина	10.00	Сегодня	06.30	«ЭНАХАРЬ»	
12.00	Новости (с субтитрами)	11.25	Вести. Местное время	Сазонова, Инна Макарова,	10.20	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (Россия) (16+)	(Польша, 1982). Реж. Ежи		
12.15	Время покажет (16+)	11.45	Судьба человека (12+)	Галина Яцкина, Надежда	13.00	Сегодня	Гофман. В ролях: Ежи		
15.00	Новости (с субтитрами)	12.50	«60 минут».	Федосова, Виталий Соломин	13.25	Обзор.	Биньццкий, Анна Дымна,		
15.15	Давай поженимся! (16+)		Ток-шоу с Ольгой	и др. Мелодрама (0+)	14.00	Чрезвычайное	Томаш Стоянгер, Бернард,		
16.00	Мужское / Женское (16+)		Скабеевой и Евгением	Короли эпизода. Надежда	14.00	Место встречи	Ладыш и др. Мелодрама.		
17.00	Время покажет (16+)	14.00	Поповым (12+)	Федосова (12+)	16.00	Сегодня	С гениальным хирургом		
18.00	Вечерние новости	14.25	Вести	События	16.25	Следствие вели... (16+)	Рафалом Вильчуром		
(с субтитрами)		14.45	Вести. Местное время	11.50	Петровка, 38 (16+)	происходит трагедия,			
18.35	На самом деле (16+)	17.00	«Кто против?». Ток-шоу (12+)	12.05	«КОЛОМБО» (США) (12+)	изменявшая всю его жизнь.			
19.45	Пусть говорят (16+)	17.25	Андрей Малахов. Прямой	13.35	Мой герой.	Уходят жена и дочь, в тот			
21.00	Время		эфир (16+)	14.30	События	же день он оказывается на			
21.30	«ОТЧИМ»	18.50	«60 минут». Ток-шоу	14.50	Город новостей	улице без денег и			
После того как Игорь		Евгением Поповым (12+)	(Великобритания) (12+)	(Великобритания) (12+)	приходится пережить				
лишился должности,		20.00	Вести	17.00	Естественный отбор (12+)	несколько лет скитаний и			
Галицкие решают, как жить		20.45	Вести. Местное время	17.50	События	горя. И все-таки судьба			
далее. Полина сбегает из		21.00	«ДОКТОР РИХТЕР»	18.20	«ОТЕЛЬ «ТОЛЕДО»	поворачивается к нему			
дома: она беременна от		(Россия)	(Россия)	(Россия, 2019). Реж. Юрий	лицом. Найдя приют в				
Виттыки, который не				Полович. В ролях: Елена	семье мельника, он спасает				
подозревает об этом.				Великанова, Максим	его больного сына и				
Полина едет в город,				Щеголев, Любовь Германова	становится членом семьи.				
чтобы просить денег на				и др. Детектив. Известного	Молва о «энхаре»				
аборт. Иван просит Мишку				коллекционера Саакянца	расходится по всей округе				
поехать в Воронежскую				находят мертвым в его	А вскоре он встречает и				
область и найти его дочь				квартире, полной	красивую девушку,				
Машу, по которой очень				античарных ценностей.	похожую на жену (12+)				
скучает. Мишка едет в				Ничего не пропало, кроме					
Воронежскую область, где				недорогой фарфоровой					
выделяет себя за историка,				бездешушки. Александре не					
который пишет очерк о				дает покоя эта мелочь.					
сибириях, воевавших в				И неспроста. Саше придется					
этих краях. Полина после				в очередной раз доказывать					
неудачного разговора с				Грекову, что ее интуиция					
Виттыки, который цинично				никогда не подводит, найти					
относится к новости о ее				кое-что более ценное, чем					
беременности, приходит в				подлинники Вермеера и					
городской дом Галицких и				Пикассо, и раскрыть чужую					
обращается за помощью к				семейную тайну. Но главное,					
Насте.				в чем придется разобраться					
В Воронеже Миша				Саше, — в отношениях с					
знакомится с местной				Грековым. Это окажется					
молодой учительницей				сложнее, чем раскрыть					
Надей. Вместе они				преступление. Тем более что					
выходят на след Ирины и				рядом с Сашей появляется					
Маша — второй семьи				старый друг, настроенный					
Ивана. Миша и Маша				весьма решительно. (12+)					
наконец знакомятся. Маша				22.00	События	19.00	Известия		
обещает приехать к отцу в				22.30	Осторожно, мошенники!	19.40	«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ»		
Сибирь. Миша и Надя				23.05	«Мужчины Юлии Началовой». Д/ф (16+)	(Россия)			
проводят ночь вместе:				00.00	События. 25-й час				
Надя обещает ждать				00.35	Петровка, 38 (16+)				
Мишу. Настя заботится о				00.55	Прощание. Нонна Мордюков» (16+)				
беременной Полине.				01.45	«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ»	(Россия) (16+)			
Выполняя очередное				(Великобритания) (12+)					
поручение бандитов,				03.35	«Мужчины Юлии Началовой». Д/ф (16+)				
Виттыки попадают на				04.20	Осторожно, мошенники!				
крупную сумму. (16+)				Родные паразиты (16+)					
23.30	Вечерний Ургант (16+)	23.15	Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)	04.55	«Атаман Краснов и генерал				
23.55	Премьера.	02.00	«ЛИЧНОЕ ДЕЛО»	Власов». Д/ф (12+)	05.45	Петровка, 38 (16+)			
	«Право на справедливость»	(Россия) (16+)							
01.00	Время покажет (16+)	03.50	«СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ»						
03.00	Новости		(Россия) (12+)						
03.05	Время покажет								
(16+)									



РОССИЯ

МАТЧ!

- 06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...». Горки Ленинские
07.00 Новости культуры
07.05 Правила жизни
07.30 Новости культуры
07.35 «Мечты о будущем». Д/с (Франция). «Развлечения будущего»
08.30 Красивая планета. «Мексика. Исторический центр Морелес»
08.45 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ» (СССР, 1979). 2-я серия
10.00 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 XX век. «Девять новелл о счастье». Д/ф.
12.10 «Первые в мире». Д/с. «Автосани Керресса»
12.25 Тем временем. Смыслы
13.10 «Мир Александры Пахмутовой». Д/ф (Россия, 2019)
13.55 свет времени. Леонардо да Винчи. «Джоконда»
14.05 «Мечты о будущем». Д/с (Франция). «Развлечения будущего»
15.00 Новости культуры
15.10 Эрмитаж
15.40 Белая студия
16.25 «МОРСКОЙ ВОЛК» (СССР, 1990). Драма. 2-я серия
17.30 Красивая планета. «Бельгия. Гранд-палац в Брюсселе»
17.45 Исторические концерты. Скрипка. Артур Грюмбо
18.40 Тем временем. Смыслы
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.30 Спокойной ночи, малыши!
20.45 «Мечты о будущем». Д/с (Франция). «Средства коммуникации будущего»
21.40 Искусственный отбор
22.20 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ» (ССР, 1979). 3-я серия
23.30 свет времени. Карапанаш
23.40 Новости культуры
00.00 «Дотянуться до небес». Д/ф (Россия, 2019). Режиссер Р.Кузьмина
00.40 Тем временем. Смыслы
01.25 XX век. «Девять новелл о счастье». Д/ф.
02.20 «Атланты. В поисках истины». Авторская программа Александра Городницкого. «Откуда ждать беды обитателям нашей планеты — снаружи или изнутри?»
02.45 свет времени. Леонардо да Винчи. «Джоконда»

СТС

- 06.00 «Вся правда про ...». Документальный цикл (12+)
06.30 Играем за вас (12+)
07.00 Новости
07.05 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
08.55 Новости
09.00 Футбол. Российская премьер-лига (0+)
10.50 Тотальный футбол (12+)
11.50 Новости
11.55 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
12.30 Смешанные единоборства. ще пы Джошуа Пасио против Рене Каталана. Стэмп Фэйртекс против Би Нгуен. Трансляция из Филиппин (16+)
14.30 Новости
14.35 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
15.35 Смешанные единоборства. Веллатор. Джеймс Галлахер против Романа Салазара. Трансляция из Ирландии (16+)
17.25 Восемь лучших. Специальный обзор (12+)
17.45 Новости
17.50 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
18.20 КХЛ. Наставники (12+)
18.50 Хоккей. КХЛ. ДСКА — «Спартак» (Москва). Прямая трансляция
22.15 Новости
22.20 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты
23.00 «ГЛАДИАТОР» (США, 1992). Реж. Роуди Херрингтон. В ролях: Джеймс Маршалл, Кьюба Гудинг-мл., Роберт Лоджа и др. Спортивная драма (16+)
0.50 Гандбол. Чемпионат России. Женщины. ДСКА — «Ростов-Дон». Трансляция из Москвы (0+)
02.35 Спортивные танцы. Кубок мира по латиноамериканским танцам среди профессионалов. Трансляция из Москвы (0+)
03.45 Команда мечты (12+)
04.15 «РЕАЛЬНЫЙ РОККИ» (США, 2016). Реж. Филипп Фалардо. В ролях: Айв Шрайбер, Элизабет Мосс, Рон Перлман, Наоми Уоттс и др. Спортивная драма (16+)

ТНТ

- 07.00 ТНТ. Штд (16+)
09.00 Дом-2. ?ite (16+)
10.15 Дом-2. Остров любви (16+)
11.30 Бородина против Бузовой (16+)
12.30 Дом-2. Спаси свою любовь (16+)
13.30 Танцы (16+)
15.35 «УНИВЕР» (Россия) (16+)
17.00 «ИНТЕРНЫ» (Россия) (16+)
19.00 «ЖУКИ» (Россия) (16+)
20.00 «ПОЛЯРНЫЙ» (Россия) (16+)
21.00 Импровизация (16+)
22.00 Шоу «Студия «Союз» (16+)

- 23.00 Дом-2. Город любви (16+)
00.05 Дом-2. После заката (16+)
01.05 «ИДИОКРАТИЯ» (США, 2005). Реж. Майк Джадж. В ролях: Люк Уилсон, Майя Рудольф, Дэйк Шепард, Терри Крюс и др. Фантастическая комедия (16+)
02.40 «МИССИС ДАУТФАЙР» (США, 1993). Реж. Крис Коламбус. В ролях: Робин Уильямс, Салли Файлд, Пирс Броснан, Харви Файерстин и др. Комедия (12+)
04.35 Открытый микрофон (16+)
06.10 ТНТ. Vest (16+)



•Карусель

- 05.00 Территория заблуждений (16+)
06.00 Документальный проект (16+)
07.00 С добрым утром! (16+)
08.30 Новости (16+)
09.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект (16+)
11.00 Как устроен мир (16+)
12.00 Информационная программа Н2 (16+)
12.30 Новости (16+)
13.00 Загадки человечества (16+)
14.00 Невероятно интересные истории (16+)
15.00 Документальный проект (16+)
16.00 Информационная программа Н2 (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 Тайны Чапман (16+)
18.00 Самые шокирующие гипотезы (16+)
19.00 Информационная программа Н2 (16+)
19.30 Новости (16+)
20.00 «СТАРТРЕК: ВОЗМЕЗДИЕ» (США, 2013). Реж. Джей Джей Абрамс. В ролях: Крис Пайн, Закари Кинто, Бенедикт Камбербэтч, Саймон Пегг, Карл Урбан, Зои Салдана и др. Фантастический боевик (12+)
22.30 Водить по-русски (16+)
23.00 Новости (16+)
23.30 Загадки человечества (16+)
00.30 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧНОСТЬ» (США—Гонконг—Китай, 2016). Реж. Джастин Лин. В ролях: Крис Пайн, Закари Кинто, Саймон Пегг, Карл Урбан, Зои Салдана, Джон Чо, Антон Ельчин, Идрис Эльба и др. Фантастический боевик (16+)
02.30 Самые шокирующие гипотезы (16+)
03.20 Тайны Чапман (16+)



06.30 Удачная покупка (16+)

06.40 Присяжные красоты (16+)

07.40 По делам несовершеннолетних (16+)

08.40 Давай разведемся! (16+)

09.45 Тест на отцовство (16+)

10.45 Реальная мистика (16+)

12.40 Понять. Простить (16+)

14.30 Порча (16+)

15.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-4»
(Украина) (16+)

23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО
(Россия) (16+)

01.55 Порча (16+)

02.25 Понять. Простить (16+)

03.45 Реальная мистика (16+)

05.20 Тест на отцовство (16+)

06.10 6 кадров (16+)

06.20 Удачная покупка (16+)



06.00 «СОЛДАТЫ-9»
(Россия) (12+)

06.45 Дорожные войны (16+)

09.00 Остановите Вито! (16+)

10.00 Дорожные войны (16+)

12.00 Опасные связи (16+)

13.00 Идеальный ужин (16+)

14.00 Остановите Вито! (16+)

15.00 «ПОТРОШИТЕЛИ»
(США, 2010). Реж. Мигель
Сапочник. В ролях: Джуд
Лоу, Форест Читакер,
Тиффани Эспенсен и др.
Фантастический боевик (16+)

17.10 «ДРУГИЕ 48 ЧАСОВ»
(США, 2010). Реж. Уолтер



06.00 Мультфильмы [0+)
09.20 «СЛЕПАЯ» (Россия) [16+)
11.00 Гадалка [16+)
12.00 Не ври мне [12+)
15.00 Мистические истории [16+)
16.00 Гадалка [16+)
17.00 Знаки судьбы [16+)
17.35 «СЛЕПАЯ» (Россия) [16+)
18.40 «МЕНТАЛИСТ» (США) [12+)
21.15 «ОБМАНИ МЕНЯ» [12+)
23.00 «НЕЧТО»
(США—Канада, 2011).
Ужасы [16+)
01.15 Человек-невидимка [12+)
05.30 Тайные знаки [12+)

06.00 Сегодня утром (12+)

08.00 Новости дня

08.20 Специальный репортаж (12+)

08.35 Не факт! (6+)

09.05 «ГОНЧИЕ» (Россия) (16+)

10.00 Военные новости

10.05 «ГОНЧИЕ» (Россия) (16+)

13.00 Новости дня

13.20 «ГОНЧИЕ» (Россия) (16+)

14.00 Военные новости

14.05 «ГОНЧИЕ» (Россия) (16+)

16.20 Открытый эфир (12+)

18.00 Новости дня

18.30 Специальный репортаж (12+)

18.50 «Оружие мира. 100 лет Михаилу Калашникову». Д/с. 2-я серия. (12+)

19.40 «Легенды армии». Валентин Селиванов (12+)

20.25 Улица из прошлого (16+)

21.15 Новости дня

21.25 Открытый эфир (12+)

23.05 Междум (12+)

23.40 «ЧУЖКАЯ РОДНЯ» (СССР, 1955). Драма (0+)

1.40 «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» (СССР, 1980). Детектив (0+)

02.50 «СВЕТЛЫЙ ПУТЬ» (СССР, 1940). Музыкальная комедия (0+)

04.25 «СТАРИК ХОТТАБЫЧ» (СССР, 1956). Сказка (0+)



06.00 Утреннее вещание
09.45 Яне Ылты (12+)
10.00 Новости (16+)
10.15 Московский патруль (16+)
10.30 Специальный репортаж (12+)
11.00 Новости (16+)
11.15 Погода (12+)
11.20 ГОСТ (12+)
11.45 Яне Ылты (12+)
12.00 Новости (16+)
12.15 Доктор 24 (12+)
12.45 Новости (16+)
12.50 Погода (12+)
13.00 Новости (16+)
13.15 Сеть (12+)
13.35 Прямо и сейчас (16+)
14.00 Новости (16+)
14.15 ГОСТ (12+)
14.40 Яне Ылты (12+)
14.45 Погода (12+)
15.00 Новости (16+)
15.15 Спорная территория (12+)
15.35 Прямо и сейчас (16+)
16.00 Новости (16+)
16.15 Сеть (12+)
16.30 Жизнь в большом городе (12+)
17.00 Новости (16+)
17.10 Доктор 24 (12+)

17.35 Интервью (12+)
17.50 Погода (12+)
18.00 Новости (16+)
18.15 Сеть (12+)
18.35 Прямо и сейчас (16+)
19.00 Новости (16+)
19.02 Москва сегодня (16+)
19.15 Новости (16+)
19.30 Спорная территория (12+)
19.50 Яне блы (12+)
20.00 Новости (16+)
20.30 Рейд (16+)
21.00 Новости (16+)
21.15 Московский патруль (16+)
21.30 Специальный репортаж (12+)
22.00 Новости (16+)
22.20 Спорная территория (12+)
22.40 Новости (16+)
23.00 Вечер (16+)
00.00 Новости (16+)
00.15 Московский патруль (16+)
00.25 Рейд (16+)
01.00 Новости (16+)
01.15 Специальный репортаж (12+)
01.35 Московский патруль (16+)
02.00 Вечер (16+)
03.00 Новости (16+)
03.15 Сеть (12+)
03.30 Климат (12+)
04.00 Новости (16+)
04.15 Московский патруль (16+)
04.30 Специальный репортаж (12+)
05.00 Новости (16+)
05.15 Яне блы (12+)
05.20 Погода (12+)
05.30 Доктор 24 (12+)



05.00 «Жукики». М/с (Б+)
 05.25 «Мини-Маппеты». М/с (0+)
 05.45 «Доктор Плюшева: Клиника для игрушек». М/с (0+)
 06.10 «Сабрина — маленькая ведьма». М/с (Б+)
 06.35 «Зак Шторм — Суперpirат». М/с (Б+)
 07.05 «Утиные истории». М/с (Б+)
 07.35 «Пес Пэт». М/с (Б+)
 07.40 «Герои в масках». М/с (0+)
 08.15 «ПУПС». М/с (0+)
 08.50 «Удивительная Ви». М/с (Б+)
 09.20 «София Прекрасная». М/с (0+)
 09.50 «Елена — принцесса Авалора». М/с (0+)
 10.20 «Хранитель Лев». М/с (0+)
 11.00 «Дружные мопсы». М/с (0+)
 11.25 «ПУПС». М/с (0+)
 12.00 «Не бей копытом». М/ф (0+)
 13.40 «Улица Далматинцев, 10!». М/с (Б+)
 14.45 «Рапунцель: История продолжается». М/с (Б+)
 17.45 «Гравити Фолз». М/с (12+)
 18.45 «Город героев: Новая история». М/с (Б+)
 19.10 «Амфибия». М/с (12+)
 19.30 «История игрушек». М/ф (0+)

21.15 «История игрушек: Забытые временем». М/ф (6+)

21.30 «Гравити Фолз». М/с (12+)

22.00 «МОГУЧИЕ РЕЙНДЖЕРЫ: ЗВЕРОМОРФЕРЫ!» (США) (12+)

22.30 «Семейка Грин в городе». М/с (12+)

23.00 «Человек-Паук». М/с (12+)

00.00 «Великий Человек-Паук». М/с (12+)

01.00 «7 гномов». М/с (6+)

03.05 «Барашек Шон». М/ф (6+)

04.15 Музыка на Канале 7 isney (6+)



- 06.00 «СРЕДИ КАННИБАЛОВ»
(16+)
- 06.55 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА»
(16+)
- 08.25 «ОТЧАЙНЫЕ
ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)
- 09.55 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ»
(16+)
- 10.40 Правила моей кухни (16+)
- 11.40 Правила моей пекарни
(16+)
- 12.45 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА»
(16+)
- 13.30 «РЫЧАЕТ»

15.30 «РУССКАЯ
ВЫХОДИТ ЗАМУЖ»
(США, 2008). Драма (16+)

15.30 «ДУБЛЬ ДВА» (16+)

16.15 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+)

17.45 Проект «Подиум» (16+)

18.30 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА»
(16+)

20.00 «ОТЧАЙНЫЕ
ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)

21.30 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ»
(16+)

22.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР»
(16+)

23.00 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+)

00.00 «ОТЧАЙНЫЕ
ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)

00.45 «ОТЧАЙНЫЕ



- 06.00 «Космонавты». Д/ф (16+)
- 07.50 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ» (16+)
- 08.45 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
- 10.25 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
- 12.05 «ДОКТОР КТО» (16+)

13.50 «Монстры на каникулах-2». М/ф [6+]

15.30 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ» [16+]

16.25 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» [16+]

18.05 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» [16+]

19.35 «ДОКТОР КТО» [16+]

22.05 «АМНЕЗИЯ» [16+]

23.40 «12 ОБЕЗЬЯН» [16+]

01.15 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» [16+]

02.50 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» [16+]

04.20 «Монстры на каникулах-2». М/ф [6+]



05.00 Аджская кухня (16+)
 07.45 В теме (16+)
08.15 «КЛОН» (Бразилия) (16+)
10.15 «ДОРОГИ ИНДИИ»
 (Бразилия) (16+)
 11.15 Мастершef (16+)
 14.15 Моя свекровь — монстр
 (16+)
17.30 Обмен женами (16+)
 20.40 Мастершef (16+)
 23.45 В теме (16+)
00.20 «МЫСЛИТЬ
КАК ПРЕСТУПНИК»
 (США—Канада) (16+)
02.45 Осторожно, няня! (16+)
03.20 Аджская кухня (16+)



05.00 Большие чувства (16+)
 05.10 Олигарх-ТВ (16+)
05.30 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ»
 (США) (16+)
 07.00 Школа доктора
 Комаровского (12+)
 07.30 Утро Пятницы (16+)
 09.30 Бедняков+1 (16+)
 10.10 Орел и решка.
 По морям (16+)
 13.00 Четыре свадьбы (16+)
 16.00 Орел и решка.
 Чудеса света (16+)
 17.00 Орел и решка.
 Перезагрузка (16+)
 19.00 Орел и решка.

18.00 Орел и решка.
Ильеева ЮБедникова (16+)

20.00 Орел и решка.
Чудеса света (16+)

21.00 **«ТУРИСТИЧЕСКАЯ ПОЛИЦИЯ»**
(Россия) (16+)

22.00 **«МЫЛОДРАМА»**
(Россия) (16+)

23.00 **«ДОКТОР ХАУС»**
(США) (16+)

01.30 Пятница Жёвс (16+)

02.00 **«ОЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ»**
(США) (16+)

03.40 Магазинно (16+)

04.40 Рыжие (16+)



Бекст:
кн ШАНГА

ЧАМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ

ГОВОРЯТ, ЧТО ОСЕНЬЮ ПОМИМО ВСЕБ ПРОЧИБ НЕПРИЯТНОСТЕЙ У МНОГИХ ЛЮДЕЙ ПАДАЕТ САМООЦЕНКА. И ТЕПЛАЯ ОДЕЖДА ЗДЕСЬ, К СОЖАЛЕНИЮ, НЕ ПОМОЖЕТ. В ОТЛИЧИЕ ОТ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА. ЧИТАТЕЛЕЙ «МК-БУЛЬВАРА» КОНСУЛЬТИРУЕТ ЕЛЕНА КАЮРОВА, КОУЧ ПО САМОЦЕННОСТИ.

Заниженная самооценка — это такая же проблема, как и уверенность в том, будто вы гении. Мазнича лишь в том, что люди с заниженной самооценкой осознают свою проблему в отличие от тех, кто любит указывать и давать советы, не признает критики других, постоянно хвалит себя и не видит в своем характере недостатков.

Деловека с заниженной самооценкой довольно легко распознать. Бакие люди, как правило, редко повышают голос, а если это происходит, то, скорее всего, по причине эмоционального срыва. В разговоре они часто просят со-

вета, нуждаются в одобрении, но в то же время могут быть мелочными и мстительными. Среди тех, кто себя недооценивает, встречаются перфекционисты — и, конечно, они очень осторожны в своих действиях и суждениях.

Если такого человека похвалить — он на глазах расцветает, а если высказать ему неодобрение, то настроение его падает, начинаются самокопания, которые нередко приводят к апатичным состояниям. Отъя несколько серьезных проблем, с которыми сталкиваются люди с низкой самооценкой.



Неприятие себя. Это может быть как неприятие отдельных частей своего тела или лица, так и себя целиком. Бакже может идти речь о неприятии собственных способностей, талантов, уровня интеллектуального развития и даже манеры изрясяться.

Эмоциональные качели либо застопи. Л страдающих низкой самооценкой регулярно наблюдается эмоциональный дисбаланс — от радости до полнейшей апатии человек может дойти буквально за считанные часы. Л других же, наоборот, бывает длительное зависание в какой-то одной эмоции либо игнорирование эмоций в целом — их тотальный контроль.

Зависимость от мнения окружающих. Людей с низкой самооценкой мнение о себе может меняться в зависимости от того, какую они получают обратную связь от окружающих — одобрение либо порицание.

Зависимость в отношениях. Она может быть как незначительной, так и тотальной. Заждый случай индивидуален, но подобная зависимость указывает на вашу заниженную самооценку.

Обесценивание себя и своих достижений. Деловек с низкой самооценкой не является для себя всегда и везде самым главным. Он может ставить желания и нужды других впереди своих — и ему это не кажется чем-то ненормальным.

Выработать умение относиться к себе обрективно — это немалый труд и часто довольно долгий процесс. Отъять пять важных шагов, которые необходимо пройти.

1. Научиться понимать и выражать свои эмоции.

2. х збавиться от существующих эмоциональных и ментальных зависимостей.

3. х збавиться от страха «быть никем» или «пустым местом».

4. Научиться ценить себя и свои достижения.

5. н ринять себя тем, кем вы являетесь, и понять, кем вам хочется быть. н ричем хочется быть искренне, а не потому, что это навязано социумом.



05.00	Доброе утро	05.00	Утро России	06.00	Настроение	05.10	«ВТОРОЙ УБОЙНЫЙ»	05.00	Известия	
09.00	Новости	09.00	Вести	08.00	Ералаш (6+)	05.35	«ДОЗНАВАТЕЛЬ»	05.35	(Россия)	
09.25	Доброе утро	09.25	Утро России	08.10	Доктор И... (16+)				Выпускник юридического	
09.55	Модный приговор (6+)	09.55	О самом главном (12+)	08.45	«СЕМЕЙНЫЕ РАДОСТИ АННЫ»				факультета Александр Суворов приходит работать дознавателем в РУВД. Он	
10.55	Жить здорово! (16+)	11.00	Вести	(Россия), 2017). Реж. Анна Богуславская. В ролях: Евгения Доброльская, Григорий Некрасов, Анна Дулова, Владислав Резник, Анна Мигицко, Андрей Чулков, Василина Федотова.					молод и «зелен», поэтому	
12.00	Новости (с субтитрами)	11.25	Вести. Местное время	Мелодрама (12+)					поначалу его воспринимают с долей иронии, ведь в РУВД работают опытные «волки» — опера и следователи. Но у нового дознавателя крутой характер, крепкий кулак, а на такой работе, как у него, нет незначительных дел! Саше	
12.15	Время покажет (16+)	11.45	Судьба человека (12+)	«Михаил Кокшенов. Простота обманчива». Д/ф (12+)					Суворову и его товарищам	
15.00	Новости (с субтитрами)	12.50	60 минут (12+)	10.35	События	06.00	Утро. Самое лучшее (16+)		приходится окунуться в самую гущу городской жизни. (16+)	
15.15	Давай поженимся! (16+)	14.00	Вести	11.30	События	08.05	Мальцева (12+)	07.00	«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2»	
16.00	Мужское / Женское (16+)	14.25	Вести. Местное время	11.50	Петровка, 38 (16+)	09.00	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (Россия) (16+)	(Россия), (16+)		
17.00	Время покажет (16+)	14.45	Кто против? (12+)	12.05	«КОЛОМБО» (США) (12+)	10.00	Сегодня	Известия		
18.00	Вечерние новости (с субтитрами)	17.00	Вести. Местное время	13.35	Мой герой. Игорь Матвиенко (12+)	10.20	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (Россия) (16+)	09.25	«ЛУЧШИЕ ВРАГИ»	
18.35	На самом деле (16+)	17.25	Андрей Малахов.	14.30	События	13.00	Сегодня	(Россия), (16+)		
19.45	Пусть говорят (16+)	Прямой эфир (16+)	18.50	60 минут (12+)	14.50	Город. Новостей	13.25	Обзор. Чрезвычайное	13.00	Известия
21.00	Время	20.00	Вести	20.45	Вести. Местное время	14.00	происшествие	13.25	«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2»	
21.30	«ОТЧИМ» (Россия) 13-я серия. Настя с Галицким пытаются понять, смогут ли жить в Москве. Вера помогает Насте адаптироваться к новой, роскошной жизни, но Насте все это чудко. Вера до сих пор любит Галицкого, много пьет, ведет себя непримично. Витья по поручению бандитов едет в Барнаул за вором в законе, наживая себе новых врагов. Полина вместе с сыном возвращается домой, в колхоз. Нина намеревается помочь ей с внуком. Надя устраивается работать в библиотеку к сестре Миши — Маше. Надя считает, что Миша ее забыл: до нее не доходят его письма. К Мише за помощью обращается его бывшая подруга Таня — девушка Витьки. Миша жалеет ее и разрешает пойти у себя. Маша и Надя решают вместе уехать из Воронежской области в Сибирь, приезжают в гости к Галицким, где застают Мишу с Таней... (16+)	21.00	«ДОКТОР РИХТЕР» (Россия)	15.05	«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ» (Великобритания) (12+)	16.00	Сегодня	18.30	Известия	
				17.00	Естественный отбор (12+)	16.25	Следствие вели... (16+)	19.00	«СЛЕД» (Россия)	
				17.50	События	17.15	ДНК (16+)			
				18.10	«ОЗНОБ» (Россия), 2019. Реж. Илья Хотиненко. В ролях: Елена Захарова, Юрий Батурин, Дмитрий Лавров, Александр Марушев.	18.15	«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ» (Россия) (12+)			
					Детектив.	19.00	Сегодня	23.10	«УСЛОВНЫЙ МЕНТ. РОК» (Россия)	
					Чтобы закончить к сроку перевод английского романа, Ирина решает снять домик за городом — там тишина, покой и никакого ремонта за стеной. Немного смущает лишь странное условие, озвученное хозяином дома Сергеем, — чтобы никаких гостей. Но Ирина их и не планировала. Дом именно тот, что грезился ей в мечтах, вот только происходит в нем что-то странное и настораживающее — как будто кто-то заманил ее в ловушку и играет с ней... (12+)	19.40	«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ» (Россия) (12+)			
					22.00	События	21.00	«ХОРОШАЯ ЖЕНА» (Россия)		
					22.30	Линия защиты (16+)				
					23.05	Премьера. Прощание. Георгий Вицин (16+)				
					00.00	События. 25-й час				
					00.35	Петровка, 38 (16+)				
					00.55	Хроники московского быта. Нервная слава (12+)				
					01.45	«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ» (Великобритания) (12+)				
					03.35	Прощание. Георгий Вицин (16+)				
					04.20	Линия защиты (16+)				
					04.55	«Нобелевская медаль для министра Гебельса». Д/ф (12+)				
					05.45	Петровка, 38 (16+)				
						Своя правда (16+)	00.00	Известия. Итоговый выпуск		
						Сегодня	00.25	«СЛЕД» (Россия)		
						00.05				
						Сегодня. Спорт				
						00.10				
						Однажды... (16+)	01.10	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)		
						01.05	Место встречи (16+)	03.20	Известия	
						03.35	«ВТОРОЙ УБОЙНЫЙ» (Россия) (16+)	03.25	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)	



РОССИЯ

МАТЧ!

- 06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...». Москва киношная
07.00 Новости культуры
07.05 Правила жизни
07.30 Новости культуры
07.35 «Мечты о будущем». Д/с (Франция). «Средства коммуникации будущего»
08.35 Красивая планета. «Бельгия. Гранд-палац в Брюсселе»
08.50 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНЯТЬ НЕЛЬЗЯ» (СССР, 1979). 3-я серия
10.00 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 XX век. «Одна осень из жизни Евгения Светланова». Д/ф
12.25 Что делать?
13.10 Искусственный отбор
13.50 «Первые в мире». Д/с «Луноход Бабакина»
14.05 «Мечты о будущем». Д/с (Франция). «Средства коммуникации будущего»
15.00 Новости культуры
15.10 Библейский сюжет
15.40 Сати. Нескучная классика...
16.25 «МОРСКОЙ ВОЛК» (СССР, 1990). Реж. Игорь Апасин. В ролях: Любомирас Ляуциявичус, Андрей Руденский, Елена Финогеева, Николай Чиндяликин, Алексей Серебряков, Мартиныш Вилсонс, Игорь Божко, Анатолий Сливников. Драма. 3-я серия
17.30 Две времена. Микеланджело Буонарrotti. «Страшный суд»
17.40 Исторические концерты. Скрипка. Генрик Шеринг. Ведущий Андрей Золотов
18.40 Что делать?
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.30 Спокойной ночи, малыши!
20.45 «Мечты о будущем». Д/с (Франция). «Работа будущего»
21.40 Абсолютный слух
22.20 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНЯТЬ НЕЛЬЗЯ» (ССР, 1979). 4-я серия
23.40 Новости культуры
00.00 «Технологии счастья». Д/ф
00.40 Что делать?
01.25 XX век. «Одна осень из жизни Евгения Светланова». Д/ф.
02.35 Красивая планета. «Мексика. Исторический центр Морелес»

СТС

- 06.00 «Вся правда про ...». Документальный цикл (12+)
06.30 Играем за вас (12+)
07.00 Новости
07.05 Все на Матч!
08.55 Новости
09.00 «Сезон наших побед». Специальный репортаж (12+)
11.55 Новости
12.00 Все на Матч!
12.45 На гол старше (12+)
13.15 Смешанные единоборства. night Fights Шрвал 94. Дмитрий Смоляков против Хасана Юсефи. Максим Буторин против Магомеда Исаева. Никита Балтабаев против Евгения Игнатьева. Трансляция из Москвы (16+)
14.25 Новости
14.30 Все на Матч!
15.10 Профессиональный бокс. Всемирная Суперсерия. Финал. Нонито Донэйр против Наоя Иноуэ. Трансляция из Японии (16+)
17.10 Новости
17.15 Все на Матч!
18.10 «На пути к Евро-2020». Специальный репортаж (12+)
18.40 «С мячом в Британию». Д/ф (12+)
20.20 Новости
20.25 Баскетбол. Кубок Европы. «Адевита-Олимпия» (Словения) — УНИКС (Россия). Прямая трансляция
22.25 Баскетбол. Кубок Европы. «Умана Рейер» (Италия) — «Локомотив-Кубань» (Россия). Прямая трансляция
23.40 Все на Матч!
00.30 «Боевая профессия». Документальный цикл (12+)
01.00 «НОЧЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ» (США, 1992). Реж. Ирвин Уинклер. В ролях: Роберт Де Ниро, Джессика Лэнг, Клифф Гормен, Алан Кинг, Джек Уорден. Драма (16+)
03.00 Профессиональный бокс. Всемирная суперсерия. Финал. Нонито Донэйр против Наоя Иноуэ. Трансляция из Японии (16+)
05.00 Самые сильные (12+)
05.30 Команда мечты (12+)

Карусель

- 06.00 Ералаш (0+)
06.15 «Том и Джерри». М/с (0+)
06.45 «Драконы. Гонки по краю». М/с (6+)
07.05 «СЕНЯ-ФЕДЯ» (Россия) (16+)
08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» (Россия) (16+)
09.05 «Уральские пельмени». Смеховок (16+)
09.40 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ-2» (США, 1989). Фэнтези (0+)
11.45 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН. РЕВОЛЮДИЯ» (Великобритания—США—Канада, 2014). Фэнтези (16+)
14.25 «ВОРОНИНЫ» (Россия) (16+)
17.55 «ДЫЛДЫ» (Россия) (16+)
19.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» (Россия) (16+)
20.00 «МОРСКОЙ БОЙ» (США, 2012). Боевик (12+)
22.35 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ» (США, 1997). Боевик (12+)
01.05 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ-2» (США, 1989). Фэнтези (0+)
02.55 «МОЛОДЕЖКА» (Россия) (16+)
04.30 «БОЛЬШАЯ ИГРА» (Россия) (16+)
04.55 Ералаш (0+)
- 07.00 ТНТ. Штд (16+)
09.00 Дом-2. ?ite (16+)
10.15 Дом-2. Остров любви (16+)
11.30 Бородина против Бузовой (16+)
12.30 Дом-2. Спаси свою любовь (16+)
13.30 План Б (16+)
15.05 «УНИВЕР» (Россия) (16+)
17.00 «ИНТЕРНЫ» (Россия) (16+)
19.00 «ЖУКИ» (Россия) (16+)
20.00 «ПОЛЯРНЫЙ» (Россия) (16+)
21.00 Однажды в России (16+)
22.00 Где логика? (16+)
23.00 Дом-2. Город любви (16+)
00.05 Дом-2. После заката (16+)
01.05 «МУЖСКОЙ СТРИПТИЗ» (Великобритания—США, 1997). Реж. Питер Каттанео. В ролях: Роберт Карлайл, Марк Эдди, Уильям Снейл, Том Уилкинсон, Стив Хисон. Комедия (16+)
02.50 «ДОКТОР ДУЛЛITТЛ» (США, 1998). Комедия (12+)
04.05 Открытый микрофон (16+)
05.45 ТНТ. Vest (16+)

РН

- 05.00 «Ранние пташки». «Новые приключения пчелки Майи», «Монсики», «Буренка Даша» (0+)
06.55 Чик-зарядка (0+)
07.00 С добрым утром, малыши! (0+)
07.30 Чик-зарядка (0+)
07.35 «Хэтчималс. Приключения в Хэтчитопии». М/с (0+)
07.40 «Радужный мир Руби». М/с (0+)
08.25 «Сказочный патруль». М/с (0+)
09.15 «Оранжевая корова». М/с (0+)
09.20 В мире животных (0+)
09.40 «Семейка Бегемотов». М/с (0+)
09.55 «Вовка в тридевятом царстве». М/ф (0+)
10.15 «Бобик в гостях у Барбоса». М/ф (0+)
10.25 «Рэй и пожарный патруль». М/с (0+)
10.55 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». М/с (0+)
11.25 «Роботы-поезд». М/с (0+)
12.10 «Аркадий Паровоз спешит на помощь!». М/с (0+)
12.15 «Металионы». М/с (6+)
12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели. Академия». М/с (0+)
13.05 «Четверо в кубе». М/с (0+)
14.00 Навигатор. Новости (0+)
14.10 «Супер4». М/с (6+)
14.50 «Фиксики». М/с (0+)
15.40 «Король караоке» (0+)
16.10 «Клуб Винкс». М/с (6+)
17.00 «Три кота». М/с (0+)
17.50 «Пластилиники». М/с (0+)
17.55 «Томас и его друзья. Большой мир! Большие приключения!». М/с (0+)
18.25 «Юх спешит на помощь!». М/с (0+)
18.40 «Даревны». М/с (0+)
19.25 «Ми-Ми-Мишки». М/с (0+)
20.25 «Хэтчималс. Приключения в Хэтчитопии». М/с (0+)
20.30 Спокойной ночи, малыши! (0+)
20.45 «Вспыш и чудо-машины». М/с (0+)
22.00 «Губка Боб Квадратные штаны». М/с (6+)
22.25 «Дикие скричеры!». М/с (6+)
22.50 «Гормити». М/с (6+)
23.15 «?УХ — Битвы маленьких гигантов». М/с (12+)
23.35 «С.О.Б.Е.З». М/с (6+)
00.55 «Нилькс». М/с (0+)
01.45 «Отряд джунглей спешит на помощь!». М/с (6+)
02.45 «Пингвиненок Пороро». М/с (0+)
03.45 «Смурфики». М/с (0+)



06.30, 06.15 6 кадров (16+)
06.35 Присяжные красоты (16+)
07.35 По делам несовершеннолетних (16+)
08.35 Давай разведемся! (16+)
09.40 Тест на отцовство (16+)
10.40 Реальная мистика (16+)
12.40 Понять. Простить (16+)
14.30 Порча (16+).
15.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-4»
(Россия) (16+)
23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО»
(Россия) (16+)



06.00 «СОЛДАТЫ-9» (Россия) (12+)
06.45, 10.00, 18.40 Дорожные войны (16+)
09.00, 14.00, 20.00 Остановите Витю! (16+)
12.00, 23.00 Опасные связи (16+)
13.00 Идеальный ужин (16+)
15.00 «ДРУГИЕ 48 ЧАСОВ»
(США, 2010). Боевик (0+)
17.00 «НЕИСТРЕБИМЫЙ ШПИОН»
(США, 1996). Боевик (16)
21.00 Решала (16+)
00.00 +100500 (18+)
01.00 «ДИКИЙ» (Россия) (16+)
05.00 Улетное видео (16+)



06.00, 05.45 Мультфильмы (0+)
09.20 «СЛЕПАЯ» (Россия) (16+)
11.00, 16.00 Гадалка (16+)
12.00 Не ври мне (12+)
15.00 Мистические истории (16+)
17.00 Знаки судьбы (16+)
17.35 «СЛЕПАЯ» (Россия) (16+)
18.40 «МЕНТАЛИСТ» (США) (12+)
21.15 «ОБМАНИ МЕНЯ» (США) (12+)

23.00 Табу
00.00 «НЕЙРОДЕТЕКТИВ»
(США) (16+)
03.30 Тайные знаки (12+)



06.00 Сегодня утром (12+)
08.00 Новости дня
08.20 Специальный репортаж (12+)
08.35 «Боевые награды Советского Союза, 1917-1941». Д/ф. Часть 1-я (12+)
09.25 «ГОНЧИЕ-2» (Россия) (16+)

10.00 Военные новости
10.05 «ГОНЧИЕ-2» (Россия) (16+)
13.00 Новости дня
13.20 «ГОНЧИЕ-2» (Россия) (16+)
14.00 Военные новости
14.05 «ГОНЧИЕ-2» (Россия) (16+)
16.20 Открытый эфир! (12+)
18.00 Новости дня
18.30 Специальный репортаж (12+)
18.50 «История морской пехоты России. Где мы — там победа!» Д/ф. (12+)
19.40 «Последний день». Михаил Румянцев (12+)
20.25 «Секретные материалы». Д/с (12+)
21.15 Новости дня
21.25 Открытый эфир! (12+)
23.05 Между тем (12+)
23.40 «ГОРОД ПРИНЯЛ»
(СССР, 1979). Детектив (12+)
01.15 «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...»
(СССР, 1983). Героико-приключенческий фильм по повести А. Беляева «Тайна глухого леса» (12+)
02.45 «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА»
(СССР, 1971). Детектив (0+)
04.10 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА»
(СССР, 1973). Детектив (12+)
05.35 «Москва фронт». Д/с (12+)



06.00 Утреннее вещание
09.45 Яне бытъ (12+)
10.00 Новости (16+)
10.15 Московский патруль (16+)
10.30 Специальный репортаж (12+)
11.00 Новости (16+)
11.15 Погода (12+)
11.20 ГОСТ (12+)
11.45 Яне бытъ (12+)
12.00 Новости (16+)
12.15 Доктор 24 (12+)
12.45 Новости (16+)
12.50 Погода (12+)
13.00 Новости (16+)
13.15 Сеть (12+)
13.35 Прямо и сейчас (16+)
14.00 Новости (16+)
14.15 ГОСТ (12+)
14.40 Яне бытъ (12+)
14.45 Погода (12+)
15.00 Новости (16+)
15.15 Спорная территория (12+)
15.35 Прямо и сейчас (16+)
16.00 Новости (16+)
16.15 Сеть (12+)
16.30 Жизнь в большом городе (12+)
17.00 Новости (16+)
17.10 Доктор 24 (12+)
17.35 Интервью (12+)
17.50 Погода (12+)

18.00 Новости (16+)
18.15 Сеть (12+)
18.35 Прямо и сейчас (16+)
19.00 Новости (16+)
19.02 Москва сегодня (16+)
19.15 Новости (16+)
19.30 Спорная территория (12+)
19.50 Яне бытъ (12+)
20.00 Новости (16+)
20.30 Рейд (16+)
21.00 Новости (16+)
21.15 Московский патруль (16+)
21.30 Специальный репортаж (12+)
22.00 Новости (16+)
22.20 Спорная территория (12+)
22.40 Новости (16+)
23.00 Вечер (16+)
00.00 Новости (16+)
00.15 Московский патруль (16+)
00.25 Рейд (16+)
01.00 Новости (16+)
01.15 Специальный репортаж (12+)
01.35 Московский патруль (16+)
02.00 Вечер (16+)
03.00 Новости (16+)
03.15 Сеть (12+)
03.30 ГЭ автод (12+)
04.00 Новости (16+)
04.15 Московский патруль (16+)
04.30 Специальный репортаж (12+)
05.00 Новости (16+)
05.15 Яне бытъ (12+)
05.20 Погода (12+)
05.30 Доктор 24 (12+)



05.00 «Жужики». М/с (6+)
05.25 «Мини-Малютки». М/с (0+)
05.45 «Доктор Плюшева: Клиника для игрушек». М/с (0+)
06.10 «Алиса знает, что делать!» М/с (6+)
06.35 «Зак Шторп — Суперпират». М/с (6+)
07.05 «Утиные истории». М/с (6+)
07.35 «Пес Пэт». М/с (6+)
07.40 «Герои в масках». М/с (0+)
08.15 «Пупс». М/с (0+)
08.50 «Удивительная Ви». М/с (6+)
09.20 «София Прекрасная». М/с (0+)
09.50 Уэнавайка:
«Елена — принцесса Авалаор». М/с (0+)
10.20 Уэнавайка: «Хранитель Лев». М/с (0+)
11.00 «Дружные мопсы». М/с (0+)
11.25 «Пупс». М/с (0+)
12.00 «Дыпленок дыпа». М/ф (0+)
13.40 «Улица Далматинцев, 10!». М/с (6+)
14.45 «Утиные истории». М/с (6+)
17.45 «Гравити Фолз». М/с (12+)
18.45 «Город героев: Новая история». М/с (6+)

19.10 «Амфибия». М/с (12+)
19.30 «История игрушек-2» (США, 1999). Полнометражный мультфильм (0+)
21.30 «Гравити Фолз». М/с (12+)
22.00 «МОГУЧИЕ РЕЙНДЖЕРЫ: ЗВЕРОМОРФЕРЫ» (США) (12+)
22.30 «Семейка Грин в городе». М/с (12+)
23.00 «Человек-Паук». М/с (12+)
00.00 «Великий Человек-Паук». М/с (12+)
01.00 «Рыбология». М/с (5+)
03.05 «Мухнем на Луну» (Бельгия—США, 2008). Полнометражный мультфильм (12+)
04.15 Музыка на Канале 7 isneu (6+)



06.00 «СРЕДИ КАНИБАЛОВ» (16+)
06.55 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА» (16+)
08.25 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)
09.45 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ» (16+)
10.30 Правила моей кухни (16+)
11.30 Правила моей пекарни (16+)
12.35 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА» (16+)
14.05 «ПОЧТИ СЕМНАДЦАТЬ» (США—Китай, 2016). Реж. Келли Фрэмон. В ролях: Хейли Стайнфельд, Хейли Лу Ричардсон, Блейк Дженнер, Кира Седжвик, Вуди Харрельсон, Хейден Сетто. Комедия (16+)
16.00 «ДУБЛЬ ДВА» (16+)
16.45 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+)
17.45 Проект «Подиум» (16+)
18.30 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА» (16+)
20.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)
21.30 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ» (16+)
22.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР» (16+)
23.00 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+)
00.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)
01.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР» (16+)
02.15 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ» (16+)
03.00 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+)
04.00 Правила моей пекарни (16+)
05.05 Проект «Подиум» (16+)



06.00 «Леонардо: тайна гения». Д/ф (16+)
07.40 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ» (16+)
08.30 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
10.00 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
11.30 «ДОКТОР КТО» (16+)
13.55 «ТЕМНАЯ БАШНЯ» (США, 2017). Ужасы (16+)
15.35 «Древние пришельцы». Д/с. «Секреты гробниц» (16+)
16.25 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
18.05 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
19.35 «ДОКТОР КТО» (16+)
21.50 «АМНЕЗИЯ» (16+)
23.25 «ДОБЕЗЯН» (16+)
01.05 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
02.40 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
04.15 «ТЕМНАЯ БАШНЯ» (США, 2017). Ужасы (16+)



05.00 Адская кухня (16+)
07.40 В теме (16+)
08.05 «КЛОН» (Бразилия) (16+)
10.05 «ДОРОГИ ИНДИИ» (Бразилия) (16+)
11.05 Мастершеф (16+)
14.15 Моя сверхъ монстр (16+)
17.30 Мама дорогая (12+)
20.40 Мастершеф (16+)
23.45 В теме (16+)
00.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (США—Канада) (16+)
02.45 Осторожно, няня! (16+)
03.20 Адская кухня (16+)



05.00 Большие чувства (16+)
05.10 Олигарх-ТВ (16+)
05.30 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (США) (16+)
07.00 Школа доктора Комаровского (12+)
07.30 Утро Пятницы (16+)
09.30 Генеральная уборка (16+)
10.00, 15.00 На ножах (16+)
11.00, 19.00 Адская кухня (16+)
21.00 «ТУРИСТИЧЕСКАЯ ПОЛИДИЯ» (Россия) (16+)
22.00 «МЫЛОДРАМА» (Россия) (16+)
23.00 «ДОКТОР ХАУС» (США) (16+)
01.30 Пятница Жэвс (16+)
02.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (США) (16+)
03.40 Магазинно (16+)
04.40 Рыжие (16+)



ЛАПША ПРОТИВ ПАСТЬ

Бекст:
Бамара АСБАН ФНЗОВА

КИТАЙСКАЯ ЛАПША УЖЕ ДАВНО СТАЛА ПОПУЛЯРНОЙ ПО ВСЕМУ МИРУ И СЧИТАЕТСЯ ПОЛЕЗНЫМ ФАСТФУДОМ, В ОТЛИЧИЕ ОТ БУРГЕРОВ ИЛИ КАРТОШКИ ФРИ. ЛАПША ГОТОВИТСЯ БЫСТРО И ДОВОЛЬНО ПРОСТО, А МНОГИЕ БОЗЯЙКИ СЧИТАЮТ, ЧТО КИТАЙСКИЕ МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ НАМНОГО ВКУСНЕЕ, ЧЕМ ИТАЛЬЯНСКИЕ. «МК-БУЛЬВАР» ЗАПИСАЛ НЕСКОЛЬКО РЕЦЕПТОВ.

В зитае есть десятки разновидностей лапши. На севере страны в основном выращивают пшеницу и именно здесь готовят пшеничную лапшу. На юге и востоке отлично растет рис и, соответственно, здесь предпочитают есть рисовую лапшу. На опулярна лапша гречневая, кукурузная, соевая, бобовая и крахмальная.



УДОН С КУРР Е- В СОУСЕ БЕРРЯКР

Р Ч

С: 200 г

пн ениНой лапн и удон, 300 г куриной грудки, 1 сладкий перец, 1 морковь, небольшой корень имбиря, 2 зубчика чеснока, небольшой перчик чили, несколько перьев зеленого лука, 2 ст.л. соевого соуса, 3 ст.л. соуса терияки, щепотка кунбути.

С : курицу нарезать тонкими небольшими полосками, посолить и поперчить. з орень имбиря почистить и натереть. В глубокой сковороде разогреть растительное масло и обжарить в нем имбирь. Добавить курицу и жарить до золотистой корочки. Нарезанную небольшой соломкой морковь положить к мясу. А арить, помешивая и не уменьшая огонь. Нарезать небольшими полосками болгарский перец, добавить к курице. А арить В±2 минуты. Сварить лапшу, как указано на упаковке, промыть. Добавить к мясу мелкорубленый чеснок и по желанию несколько колечек чили. Добавить соевый и соус терияки. н осолить, поперчить. Добавить ½ стакана 300 млш воды, дать закипеть, накрыть крышкой и потушить В±2 минуты. Лапшу промыть и добавить к мясу. н еремешать и потушить под крышкой около 2 минут. з рупно нарезать зеленый лук. н осыпать удон луком и кунжутом. Выключить.

 **СОБА (ГРЕЧНЕВАЯ ЛАПУ А) СОВО ААР**

Р Ч С: 100 г гречневой лапн и, 1 морковь, 150 г н ампиньонов, щепотка кунбути, 2 з пера зеленого лука. п ля заправки: 1 Нл. меда, 3 стл. соевого соуса, 1 стл. рисового уксуса.

С : гречневую лапшу отварить, как указано на упаковке, и промыть. Морковь нарезать тоненькой соломкой, шампиньоны — крупными ломтиками, чеснок измельчить. В сковороде разогреть растительное масло и обжарить чеснок. Добавить морковь. Обжарить 4 минуты, вынуть. н оложить шампиньоны, обжарить 4 минуты. Вновь положить морковь. н риготовить заправку, смешав соевый соус, мед и рисовый уксус. Вылить заправку к грибам. н оложить лапшу. н еремешать, подержать на огне минуту и выключить. н осыпать кунжутом и луком.



05.00	Доброе утро	05.00	Утро России	06.00	Настроение	05.10	«ВТОРОЙ УБОЙНЫЙ»	05.00	Известия	
09.00	Новости	09.00	Вести	08.05	Доктор И... (16+)	05.20	«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2»	05.20	(Россия) (16+)	
09.25	Доброе утро	09.25	Утро России	08.35	«ЗАСТАВА В ГОРАХ»	06.00	Утро. Самое лучшее (16+)	08.35	День ангела (0+)	
09.55	Модный приговор (5+)	09.55	О самом главном (12+)	(СССР, 1953).	Реж. Константин Юдин.	08.05	Мальцева (12+)	09.00	Известия	
10.55	Жить здорово! (16+)	11.00	Вести	В ролях: Владлен Давыдов,	Марина Кузнецова, Елена	09.00	«МОРСКИЕ	09.25	«ЛУЧШИЕ ВРАГИ»	
12.00	Новости (с субтитрами)	11.25	Вести.	Шатрова, Сергей Гурзо.	ДЯВОЛЫ. СМЕРЧ»	(Россия)	(Россия) (16+)	13.00	Известия	
12.15	Время покажет (16+)	11.45	Местное время	Приключения (12+)	(Россия)	Не получив обещанных	13.25	«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2»	13.25	(Россия) (16+)
15.00	Новости (с субтитрами)	12.50	Судьба человека (12+)	10.35	«Сергей Никоненко.	денег, бывший	18.30	Известия	18.30	Известия
15.15	Давай поженимся! (16+)	14.00	«60 минут». Ток-шоу с	О, счастливчик!» Д/ф (12+)	О, счастливчик!» Д/ф (12+)	партнер директора	19.00	«СЛЕД»	19.00	«СЛЕД»
16.00	Мужское / Женское (16+)	14.25	Ольгой Скабеевой и	11.30	События	авиакомпании				
17.00	Время покажет (16+)	14.45	Евгением Поповым (12+)	11.50	Петровка, 38 (16+)	Мазаева совершает				
18.00	Вечерние новости (с субтитрами)	17.00	Вести.	12.05	«КОЛОМБО» (США) (12+)	акт угрозы, взорвав				
18.35	На самом деле (16+)	18.50	Местное время	13.35	Мой герой. Ирина Савина	один из лайнеров.				
19.45	Пусть говорят (16+)	17.25	Прямой эфир (16+)	14.30	События	Жертв нет, в момент				
21.00	Время	18.50	«60 минут». Ток-шоу с	14.50	Город новостей	взрыва пассажиры				
21.30	«ОТЧИМ» (Россия) 15-серия.	20.00	Ольгой Скабеевой и	15.05	«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ»	и экипаж уже покинули				
	Маша-младшая волнуется из-за брата: Витяка обещал звонить и пропал. Галицкий узнает, что Витяка со множественными переломами лежит в го- родской больнице. Врач сообщает Галицкому, что у Витяки серьезные травмы и вряд ли он смо- жет ходить. Миша просит Надо выйти за него замуж — она соглашается. Новый председатель колхоза Митька зовет Машу замуж, и она тоже говорит «да». Иван счаст- лив, что дочь останется в колхозе. Галицкий наме- рен искоренить бандитов, узнав, кто их крышует в городе.	20.45	Евгением Поповым (12+)	(Великобритания) (12+)	борт. Но как события					
	16-серия.	21.00	Вести. Местное время	17.00	Естественный отбор (12+)	будут развиваться				
	В больнице Витяка пони- мает, насколько он виноват перед Полиной, и просит Мишу передать ей и ре- бенку деньги. Витяку пере- возят на реабилитацию в Томск. Семья Галицких, Иван и Нина объединяются для того, чтобы помочь Витяке. Ивану становится плохо: врач говорит, что ему осталось полгода. В Сибирь приезжает Воронежская жена Ивана, Ирина. Нина, Настя и Ирина собираются вместе, чтобы проститься с Иваном... (16+)	21.00	«ДОКТОР РИХТЕР» (Россия)	21.00	«ПРОШЛОЕ УМЕЕТ ЖДАТЬ»	дальше? Явно,				
			Рихтер отстранен от работы. Его поставили перед выбором — либо тюрьма, либо лечебница. Но без Рихтера команда не может найти верного решения в спасении сложных пациентов, поэтому сотрудники тайком его навещают и просят совета.	21.00	(Россия, 2015).	что шантажист				
			На этот раз в их клинике очень необычный пациент — девочка-лилипут с проблемами в легких.	Рихтер.	Реж. Игорь Нурисламов.	действует не один.				
			Рихтер находит верное лечение и даже предлагает способ вернуть девочку к нормальной	События	В ролях: Татьяна Арнтгольц, Сергей Перегудов, Сергей Марин.	Багира требует				
			жизни. Но жизнь самого Андрея Рихтера полностью разрушена. Измученный бесконечной болью	22.00	События	от Мазаева отменить				
			и страданиями, он совершает кражу медицинских	22.30	Вся правда (16+)	все оставшиеся вылеты.				
			Осознав содеянное, он понимает, что действительно нуждается в помощи.	23.05	«Битва за наследство».	Аналитики центра				
			Но слишком поздно.	Д/ф (12+)	Д/ф (12+)	определяют местонахож- <td></td> <td></td> <td></td>				
			(16+)	00.00	События. 25-й час	дение террористов,				
			23.15	00.35	Петровка, 38 (16+)	«Смерть» их арестовывает.				
			Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)	00.55	«Технология секс- скандала». Д/ф (16+)	На допросе главарь				
			02.00	01.45	«ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ»	заявляет, что уже				
			«ЛИЧНОЕ ДЕЛО» (Россия) (16+)	(Великобритания) (12+)	(Великобритания) (12+)	отправил бойцов				
			03.50	03.35	«Битва за наследство».	взорвать два самолета,				
			«СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ» (Россия) (12+)	Д/ф (12+)	Д/ф (12+)	вылеты которых				
				04.20	Смерть на съемочной	еще не успели				
				05.15	площадке». Д/ф (12+)	отменить. В одном				
				05.00	«Мятеж генерала	из них летят Ума...				
				05.20	Гордова». Д/ф (12+)	(16+)				
				06.00	События	Сегодня				
				06.30	«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ»	Сегодня				
				07.00	(Россия) (12+)	Сегодня				
				07.30	«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ»	Сегодня				
				08.00	(Россия) (12+)	Сегодня				
				08.30	«ХОРОШАЯ ЖЕНА»	Сегодня				
				09.00	(Россия) (16+)	Сегодня				
				09.30	«СВОЯ ПРАВДА»	Сегодня				
				10.00	(с Романом Бабаяном (16+)	Сегодня				
				10.30	«ВТОРОЙ УБОЙНЫЙ»	Сегодня				
				11.00	(Россия) (16+)	Сегодня				
				11.30	«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2»	Сегодня				
				12.00	(Россия) (16+)	Сегодня				
				12.30	«СЛЕД»	Сегодня				
				13.00	(Россия)	Сегодня				
				13.30	«БОЕВАЯ КЛАССИКА»	Сегодня				
				14.00	(Россия)	Сегодня				
				14.30	«БОДИ-ЛАВ»	Сегодня				
				15.00	стилист	Сегодня				
				15.30	Юровский.	Сегодня				
				16.00	Он убеждал	Сегодня				
				16.30	полных женщин,	Сегодня				
				17.00	что им не	Сегодня				
				17.30	надо худеть.	Сегодня				
				18.00	Делал из них	Сегодня				
				18.30	неземных красавиц,	Сегодня				
				19.00	за- висть худышкам.	Сегодня				
				19.30	Видимо, кому-то это не понрави- лось. (16+)	Сегодня				
				20.00	«УСЛОВНЫЙ МЕНТ. БОЕВАЯ КЛАССИКА»	Сегодня				
				20.30	(Россия)	Сегодня				
				21.00	Финансист	Сегодня				
				21.30	Ворона попа- дает под колеса стритрей- сера.	Сегодня				
				22.00	Подполковник поли- ции пытается установить и	Сегодня				
				22.30	Ворона, и Гордееву от по- иска виновного. Какой у	Сегодня				
				23.00	него мотив? (16+)	Сегодня				
				23.30	Известия. Итоговый выпуск	Сегодня				
				00.00	«СЛЕД» (Россия) (16+)	Сегодня				
				00.25	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия)	Сегодня				
				01.10	(16+)	Сегодня				
				03.10	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия)	Сегодня				
				03.20	(16+)	Сегодня				



РОССИЯ

МАТЧ!

- 06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...».
Москва монастырская
07.00 Новости культуры
07.05 Правила жизни
07.30 Новости культуры
07.35 «Мечты о будущем». Д/с
(Франция).
«Работа будущего»
Красивая планета.
«Италия. Портовенере,
Чинкве-Терре и острова
Пальмариа,
Тишино и Тинетто»
**08.40 «МЕСТО ВСТРЕЧИ
ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ»**
(СССР, 1979). 4 я серия
10.00 Новости культуры
10.15 Наблюдатель
11.10 ХХ век
12.05 Мировые сокровища.
«Гавайи. Родина богини
огня Пеле»
12.25 Игра в бисер
13.10 Абсолютный слух
13.55 «Первые в мире». Д/с
«Арифометр Однера»
14.10 «Мечты о будущем». Д/с
(Франция).
«Работа будущего»
15.00 Новости культуры
15.10 Моя любовь – Россия!
«Валенки, валенки...»
15.35 2 Верник 2
16.25 «МОРСКОЙ ВОЛК»
(СССР, 1990). 4 я серия
17.35 Дверь времени.
Альбрехт Дюрер.
«Меланхолия»
17.45 Исторические концерты.
Скрипка. Леонид Коган
18.45 Игра в бисер
19.30 Новости культуры
19.45 Главная роль
20.05 Правила жизни
20.30 Спокойной ночи, малыши!
20.45 «Мечты о будущем». Д/с
(Франция)
21.30 «Энigma. Эрих Зингер.
История Люцернского
фестиваля»
**22.10 «МЕСТО ВСТРЕЧИ
ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ»**
(СССР, 1979). 5 я серия
23.40 Новости культуры
00.00 Черные дыры.
Белые пятна
00.40 Игра в бисер
01.20 ХХ век
02.15 «Атланты.
В поисках истины».
Авторская программа
Александра Городницкого.
«Тайны атмосферного
электричества –
может ли человек приру-
чить молнию?»
02.40 Мировые сокровища.
«Гавайи. Родина богини
огня Пеле»

- 06.00 «Вся правда про ...».
Документальный цикл (12+)
06.30 «Второе дыхание».
Документальный цикл (12+)
07.00 Новости
07.05 Все на Матч!
08.55 Новости
09.00 Баскетбол. Кубок Европы.
«Умана Рейер» (Италия) –
«Академия-Кубань»
(Россия) (0+)
11.00 Новости
11.05 Все на Матч!
11.50 Профессиональный бокс.
Заур Абдуллаев против
Девина Хейни.
Сергей Кузьмин против
Майкла Хантера.
Бой за титул WUW 3 Inter-
Bbntional
в супертяжелом весе.
Трансляция из США (16+)
13.20 Новости
13.40 Специальный обзор (12+)
«На пути к Евро-2020».
Специальный репортаж
(12+)
14.10 Новости
14.15 Все на Матч!
15.15 Профессиональный бокс.
Эдуард Трояновский (16+)
17.20 Новости
17.25 Все на Матч!
17.55 Баскетбол. Чемпионат
Европы-2021. Женщины.
Отборочный турнир.
Россия – Босния
и Герцеговина.
Прямая трансляция
Футбол. Чемпионат
Европы-2020.
Отборочный турнир.
Турция – Исландия.
Прямая трансляция
21.55 Новости
22.00 Все на Матч!
22.30 Профессиональный бокс.
Эдуард Трояновский
против Йозефа
Заградника.
Бой за титул ХУ в
первом
полусреднем весе.
Эльнур Самедов
против Айртона Осмара
Хименеса.
Прямая трансляция
из Санкт-Петербурга
00.30 Все на Матч!
01.00 «Мо Салах. Фараон». Д/ф
(12+)
01.55 Футбол. Чемпионат мира
среди юношей.
1/2 финала.
Прямая трансляция
из Бразилии
04.00 Баскетбол. Евролига.
Мужчины.
«Химки» (Россия) –
«Милан» (Италия) (0+)

СТС



- 06.00 Ералаш (0+)
06.15 «Том и Джерри». М/с (0+)
06.45 «Драконы. Гонки по краю».
М/с (6+)
07.05 «СЕНЯ-ФЕДЯ» (Россия)
(16+)
08.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ»
(Россия) (16+)
09.05 «Уральские пельмени».
Смеховик (16+)
09.45 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ»
(США, 2011). Триллер (16+)
11.45 «ПЛЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ»
(США, 1997). Боевик (12+)
14.25 «ВОРОНИНЫ» (Россия)
(16+)
17.55 «ДЫЛДЫ» (Россия) (16+)
19.00 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ»
(Россия) (16+)
20.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ.
СОЙКА-
ПЕРЕСМЕШНИДА.
ЧАСТЬ Э
(США, 2014). Боевик (16+)
22.20 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ.
СОЙКА-
ПЕРЕСМЕШНИДА.
ЧАСТЬ Э
(США – Германия, 2015).
Боевик (16+)
01.00 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ»
(США, 2011). Триллер (16+)
02.45 «МОЛОДЕЖКА» (Россия)
(16+)
04.20 «БОЛЬШАЯ ИГРА»
(Россия) (16+)
04.45 Ералаш (0+)

ТНТ



- 05.00 «Ранние пташки». «Новые
приключения пчелки
Майи», «Монсикси»,
«Буренка Даша» (0+)
06.55 Чик-зарядка (0+)
07.00 С добрым утром, малыши!
(0+)
07.30 Чик-зарядка (0+)
07.35 «Хэтчималс. Приключения
в Хэтчитопии». М/с (0+)
07.40 «Радужный мир Руби». М/с
(0+)
08.25 «Сказочный патруль». М/с
(0+)
09.15 «Оранжевая корова». М/с
(0+)
09.20 «Мастерская
«Умелые ручки» (0+)
09.40 «Семейка Бегемотов». М/с
(0+)
09.50 «Наш друг Пишичитай».
М/ф (0+)
10.25 «Рэй и пожарный патруль».
М/с (0+)
10.55 «Суперкрылья. Джетт и его
друзья». М/с (0+)
11.25 «Роботы-поезда». М/с (0+)
12.10 «Аркадий Паровоз спешит
на помощь!» М/с (0+)
12.15 «Металионы». М/с (6+)
12.40 «Трансформеры. Боты-
спасатели. Академия». М/с
(0+)
13.05 «Четверо в кубе». М/с (0+)
14.00 «Навигатор. Новости» (0+)
14.10 «Супер4». М/с (6+)
14.50 «Фиксики». М/с (0+)
15.40 Все, что вы хотели знать,
но боялись спросить (6+)
16.10 «Клуб Винкс». М/с (6+)
17.00 «Три кота». М/с (0+)
17.50 «Гластилики». М/с (0+)
17.55 «Томас и его друзья».
Большой мир! Большие
приключения!» М/с (0+)
18.25 «Оху спешит на помощь».
М/с (0+)
18.40 «Даревны». М/с (0+)
19.25 «Ми-Ми-Мишки». М/с (0+)
20.25 «Хэтчималс. Приключения
в Хэтчитопии». М/с (0+)
20.30 Спокойной ночи, малыши!
(0+)
20.45 «Вспыш и чудо-машины».
М/с (0+)
21.00 Шоу «Студия «Союз» (16+)
22.00 Импровизация (16+)
23.00 Дом-2. Город любви (16+)
00.05 Дом-2. После заката (16+)
01.05 «ФОТО ЗА ЧАС»
(США, 2002). Триллер
(16+)
02.50 Ябл-блв (16+).
**02.55 «МАЛЕНЬКАЯ МИСС
СЧАСТЬЕ»**
(США, 2006). Драма
(16+)
04.30 Открытый микрофон (16+)
06.10 ТНТ. Vest (16+)

РН

- 05.00 «Военная тайна»
с Игорем Прокопенко (16+)
06.00 Документальный проект
(16+)
07.00 С добрым утром! (16+)
08.30 Новости (16+)
09.00 Документальный проект
(16+)
11.00 Как устроен мир (16+)
12.00 Информационная про-
грамма 112 (16+)
12.30 Новости (16+)
13.00 Загадки человечества (16+)
14.00 Невероятно интересные
истории (16+)
15.00 Неизвестная история (16+)
16.00 Информационная
программа 112 (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 Тайны Чапман (16+)
18.00 Самые шокирующие
гипотезы (16+)
19.00 Информационная
программа 112 (16+)
19.30 Новости (16+)
20.00 «24 ЧАСА НА ЖИЗНЬ»
(ЮАР – Китай – США, 2017).
Реж. Брайан Смэрз. В ролях:
Итан Хоук, Пол Андерсон,
Рутгер Хауэр, Стю дин,
Тайрон Кеог, Натали Болтт,
Лиам Каннингэм, Джереми
Йонг, Сьюзен Лин-Юн,
Хаким Кае-Казим.
Боевик.
Опытный киллер
Тревис Конрад теряет
жену и сына. После
их смерти он уходит
из грязного бизнеса
и погружается в глубины
депрессии и алкоголизма.
Но его прежние нанима-
тели неожиданно
выходят на связь
и просят Тревиса выпол-
нить еще одно, последнее
задание. Во время этой
миссии киллер погибает, но
неизвестная сила возвра-
щает его к жизни. Тревис
узнает, что ему необхо-
димо найти своего убийцу
и вместе с ним искупить
все свои прегрешения.
Но есть одна проблема:
на все это у него есть лишь
24 часа. (16+)
21.50 Смотреть всем! (16+)
23.00 Новости (16+)
23.30 Загадки человечества (16+)
00.30 «НИНДЗЯ-2»
(Таиланд – США, 2013).
Боевик (18+)
02.15 Самые шокирующие
гипотезы (16+)
03.00 Тайны Чапман (16+)
04.40 «Военная тайна»
с Игорем Прокопенко (16+)



- 06.30 Удачная покупка (16+)
- 06.40, 06.10 6 кадров (16+)
- 07.20 По делам несовершеннолетних (16+)
- 08.20 Давай разведемся! (16+)
- 09.25 Тест на отцовство (16+)
- 10.25 Реальная мистика (16+)
- 12.20 Понять. Простить (16+)
- 14.10 Порча (16+)
- 14.45 Детский доктор (16+)
- 15.00 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-4»**
(Россия) (16+)
- 23.05 «ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО»**
(Россия) (16+)
- 01.55 Порча (16+)
- 02.25 Понять. Простить (16+)
- 03.45 Реальная мистика (16+)
- 05.20 Тест на отцовство (16+)



06.00 «СОЛДАТЫ-9» (Россия) (12+)

06.45 Дорожные войны (16+)

09.00 Остановите Вито! (16+)

10.00 Дорожные войны (16+)

12.00 Опасные связи (16+)

13.00 Идеальный ужин (16+)

14.00 Остановите Вито! (16+)

15.00 «НЕИСТРЕБИМЫЙ ШЛОН» (США, 1996). Боевик (16+)

16.40 «ЗАВТРА НЕ УМРЕТ НИКОГДА» (Великобритания—США, 1997). Боевик (12+)



16.40 «ЗАВТРА НЕ УМРЕТ НИКОГДА» (Великобритания—США, 1997). Боевик (12+)

19.00 Дорожные войны (16+)

20.00 Остановите Витю! (16+)

21.00 Решала (16+)

23.00 Опасные связи (18+)

00.00 +100500 (18+)

01.00 «ДАКИЙ» (Россия) (16+)

05.00 Улетное видео (16+)



06.00 Мультфильмы (0+)
09.20 «СЛЕПАЯ» (Россия) (16+)
 11.00 Гадалка (16+)
 12.00 Не ври мне (12+)
 15.00 Мистические истории (16+)
 16.00 Гадалка (16+)
 17.00 Знаки судьбы (16+)
17.35 «СЛЕПАЯ» (Россия) (16+)
18.40 «МЕНТАЛИСТ» (США) (12+)
21.15 «ОБМАНИ МЕНЯ» (12+)
 23.00 Интервью
00.00 «ХРОНИКА»
 (США, 2012). Реж. Джош Транк. В ролях: Дэйн ДэХаан, Алекс Расселл, Майкл Б. Джордан. Фантастика (12+)

06.00 Сегодня утром (12+)

08.00 Новости дня

08.20 Специальный репортаж (12+)

08.35 «Боевые награды Советского Союза. 1941—1991». Д/Ф. Часть 2-я (12+)

09.25 «ГОНЧИЕ-2» (Россия) (16+)

10.00 Военные новости

10.05 «ГОНЧИЕ-2» (Россия) (16+)

13.00 Новости дня

13.20 «ГОНЧИЕ-2» (Россия) (16+)

14.00 Военные новости
14.05 «ГОНЧИЕ-2» (Россия) (16+)
16.20 Открытый эфир (12+)
18.00 Новости дня
18.30 Специальный репортаж (12+)
18.50 «История морской пехоты России». Д/ф (12+)
19.40 Легенды космоса (6+)
20.25 Код доступа (12+)
21.15 Новости дня
21.25 Открытый эфир (12+)
23.05 Между тем (12+)
23.40 «ДВА ГОДА НАД ПРОПАСТЬЮ»
(СССР, 1966). Драма (6+)
01.35 «НОЧНОЙ ПАТРУЛЬ»
(СССР, 1957). Детектив (12+)
03.15 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА»
(Россия, 1998). Боевик (12+)
04.25 «ЧАСОВЩИК»
(Россия, 2012). Боевик (16+)

МОСКВА24
ТЕЛЕКАНАЛ

- 06.00 Утреннее вещание
- 09.45 Яне Ылты (12+)
- 10.00 Новости (16+)
- 10.15 Московский патруль (16+)
- 10.30 Специальный репортаж (12+)
- 11.00 Новости (16+)
- 11.15 Погода (12+)
- 11.20 ГОСТ (12+)
- 11.45 Яне Ылты (12+)
- 12.00 Новости (16+)

12.00 Новости (12+)
 12.15 Доктор 24 (12+)
 12.45 Новости (16+)
 12.50 Погода (12+)
 13.00 Новости (16+)
 13.15 Сеть (12+)
 13.35 Прямо и сейчас (16+)
 14.00 Новости (16+)
 14.15 ГОСТ (12+)
 14.40 Яне бывы (12+)
 14.45 Погода (12+)
 15.00 Новости (16+)
 15.15 Спорная территория (12+)
 15.35 Прямо и сейчас (16+)
 16.00 Новости (16+)
 16.15 Сеть (12+)
 16.30 Жизнь в большом городе (12+)
 17.00 Новости (16+)
 17.10 Доктор 24 (12+)
 17.35 Интервью (12+)
 17.50 Погода (12+)
 18.00 Новости (16+)

18.15 Сеть (12+)
18.35 Прямо и сейчас (16+)
19.00 Новости (16+)
19.02 Москва сегодня (16+)
19.15 Новости (16+)
19.30 Спорная территория (12+)
19.50 Яне Ыты (12+)
20.00 Новости (16+)
20.30 Рейд (16+)
21.00 Новости (16+)
21.15 Московский патруль (16+)
21.30 Специальный репортаж (12+)
22.00 Новости (16+)
22.20 Спорная территория (12+)
22.40 Новости (16+)
23.00 Вечер (16+)
00.00 Новости (16+)
00.15 Московский патруль (16+)
00.25 Рейд (16+)
01.00 Новости (16+)
01.15 Специальный репортаж (12+)
01.35 Московский патруль (16+)
02.00 Вечер (16+)
03.00 Новости (16+)
03.15 Сеть (12+)
03.30 Без купюр (12+)
04.00 Новости (16+)
04.15 Московский патруль (16+)
04.30 Специальный репортаж (12+)
05.00 Новости (16+)
05.15 Яне Ыты (12+)
05.20 Погода (12+)
05.30 Доктор 24 (12+)



05.00 «Жукики». М/с (6+)

05.25 «Мини-Маппеты». М/с (0+)

05.45 «Доктор Плюшева: Клиника для игрушек». М/с (0+)

06.10 «Алиса знает, что делать!». М/с (6+)

06.35 «Зак Шторм – Суперприят». М/с (6+)

07.05 «Утиные истории». М/с (6+)

07.35 «Пес Пэт». М/с (6+)

07.40 «Герои в масках». М/с (0+)

08.15 «ПУПС». М/с (0+)

08.50 «Удивительная Ви». М/с (6+)

09.20 «София Прекрасная». М/с (0+)

09.50 «Елена – принцесса Авалора». М/с (0+)

10.20 «Хранитель Лев». М/с (0+)

11.00 «Дружные мопсы». М/с (0+)

11.25 «Пупс». М/с (0+)

12.00 «Барашек Шон». М/ф (6+)

13.40 «Улица Далматинцев, 10!». М/с (6+)

14.45 «Семейка Грин в городе». М/с (2+)

17.45 «Гравити Фолз». М/с (12+)

18.45 «Город героев: Новая история». М/с (6+)

19.10 «Амфибия». М/с (12+)

19.30 «История игрушек: Большой побег» (США, 2010). Полнометражный мультфильм (0+)

21.30 «Гравити Фолз». М/с (12+)

- 22.00 «МОГУЧИЕ РЕЙНДЖЕРЫ: ЗВЕРОМОРФЕРЫ» (США) (12+)
- 22.40 Правила стиля (6+)
- 23.00 «Человек-Паук». М/с (12+)
- 00.00 «Великий Человек-Паук». М/с (12+)
- 01.00 «Звездная принцесса и силы зла». М/с (12+)
- 03.05 «Железный человек и Капитан Америка: Союз героев». М/ф (12+)
- 04.15 Музыка на Канале 7 isney (6+)



06.00 «СРЕДИ КАННИБАЛОВ»
(16+)

06.55 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА»
(16+)

08.25 «ОТЧАЯННЫЕ
ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)

09.55 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ»
(16+)

10.40 Правила моей кухни (16+)

11.45 Правила моей пекарни
(16+)

12.50 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА»
(16+)

14.20 «ПО ТУ СТОРОНУ
КРОВАТИ»
(Франция, 2008). Комедия

[Франция], 2005). Комедия

[16+]

16.00 «ДУБЛЬ ДВА» (16+)

16.45 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+)

17.45 Проект «Подиум» (16+)

18.30 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА» (16+)

20.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)

21.30 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ» (16+)

22.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР» (16+)

23.00 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+)

00.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)

01.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР» (16+)

02.15 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ» (16+)

03.00 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+)

04.00 Правила моей пекарни (16+)

05.05 Проект «Подиум» (16+)



06.00 «ГРАНДИОЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК» (12+)

06.25 «Тайны викингов». Д/ф (16+)

08.20 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)

09.50 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)

11.20 «ДОКТОР КТО» (16+)

13.35 «ПАССАЖИРЫ» (США—Австралия, 2016). Фантастика (16+)

15.35 «Древние пришельцы». Д/с. «Пророки и пророчества» (16+)

16.25 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)

18.05 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)

19.35 «ДОКТОР КТО» (16+)

21.20 «АМНЕЗИЯ» (16+)

22.55 «ДОБОГЕЛЬЯН» (16+)

00.30 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)

02.05 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)

03.35 «ПАССАЖИРЫ» (США—Австралия, 2016). Фантастика (16+)

05.35 «ГРАНДИОЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК» (12+)



05.00 Адская кухня [16+]
 07.40 В теме [16+]
08.05 «КЛОН» (Бразилия) [16+]
10.05 «ДОРОГИ ИНДИИ»
 (Бразилия) [16+]
 11.05 Мастершеф [16+]
 14.15 Моя свекровь монстр [16+]
 17.30 Дорогая, я забил! [12+]
 20.40 Мастершеф [16+]
 23.40 В теме [16+]
00.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК»
 (США—Канада) [16+]
 02.40 Адская кухня [16+]
 04.20 Чигора plus част [16+]



- 05.00 Большие чувства (16+)
- 05.10 Омгарт-ТВ (16+)
- 05.30 «ОТЧАЙНЫЕ
ДОМОХОЗЯЙКИ» (США)
(16+)**
- 07.00 Школа доктора
Комаровского (12+)
- 07.30 Утро Пятницы (16+)
- 09.30 Генеральная уборка (16+)
- 10.00 На ножах (16+)
- 13.00 Адская кухня (16+)
- 15.00 Орел и решка.
Чудеса света (16+)
- 16.00 Орел и решка.
Перезагрузка (16+)
- 18.00 Орел и решка. Америка
(16+)**

19.00 Пашанки (16+)

21.00 «ТУРИСТИЧЕСКАЯ ПОЛИДИЯ» (Россия) (16+)

22.00 «МЫЛОДРАМА» (Россия) (16+)

23.00 Теперь я босс (16+)

00.00 «ДОКТОР ХАУС» (США) (16+)

01.30 Пятница Жёвс (16+)

02.00 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (США) (16+)

03.40 Магазинно (16+)

04.40 Рыжие (16+)

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О ВЕГЕТАРИАНСТВЕ

НА ДНЯБ ВО ВСЕМ МИРЕ ОТМЕЧАЛСЯ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ВЕГАНОВ. ВЕГЕТАРИАНСТВО ИЗВЕСТНО УЖЕ НЕСКОЛЬКО СТОЛЕТИЙ, НО ДО СИБ ПОР ИДУТ СПОРЫ, НАСКОЛЬКО ЭТА СИСТЕМА ПИТАНИЯ ПОЛЕЗНА ИЛИ ВРЕДНА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ. «МК-БУЛЬВАР» ПОПЫТАЛСЯ РАЗОБРАТЬСЯ В ЭТОМ ВОПРОСЕ.

Бекст: Бамара АСБАН ФНЗ ОВА



Л противников вегетарианства есть довольно внятные аргументы для того, чтобы сомневаться в целесообразности отказа от мяса.

Дефицит железа, или железодефицитная анемия. А железо делится на гемовое и негемовое. Гемовое железо входит в состав гемоглобина, который участвует в транспортировке кислорода. Гемовое железо содержится в мясе, рыбе, яйцах и молоке, то есть имеет животное происхождение. Считается, что оно почти полностью и легко усваивается человеческим организмом. Негемовое железо содержится

в продуктах растительного происхождения: бобовых, орехах, злаковых, овощах, фруктах и зелени. Оно усваивается организмом намного сложнее. Отсюда и появились такие опасения о дефиците железа у веганов. В то же время лактовегетарианцы *Factis* — молокоццдопускающие употребление молока и молочных продуктов, кроме сырчужных сыров и продуктов с желатином, а также оволовегетарианцы *Эвум* — яйцоцвключающие в свой рацион молочные продукты и яйца, дефицита железа не испытывают. *Хх* образ питания

считается идеальным, особенно после 45 лет. Вегетарианцам рекомендуют употреблять как можно больше зеленых овощей и фруктов, а также зелени. Орехи, бобовые, пивные дрожжи, отруби, пророщенные злаки и грибы являются поставщиками негемового железа. Дтобы оно лучше усваивалось организмом, его лучше есть с продуктами, содержащими витамин С.

Дефицит В12. Этот витамин можно получить из продуктов только животного происхождения. ВВ2 принимает участие в кроветворении, необходим для синтеза ДНз и многих неврологических функций. Для лакто- и ововегетарианцев основным источником ВВ2 являются молоко и яйца. Веганам необходимо принимать синтезированные витамины.

Дети и вегетарианство. С медицинской точки зрения польза вегетарианства доказана для людей старше 35±40 лет. Считается, что отказ от мяса в этом возрасте может снизить риск развития многих заболеваний. Дети тоже могут придерживаться этой системы питания, но специалисты напоминают о необходимости разработать с семейным врачом прием специальных витаминов, чтобы не было дефицита железа и ВВ2. Белок можно получать из сои и другой растительной пищи.

Доказано, что вегетарианцы меньше подвержены таким заболеваниям, как атеросклероз, остеопороз, гипертония, ишемическая болезнь сердца, артриты, артрозы и диабет II типа. Вегетарианский тип питания приводит в норму холестерин, снабжает организм важной для него клетчаткой, что благотворно оказывается на желудочно-кишечном тракте и очищает от токсинов.



05.00	Доброе утро	05.00	Утро России	06.00	Настроение	05.10	«ВТОРОЙ УБОЙНЫЙ»	05.00	Известия				
09.00	Новости	09.00	Вести	08.00	«Александра Завьялова. Затворница». Д/ф (12+)	06.00	Утро. Самое лучшее (16+)	05.20	«ДОЗНАВАТЕЛЬ-2»				
09.25	Доброе утро	09.25	Утро России	08.55	«УБИЙСТВА ПО ПЯТИДАМ-2»	08.05	Доктор Свет (16+)	(Россия)	(Россия)				
09.55	Модный приговор (5+)	09.55	О самом главном (12+)	(Россия, 2019).	Реж. Карен Захаров.	09.00	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (Россия) (16+)	В районе орудуют барсочники... В то же время неизвестные прямо на улице обокрали родителей					
10.55	Жить здорово! (16+)	11.00	Вести	В ролях: Андрей Ильин, Тамара Акулова,	10.00	Сегодня	01.30	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)	дежурного: обнаглевший вор выхватил у них сумку, в которой находился дорогой подарок для сына. (16+)				
12.00	Новости	11.25	Вести. Местное время	Антонина Дивина, Алена Яковлева, Юрий Поляк, Александра Никифорова,	13.00	Сегодня	02.40	«ЗАСТАВА» (Россия) (16+)	07.40				
(с субтитрами)	11.45	Судьба человека (12+)	Константин Соловьев, Олег Алмазов.	13.25	Обзор. Чрезвычайное происшествие	09.00	Известия	«ЗАСТАВА» (Россия) (16+)					
12.15	Время покажет (16+)	12.50	«60 минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым (12+)	Детектив (12+)	14.00	Место встречи	09.25	«ЗАСТАВА» (Россия) (16+)					
15.00	Новости	14.00	Вести	11.30	События	13.00	Известия	13.00	«ЗАСТАВА» (Россия) (16+)				
(с субтитрами)	14.25	Вести. Местное время	11.50	«УБИЙСТВА ПО ПЯТИДАМ-2»	18.15	«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ» (Россия) (12+)	18.55	«СЛЕД» (Россия)	18.55	«СЛЕД» (Россия)			
15.15	Давай поженимся! (16+)	14.45	Кто против? (12+)	12.00	«Окончание (12+)	19.00	Сегодня	Со слов пострадавшей бабушки, внук, не справившись со своими эмоциями в момент ссоры, попытался ее загрызть. Что двигало парнем? Желание убить, напугать, а может, запутать?					
16.00	Мужское / Женское (16+)	17.00	Вести. Местное время	13.00	Он и Она (16+)	19.40	«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ» (Россия) (12+)	19.45	«СЛЕД» (Россия)	19.45	«СЛЕД» (Россия)		
17.00	Время покажет (16+)	17.25	Андрей Малахов. Прямой эфир (16+)	14.30	События	20.00	«ХОРОШАЯ ЖЕНА» (Россия) (16+)	20.30	«СЛЕД» (Россия)	В трехстах километрах от Москвы в реке обнаружен труп пятнадцатилетней московской школьницы. Днем раньше она отправилась с друзьями в туристический поход. (16+)			
18.00	Вечерние новости	18.50	«60 минут». Ток-шоу с Ольгой Скабеевой и Евгением Поповым (12+)	14.50	Город новостей	23.00	ЧП. Расследование (16+)	21.20	«СЛЕД» (Россия)	21.20	«СЛЕД» (Россия)		
(с субтитрами)	20.00	«Горячий лед». Москва. Фигурное катание. Гран-при-2019.	15.05	Вся правда (16+)	23.40	«ПОБЕГ ИЗ МОСКВАБАДА» (Россия, 2016). Реж. Дарья Полторацкая.. В ролях: Мария Машкова, Никита Панфилов, Александр Гришин.	22.00	«ТРИ В ОДНОМ-5» (Россия) (12+)	Студент решает доказать своему одногруппнику, что любви не существует, а романтические отношения – выдумки женщин.				
18.30	«Горячий лед».	20.00	Вести	15.40	«ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ТАЙНА ПАРТИЙНОЙ ДАЧИ» (Россия) (12+)	22.00	«В центре событий» с Анной Прохоровой	22.00	«СЛЕД» (Россия)	Динамичное пари заканчивается кровавой драмой. (16+)			
20.00	Поле чудес (16+)	20.45	Вести. Местное время	17.50	События	23.10	«ПОСЛЕДНИЙ ДОВОД» (Россия) (12+)	22.05	«СЛЕД» (Россия)	Кто-то ударил мужчину так, что он прошел еще некоторое время по улице, потом сел в такси, вышел из него и только после этого умер. (16+)			
21.00	Время	21.00	Премьера. Юморина (16+)	18.10	«ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ТАЙНА ПАРТИЙНОЙ ДАЧИ» (Россия) (12+)	01.00	«Рудольф Нуриев. Неукротимый гений». Д/ф (12+)	23.45	Светская хроника (16+)	На могиле своей недавно скончавшейся жены найден мертвым профессор Петрухин. Перед смертью он вел собственное частное расследование, подозревая, что его жену убили. Связана ли смерть Петрухина с расследованием или он узнал что-то такое, после чего не смог жить дальше? (16+)			
21.30	Голос (12+)	23.45	«Сто причин для смеха».	20.05	«ТРИ В ОДНОМ-6» (Россия) (12+)	02.00	«Закулисные войны в балете». Д/ф (12+)	00.45	«СЛЕД» (Россия) (16+)	00.45	«СЛЕД» (Россия) (16+)		
23.30	Вечерний Ургант (16+)	00.15	«НЕЗАБУДКИ» (Россия, 2013). Реж. Юрий Павлов. В ролях: Елена Шилова, Антон Пампушны, Александр Арсентьев.	22.00	«В центре событий» с Анной Прохоровой	02.25	Квартирный вопрос (0+)	01.30	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)	01.30	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)		
00.25	«Горячий лед».	00.15	«Незабудки» (Россия, 2013). Реж. Юрий Павлов. В ролях: Елена Шилова, Антон Пампушны, Александр Арсентьев.	23.10	«ПОСЛЕДНИЙ ДОВОД» (Россия) (12+)	03.15	Место встречи (16+)	01.45	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)	01.45	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)		
01.30	«НЕТ ТАКОГО БИЗНЕСА, КАК ШОУ-БИЗНЕС» (США, 1954). Реж. Уолтер Лэнг. В ролях: Этель Мерман, Дональд О'Коннор, Мэрилин Монро, Дэн Дэйли, Джонни Рэй, Митци Гейнор, Ричард Истхэм, Хью О'Брайан, Фрэнк МакХью, Риз Уильямс.	01.30	«Нет такого бизнеса, как шоу-бизнес» (США, 1954). Реж. Уолтер Лэнг. В ролях: Этель Мерман, Дональд О'Коннор, Мэрилин Монро, Дэн Дэйли, Джонни Рэй, Митци Гейнор, Ричард Истхэм, Хью О'Брайан, Фрэнк МакХью, Риз Уильямс.	01.00	«Рудольф Нуриев. Неукротимый гений». Д/ф (12+)	04.00	«Закулисные войны в балете». Д/ф (12+)	03.40	Про любовь (16+)	03.40	Про любовь (16+)		
01.30	Комедия.	01.30	«СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ» (Россия)	02.00	«Закулисные войны в балете». Д/ф (12+)	04.00	Петровка, 38 (16+)	04.25	Наедине со всеми (16+)	04.25	Наедине со всеми (16+)		
01.30	Супружеская чета Терри и Молли Донахью с успехом выступала в мюзикле и воспитывала сыновей Стива, Тима и очаровательную дочку Кэтти. И все шло гладко, пока любимые чада не подкинули родителям неожиданные сюрпризы! Стив засобирался в священники, Кэтти заболела мечтами о замужестве, а Тим встретил настоящую любовь – Викторию – начинающую певицу, мечтающую о профессиональной сцене. Однако сердца Виктории оказалось не так-то легко добиться. Но не было счастья, да несчастье помогло... (12+)	03.50	Маниакальными ножницами точным ударом в сонную артерию убит дамский угодник и звезда мужского стриптиза Антон Ломакин. Оперативники обнаруживают, что ни у кого из окружения убитого не было повода убивать Ломакина и при этом убить его... мог каждый. (12+)	02.50	«В центре событий» с Анной Прохоровой (16+)	04.15	«ЗАГАННЫЙ» (США, 2003). Реж. Чарльз Фридкин. В ролях: Томми Ли Джонс, Бенисио Дель Торо, Конни Нильсен, Лесли Стэфенсон, Джон Финн, Хосе Зунига, Рон Канада, Марк Пеллгрино, Женна Бойд.	01.35	Мы и наука. Наука и мы (12+)	01.45	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)	01.45	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)
03.40	Про любовь (16+)	03.50	«СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ» (Россия)	04.00	«Закулисные войны в балете». Д/ф (12+)	04.15	«ЗАГАННЫЙ» (США, 2003). Реж. Чарльз Фридкин. В ролях: Томми Ли Джонс, Бенисио Дель Торо, Конни Нильсен, Лесли Стэфенсон, Джон Финн, Хосе Зунига, Рон Канада, Марк Пеллгрино, Женна Бойд.	02.25	Квартирный вопрос (0+)	03.40	Наедине со всеми (16+)	03.40	Наедине со всеми (16+)
04.25	Наедине со всеми (16+)	03.50	Маниакальными ножницами точным ударом в сонную артерию убит дамский угодник и звезда мужского стриптиза Антон Ломакин. Оперативники обнаруживают, что ни у кого из окружения убитого не было повода убивать Ломакина и при этом убить его... мог каждый. (12+)	04.00	«Закулисные войны в балете». Д/ф (12+)	04.15	«ЗАГАННЫЙ» (США, 2003). Реж. Чарльз Фридкин. В ролях: Томми Ли Джонс, Бенисио Дель Торо, Конни Нильсен, Лесли Стэфенсон, Джон Финн, Хосе Зунига, Рон Канада, Марк Пеллгрино, Женна Бойд.	01.35	Мы и наука. Наука и мы (12+)	01.45	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)	01.45	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия) (16+)



РОССИЯ

МАТЧ!

- 06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...».
Москва скультурная
07.00 Новости культуры
07.05 Правила жизни
07.30 Новости культуры
07.35 «Мечты о будущем». Д/с (Франция). «Искусство будущего»
08.20 Авет времени
08.30 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНЯТЬ НЕЛЬЗЯ» (СССР, 1979). 5 я серия
10.00 Новости культуры
10.20 «СЕЛЬСКАЯ УЧИТЕЛЬНИЦА» (СССР, 1947). Реж. Марк Донской. В ролях: Вера Марецкая, Даниил Сагал, Владимир Белокуров, Павел Олени. Драма
12.00 «Острова». Вера Марецкая
12.55 Открытая книга. «Не кормите и не трогайте пеликанов»
13.25 Черные дыры. Белые пятна
14.10 «Мечты о будущем». Д/с (Франция)
15.00 Новости культуры
15.10 «Письма из провинции». Камчатский полуостров
15.40 «Энigma. Эрих Зингер. История Люцернского фестиваля»
16.25 «ДОМ НА ДУНАХ» (СССР, 1984). Реж. Дмитрий Салынский. В ролях: Анжелика Неволина, Николай Кочегаров, Александр Рязанцев. Драма
17.30 Красивая планета. «Италия. Портовенере, Чинкве-Терре и острова Пальмари, Тиго и Тинетто»
17.45 Исторические концерты. Скрипка. Исаак Стерн. Ведущий Андрей Золотов
18.45 Дарская ложа
19.30 Новости культуры
19.45 Смехоностальгия
20.15 Искатели
21.00 Линия жизни
22.00 Гала-открытие ВЭСанкт-Петербургского международного культурного форума. Трансляция
23.15 Новости культуры
23.35 2 Верник 2
00.25 «39 СТУПЕНИЙ» (Великобритания, 1935). Реж. Альфред Хичкок. В ролях: Роберт Донат, Мадлен Кэрролл, Люси Меннихэм. Триллер
02.00 Искатели
02.45 «Кот и Ко». М/ф

СТС

- 06.00 «Вся правда про ...». Документальный цикл (12+)
06.30 «Второе дыхание». Документальный цикл (12+)
07.00 Новости
07.05 Все на Матч!
08.55 Новости
09.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Анадолу Эфес» (Турция) – «Зенит» (Россия) (0+)
11.00 Новости
11.10 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Франция – Молдавия (0+)
13.10 Новости
13.15 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Англия – Черногория (0+)
15.15 Новости
15.20 Все на Матч!
15.55 «Тает лед» с Алексеем Ягудиным (12+)
16.15 Все на футбол! Афиша (12+)
17.15 Гран-при с Алексеем Поповым (12+)
17.45 Новости
17.55 Футбол. Чемпионат Европы-2021. Молодежные сборные. Отборочный турнир. Россия – Латвия. Прямая трансляция
19.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. ДСКА (Россия) – «Фенербахче» (Турция). Прямая трансляция
21.55 Новости
22.00 Все на Матч!
22.40 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Румыния – Швеция. Прямая трансляция
00.40 Дерби мозгов (16+)
01.20 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Испания – Мальта (0+)
03.20 Конькобежный спорт. Кубок мира. Трансляция из Белоруссии (0+)
04.00 Самые сильные (12+)
04.30 Смешанные единоборства. Yellator. Сергей Харитонов против Мэтта Митриона. Виталий Минаков против Тимоти Джонсона. Трансляция из США (16+)
05.00 Смешанные единоборства. Yellator. Сергей Харитонов против Линтона Васселла. Ольга Рубин против Шинейд Каваны. Трансляция из Израиля (16+)

Карусель

- 05.00 «Ранние пташки». «Новые приключения пчелки Майи», «Монсики», «Буренка Даша» (0+)
06.55 Чик-зарядка (0+)
07.00 С добрым утром, малыши! (0+)
07.30 Чик-зарядка (0+)
07.35 «Хэтчималс. Приключения в Хэтчитопии». М/с (0+)
09.35 «СОННАЯ ЛОЩИНА» (США – Германия, 1999). Ужасы (12+)
11.45 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 3» (ША, 2014). Боевик (16+)
14.05 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 3» (США – Германия, 2015). Боевик (16+)
16.55 Шоу «Уральских пельменей» (16+)
20.00 Русские не смеются (16+)
21.00 «ПРЕДЛОЖЕНИЕ» (США, 2009). Мелодрама (16+)
23.05 «ЧУМОВАЯ ПЯТНИЦА» (США, 2003). Фэнтези (12+)
01.00 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ» (Франция, 2010). Фэнтези (12+)
02.50 «МОЛОДЕЖКА» (Россия) (16+)
04.25 «БОЛЬШАЯ ИГРА» (Россия) (16+)
04.50 Ералаш (0+)
- 07.00 ТНТ. Штд (16+)
09.00 Дом-2. ?ite (16+)
10.15 Дом-2. Остров любви (16+)
11.30 Бородина против Бузовой (16+)
12.30 Дом-2. Спаси свою любовь (16+)
13.25 Большой завтрак (16+)
14.00 «САШАТАНИЯ» (Россия) (16+)
15.00 «УНИВЕР» (Россия) (16+)
17.00 «ИНТЕРНЫ» (Россия) (16+)
20.00 8bmedy Woman (16+)
21.00 Комеди Клаб (16+)
22.00 Открытый микрофон (16+)
23.05 Дом-2. Город любви (16+)
00.05 Дом-2. После заката (16+)
01.10 Такое кино! (16+)
01.40 «ПРОКЛЯТЫЙ ПУТЬ» (США, 2002). Триллер (16+)
03.35 «И ЯНАЧАЛО» (США, 2014). Фантастика (16+)
05.20 Открытый микрофон (16+)
06.00 ТНТ. Yest (16+)
- 05.00 Военная тайна (16+)
06.00 Документальный проект (16+)
07.00 С добрым утром! (16+)
08.30 Новости (16+)
09.00 Документальный проект (16+)
11.00 Как устроен мир (16+)
12.00 Информационная программа 112 (16+)
12.30 Новости (16+)
13.00 Загадки человечества (16+)
14.00 Невероятно интересные истории (16+)
15.00 Документальный проект (16+)
16.00 Информационная программа 112 (16+)
16.30 Новости (16+)
17.00 Тайны Чапман (16+)
18.00 Самые шокирующие гипотезы (16+)
19.00 Информационная программа 112 (16+)
19.30 Новости (16+)
20.00 «Тебе возвело – ты не такой, как все!» Документальный спецпроект (16+)
21.00 «Мой дом – моя крепость». Документальный спецпроект (16+)
23.00 «ПОГРЕБЕННЫЙ ЗАЖИВО» (Испания – Великобритания – Франция, 2010). Реж. Родриго Кортес. В ролях: Райан Рейнольдс, Хосе Луис Гарсиа Перес, Роберт Патerson, Саманта Мэтис. Триллер. Пол – военный, который служит в Ираке по контракту. В ходе боевых действий он теряет сознание. Очнувшись, Пол осознает, что оказался погребенным заживо. С этого момента начинается самая тяжелая психологическая борьба в его жизни. Но хватит ли у Поля сил выбраться из страшной ловушки? (16+)
01.00 «МОТЕЛЬ» (США – Багамы, 2013). Триллер (18+)
02.45 Самые шокирующие гипотезы (16+)
03.30 Тайны Чапман (16+)
04.20 Территория заблуждений (16+)



06.30 6 кадров (16+)
06.40 Удачная покупка (16+)
06.50 Присяжные красоты (16+)
07.50 По делам несовершеннолетних (16+)
08.50 Давай разведемся! (16+)
09.55 Тест на отцовство (16+)
10.55 «ЕСЛИ У ВАС НЕТУ ТЕТИ...» (Россия) (16+)
19.00 «ПРОШУ ПОВЕРИТЬ МНЕ НА СЛОВО» (Россия) (16+)

23.35 Про здоровье (16+)
23.50 «ЛЮБОВНЫЙ НЕДУГ» (Индия, 1982). Мюзикл (16+)
02.25 Присяжные красоты (16+)
05.35 Тест на отцовство (16+)
06.25 6 кадров (16+)



06.00 «СОЛДАТЫ-9» (Россия) (12+)
06.45 Дорожные войны (16+)
09.00 Остановите Вито! (16+)
10.00 Дорожные войны (16+)
12.00 Опасные связи (16+)
13.00 Идеальный ужин (16+)
14.00 «ЗАВТРА НЕ УМРЕТ НИКОГДА» (Великобритания—США, 1997). Боевик (12+)
16.30 «И ДЕЛОГО МИРА МАЛО» (США—Великобритания, 1999). Боевик (16+)
19.00 Дорожные войны (16+)
20.00 Остановите Вито! (16+)
21.00 Решала (16+)
23.00 Опасные связи (18+)
00.00 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ» (Великобритания—Франция, 2003). Комедия (12+)
01.50 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА» (США—Франция—Великобритания, 2011). Комедия (12+)
03.30 «ДИКИЙ» (Россия) (16+)
05.00 Улетное видео (16+)
05.20 Причуды природы (0+)



06.00 Мультфильмы (0+)
09.20 «СЛЕПАЯ» (Россия) (16+)
11.00 Гадалка (16+)
11.30 Новый день (12+)
12.00 Вернувшись (16+)
13.00 Не ври мне (12+)
15.00 Вернувшись (16+)
16.00 Гадалка (16+)
17.00 Знаки судьбы
17.30 «СЛЕПАЯ» (Россия) (16+)

19.00 «ОХЛОБЫСТИНЫ» (Россия) (16+)
20.00 «ПОГОНЯ» (США, 2011). Боевик (16+)
22.15 «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ» (США—Испания, 2012). Боевик (16+)
00.00 «ПАРИЖ: ГОРОД МЕРТВЫХ» (США, 2014). Ужасы (16+)
02.00 Путешествие по судьбе (16+)
05.00 Тайные знаки (12+)
05.45 Мультфильмы (0+)



06.05 Не факт! (6+)
06.50 «ВТОРЖЕНИЕ» (СССР, 1980). Драма (6+)
08.00 Новости дня
08.20 «ВТОРЖЕНИЕ» Окончание (6+)
09.05 «ГОНЧИЕ-3» (Россия) (16+)
10.00 Военные новости
10.05 «ГОНЧИЕ-3» (Россия) (16+)
13.00 Новости дня
13.20 «ГОНЧИЕ-3» (Россия) (16+)
14.00 Военные новости
14.05 «ГОНЧИЕ-3» (Россия) (16+)
18.00 Новости дня
18.35 «ГОНЧИЕ-3» (Россия) (16+)
21.15 Новости дня
21.25 «ГОНЧИЕ-3» (Россия) (16+)
23.10 «Десять фотографий». Игорь Саруханов (6+)
00.00 «АНГЕЛЫ ВОЙНЫ» (Украина, 2012). Драма (16+)
03.45 «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...» (ССР, 1983). Драма (12+)
05.05 «Военный врач Александр Сахаров. Вера длиною в жизнь». Д/ф (12+)



06.00 Утреннее вещание
09.45 Яне бытъ (12+)
10.00 Новости (16+)
10.15 Московский патруль (16+)
10.30 Специальный репортаж (12+)
11.00 Новости (16+)
11.15 Погода (12+)
11.20 ГОСТ (12+)
11.45 Яне бытъ (12+)
12.00 Новости (16+)
12.15 Доктор 24 (12+)
12.45 Новости (16+)
12.50 Погода (12+)
13.00 Новости (16+)
13.15 Сеть (12+)
13.35 Прямо и сейчас (16+)
14.00 Новости (16+)
14.15 ГОСТ (12+)
14.40 Яне бытъ (12+)
14.45 Погода (12+)
15.00 Новости (16+)

15.15 Спорная территория (12+)
15.35 Прямо и сейчас (16+)
16.00 Новости (16+)
16.15 Сеть (12+)
16.30 Жизнь в большом городе (12+)
17.00 Новости (16+)
17.15 Яне бытъ (12+)
17.50 Погода (12+)
18.00 Новости (16+)
18.15 Сеть (12+)
18.35 Прямо и сейчас (16+)
19.00 Новости (16+)
19.02 Москва сегодня (16+)
19.15 Новости (16+)
19.30 Спорная территория (12+)
19.50 Яне бытъ (12+)
20.00 Новости (16+)
20.30 Рейд (16+)
21.00 Новости (16+)
21.15 Московский патруль (16+)
21.30 Специальный репортаж (12+)
22.00 Новости (16+)
22.20 Спорная территория (12+)
22.40 Новости (16+)
23.00 Вечер (16+)
00.00 Новости (16+)
00.15 Московский патруль (16+)
00.25 Рейд (16+)
01.00 Новости (16+)
01.15 Специальный репортаж (12+)
01.35 Московский патруль (16+)
02.00 Вечер (16+)
03.00 Новости (16+)
03.15 Сеть (12+)
03.30 Яне бытъ (12+)
04.00 Новости (16+)
04.15 Московский патруль (16+)
04.30 Специальный репортаж (12+)
05.00 Новости (16+)
05.15 Яне бытъ (12+)
05.20 Погода (12+)
05.30 Доктор 24 (12+)



05.00 «Жужики». М/с (6+)
05.25 «Мини-Макеты». М/с (0+)
05.45 «Доктор Люшев: Клиника для игрушек». М/с (0+)
06.10 «Алиса знает, что делать!» М/с (6+)
06.35 «Зак Шторм — Суперпират». М/с (6+)
07.05 «Утиные истории». М/с (6+)
07.35 «Пес Пэт». М/с (6+)
07.40 Уэнавайка: «Герои в масках». М/с (0+)
08.15 «Лупса». М/с (0+)
08.50 «Удивительная Ви». М/с (6+)
09.20 «София Прекрасная». М/с (0+)
09.50 «Елена — принцесса Авалора». М/с (0+)
10.20 «Хранитель Лев». М/с (0+)
11.00 «Дружные мопсы». М/с (0+)
11.25 «Лупса». М/с (0+)
12.00 «Мухнем на Луну» (Бельгия—США, 2008). Полнометражный мультфильм (12+)



06.00 «Джунгли Атлантиды». Д/ф (16+)
07.55 «Древние пришельцы». Д/с (16+)
08.45 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
10.25 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
12.05 «ДОКТОР КТО» (16+)
13.50 «ДЖУМАНДЖИ» (США, 1995). Фэнтези (16+)
15.35 «Древние пришельцы». Д/с (16+)
16.25 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
18.05 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
19.35 «ДОКТОР КТО» (16+)
21.20 «АМНЕЗИЯ» (16+)
22.55 «12 ОБЕЗЬЯН» (16+)
00.35 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
02.15 «ТАЙНЫ ХЕЙВЕНА» (16+)
03.50 «ДЖУМАНДЖИ» (США, 1995). Фэнтези (16+)
05.35 «ГРАНДИОЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК» (12+)



05.00 Адская кухня (16+)
07.30, 09.50, 23.30 В теме (16+)
07.55 «КЛОН» (Бразилия) (16+)
10.20 «ДОРОГА ИНДИИ» (Бразилия) (16+)
11.20 20.40 Мастершеф (16+)
14.15 Моя свекровь монстр (16+)
17.30 Немножко разведенены (16+)
00.00 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (США—Канада) (16+)
02.35 Адская кухня (16+)



05.00 Большие чувства (16+)
05.10 Олигарх-ТВ (16+)
05.30 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (США) (16+)
07.00 Школа доктора Комаровского (12+)
07.30 Утро Пятницы (16+)
09.30 Верю — не верю (16+)
10.20, 16.00, 17.00, 18.00 Орел и решка (16+)
12.00 Пацанки (16+)
19.00 «ЗВЕЗДНЫЕ ВОЙНЫ: ЭПИЗОД 1» (США, 1999). Боевик (16+)
21.40 «ЗВЕЗДНЫЕ ВОЙНЫ: ЭПИЗОД 5» (США, 1980). Боевик (16+)
00.00 «ГАННИБАЛ» (США—Великобритания—Италия, 2001). Триллер (16+)
02.30 Пятница Жэкс (16+)
03.00 Приманка (16+)
04.40 Большие чувства (16+)

ПЕВИЦА МАКСИМ, А В МИРУ МАРИНА АБРОСИМОВА, НА МИНУВШЕЙ НЕДЕЛЕ ОТМЕТИЛА ПЯТИЛЕТИЕ СВОЕЙ МЛАДШЕЙ ДОЧЕРИ МАШИ. КСТАТИ, ЛИЦА МАЛЫШКИ ДО НЕДАВНИХ ПОР НИКТО, КРОМЕ РОДНЫХ, НЕ ВИДЕЛ. НО РЕБЕНОК ВЫРОС, И ЗВЕЗДНАЯ МАМА НАКОНЕЦ ПОКАЗАЛА ВСЕМ КРАСАВИЦУ ДОЧЬ. «МК-БУЛЬВАР» ПОБЫВАЛ НА ДЕТСКОМ ПРАЗДНИКЕ.

Для праздника был арендован целый зал в элитном ресторане. Среди гостей — только самые близкие друзья семьи. Декор подобрали согласно пожеланиям именинницы: розовый замок с маленьkim троном, сказочные принцессы, которые создавали волшебные молочные коктейли; единороги, пускающие гигантские мыльные пузыри, розовая пантера, пеликан и другие популярные у детей герои. Организацией торжества МакСим занималась самостоятельно. Оказывается, певица частенько придумывает праздники для своих подруг и их детей, поэтому в данном случае создать сказку для своей дочери не составило ей особого труда. Все желающие также могли сделать себе волшебный make-up, принять участие в танцевальных конкурсах и шоу мыльных пузырей.

«к у Маши спрашивала, каким она хочет видеть праздник. Она захотела настоящих бабочек, так что они сегодня будут летать. Але она хотела много шаров. Бакже она любит единорогов, поэтому здесь есть единороги», — поведала певица перед началом детской вечеринки.

и оздравить имениннице с первым юбилеем приехала бабушка Светлана Викторовна, а также духовный отец и по совместительству

ПЕВИЦА МАКСИМ:

«У МЛАДШЕЙ ДОЧЕРИ ГАРДЕРОБНАЯ БОЛЬШЕ, ЧЕМ У МЕНЯ»

Торт для именинницы произвел впечатление на всех гостей.

ству друг звездного семейства отец Лука. мазумеется, мы не могли не спросить о подарках. Оказалось, что презенты на дне рождения маленькой принцессы не хуже, чем у любого взрослого.

«Сегодня, например, ее папа подарил машину «Мерседес». х грушечную. Это роскошный мини-кабриолет красного цвета, он сейчас ждет ее дома. к выбрали для нее платье и сумочку, она у нас модница. Гардеробная у нее больше, чем у меня. н осле воз- вращения из школы все время про- сят наряжать ее в какое-нибудь платье, — поведала МакСим. — Бак

что в основном нам дарят платья. Бакже ей подарили много игрушек, книжек и даже ювелирные укра- шения»

и евица призналась, что ее младшая дочь Маша понимает всю специфику работы мамы, а вот старшая Александра иногда, как говорится, пользуется моментом.

«Недавно она поехала в лагерь и сказала девочкам, что тем, кто будет себя хорошо вести, она даст со мной поговорить по телефону. Мы, конечно, разговаривали с ней на эту тему, что так делать нельзя, но она все равно этим пользуется», — улыбаясь, рассказывала певица.





60.00	Телеканал «Доброе утро. Суббота»	05.00	Утро России. Суббота	06.05	Марш-бросок (12+)	05.15	ЧП. Расследование (16+)	05.00	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия)
09.00	Умницы и умники (12+)	08.15	По секрету всему свету	06.45	АББГДейка (0+)	05.45	«ПРЕМИЯ» (СССР, 1974). Реж. Сергей Микаэлян. В ролях: Евгений Леонов, Владимир Самойлов, Олег Янковский, Михаил Глуский, Армен Джигарханян, Нина Ургант, Виктор Сергачев.		
09.45	Слово пастиря (0+)	08.40	Местное время. Суббота (12+)	07.10	«Мы просто звери, го- спода!» Д/ф (12+).				
10.00	Новости (с субтитрами)	09.20	Пятеро на одного	08.05	Православная энциклопе- дия (6+)				
10.10	Открытие Китая (12+)	10.10	«Сто к одному». Телегра	08.35	«СВАДЕБНОЕ ПЛАТЬЕ» (Украина, 2016). Реж. Вера Яковенко. В ролях: Маргарита Адаева, Антон Макарский, Виктор Сарайкин, Елена Турбал.				
11.15	Теория заговора (16+)	11.00	Вести	13.50	«ТЕЦА-КОМАНДИР» (Россия, 2016). Реж.: Сергей Мезенцев, Анна Ерофеева. В ролях: Янина Соколовская, Максим Дрозд, Анна Васильева.				
12.00	Новости (с субтитрами)	11.20	Вести. Местное время	13.50	Мелодрама (12+)	10.35	«Алексей Баталов. Ради нее я все отдал...» Д/ф (12+)		
12.15	Идеальный ремонт (5+)	11.40	Премьера. Юмор! Юмор! Юмор!!! (16+)	11.30	События	11.30	«А» начинается все с заседа-ния парткома строитель-ного треста, которое в этот раз получилось очень необычным.		
13.15	«Эльдар Рязанов. «Весь юмор я потратил на кино» (12+)	13.50	«ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ» (СССР, 1964). Реж. Эльдар Рязанов. В ролях: Лариса Голубкина, Олег Борисов, Алексей Сафонов.	11.45	Праздничный концерт к Дню сотрудника органов внутренних дел (6+)	13.15	«ШРАМ» (Россия, 2017). Реж. Дмитрий Магонов. В ролях: Анна Тараторкина, Александр Пашков, Эдуард Флеров, Евгения Малахова.		
14.10	«ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ» (СССР, 1964). Реж. Эльдар Рязанов. В ролях: Лариса Голубкина, Олег Борисов, Алексей Сафонов.	13.50	Комедия (0+)	14.30	Детектив (12+)	14.30	«ШРАМ» (Россия, 2017). Реж. Дмитрий Магонов. В ролях: Анна Тараторкина, Александр Пашков, Эдуард Флеров, Евгения Малахова.		
15.55	«Дмитрий Дибров. Мужчина в полном рас-цвете сил» (12+)	14.30	Мелодрама.	14.45	События	14.45	«Окончание» (12+)	05.20	«ДЕТЕКТИВЫ» (Россия)
17.00	«Кто хочет стать миллио-нером?» Спецвыпуск (12+)	14.30	Катвас — так за глаза со-трудники агентства недви-жимости называют свою грозную начальницу Катерину Васильевну Тихонову, которая никому не дает спуску, в особенно-сти своему зятю Юрию. Она считает, что Юра недостоин ее дочки Гали, и делает все для того, чтобы их разве-сти. (12+)	17.20	«КЛЕТКА ДЛЯ СВЕРЧКА» (Россия, 2019). Реж. Владимир Устюгов. В ролях: Елена Великанова, Максим Щеголов, Любовь Германова, Валерий Сторожик.	07.20	Смотр (0+)	07.20	«СЛЕД» (Россия) К детективам обратился Юрий Зубов по поводу смерти своего отца.
18.00	«Горячий лед». Москва. Евгения Медведева, Александра Трусова. Фигурное катание. Гран-при-2019. Женщины. Произвольная программа. Прямой эфир	18.00	«Привет, Андрей!». Вечернее шоу Андрея Малахова (12+)	17.20	Детектив.	08.00	Сегодня	08.00	«СЛЕД» (Россия)
19.45	Футбол. Отборочный матч чемпионата Европы-2020. Сборная России — сборная Бельгии. Прямой эфир	20.00	Вести в субботу	17.20	«ВОЛШЕБНОЕ СЛОВО» (Россия, 2019). Реж. Владимир Устюгов. В ролях: Елена Великанова, Максим Щеголов, Любовь Германова, Валерий Сторожик.	08.20	Готовим с Алексеем Зимним (0+)	08.20	«СЛЕД» (Россия)
21.55	Время	20.00	«ШАНС» (Россия, 2015). Реж. Валерий Девятилов.	17.20	«Следствие вели...» (16+)	08.45	Кто в доме хозяин? (12+)	10.10	«СЛЕД» (Россия) На окраине Москвы в соб-ственной квартире обнару-жена убитой целая семья: отец, мать и шестилетний сын. К делу подключается команда ФСБ (16+)
22.15	День рождения «КВН» (16+)	01.00	В ролях: Полина Стрельникова, Владимир Колганов, Елена Сафонова, Екатерина Соломатина, Игорь Фурманюк.	17.20	«Квартирный вопрос» (0+)	09.25	Едим дома (0+)	11.00	«СЛЕД» (Россия)
00.35	«Горячий лед». Москва. Фигурное катание. Гран-при-2019 (0+)	01.00	Мелодрама (12+)	17.20	Поедем, поедим! (0+)	10.00	Сегодня	00.00	Известия. Главное
01.30	«БЫВШИЕ» (Франция, 2017). Реж. Морис Бартелеми В ролях: Жан-Поль Рув, Патрик Шене, Арно Дюокре, Батист Лекален.	01.00	«ШАНС» (Россия, 2015). Реж. Валерий Девятилов.	17.20	Своя игра (0+)	10.20	Сегодня	00.55	«ЛУЧШИЕ ВРАГИ» (Россия)
03.05	Комедия.	01.00	В ролях: Полина Стрельникова, Владимир Колганов, Елена Сафонова, Екатерина Соломатина, Игорь Фурманюк.	17.20	Следствие вели... (16+)	11.00	Главная дорога (16+)		
03.05	Если Париж — город влюбленных, то он же — и город бывших! Антуан не готов взять на себя обязательства, Дидье испытывает раскаяние перед бывшей женой, Лоран вынужден поздравить экс-супругу Жюли с замужеством, Серже преследует его брошенной подружкой Ализ, Грегу не так тоскливо в компании собаки... его бывший! В картине много герояев, их жизни разбросаны в пестром беспорядке, и все они могут снова стать любимыми. Вопрос, кем? (16+)	01.00	Мелодрама.	17.20	«Международная пилорама» (с Тиграном Keосаяном (18+)	12.00	Еда живая и мертвая (12+)		
03.05	Про любовь (16+)	01.00	Жизнь не балует Женю Соколову. Как многие девчонки из деревни, она приехала покорять Москву, а вскоре оказалась беременной и брошенной на произвол судьбы. Женя уже готова вернуться домой, но судьба уготовила ей страшное испытание. Героиня оказывается втянутой в криминальную историю. Бандиты начинают охоту на Женю, и девушка вынуждена бежать куда глаза глядят, спасая себя и своего будущего ребенка... (12+)	21.00	Постскриптум	13.00	Квартира (16+)		
03.50	Надине со всеми (16+)	01.00	Постскриптум	22.15	Право знать! (16+)	14.00	Лолита.		



РОССИЯ 

МАТЧ!

- 06.30 Библейский сюжет
07.05 «Золотая антилопа», «Тараканище». М/ф
07.55 «ДОМ НА ДИНОНАХ» (СССР, 1984). Реж. Дмитрий Салынский. В ролях: Анжелика Неволина, Николай Кочегаров, Александр Рязанцев, Эдуард Марцевич. Приключения
09.00 Телескоп
09.25 Передвижники. Константин Савицкий
09.55 «ДЕТИ ДОН КИХОТА» (СССР, 1965). Реж. Евгений Карелов. В ролях: Анатолий Папанов, Вера Орлова, Андрюша Бельянинов, Владимир Коренев, Лев Прыгунов, Наталья Фатеева, Наталья Седых. Мелодрама
11.10 Эрмитаж
11.40 Земля людей. «Шансуги. Магия жизни»
12.10 «Голубая планета». Д/с (Великобритания). «Глубины океана»
13.05 «Эффект бабочки». Д/с (Франция). «Фронда. Гражданская война во Франции»
13.35 «39 СТУПЕНЕЙ» (Великобритания, 1935). Реж. Альфред Хичкок. В ролях: Роберт Донат, Мадлен Кэрролл, Люси Меннихайм. Триллер
15.00 «Дотянуться до небес». Д/ф (Россия, 2019)
15.40 Телескоп
16.10 «Энциклопедия загадок». Д/с. «Тайна бессмертия буддийского монаха»
16.40 Линия жизни
17.30 «ПАРИЖСКАЯ ЛЮБОВЬ КОСТИ ГУМАНКОВА» (Россия, 2005). Реж. Константин Одегов. В ролях: Константин Одегов, Светлана Чуйкина, Сергей Беляев. Мелодрама
19.05 Большая опера-2019
21.00 Агора
22.00 Клуб 37
23.00 Сергей Курышев, Ирина Тычинина, Дарья Ленда в спектакле Малого драматического театра — Театра Европы «Враг народа». Режиссер Л.Додин
0.40 «Голубая планета». Д/с (Великобритания). «Глубины океана»
01.35 Искатели
02.20 «Перевал». М/ф

СТС

- 06.00 Смешанные единоборства. Yellator. Сергей Харитонов против Линтона Васселла. Ольга Рубин против Шинейд Каваны. Трансляция из Израиля (16+)
07.00 Реальный спорт. Единоборства
07.45 «На пути к Евро-2020». Специальный репортаж (12+)
08.15 Все на футбол! Афиша (12+)
09.15 Новости
09.25 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Швейцария — Грузия (0+)
11.25 Новости
11.30 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Босния и Герцеговина — Италия (0+)
13.30 Новости
13.35 «Тает лед» с Алексеем Ягудиным (12+)
13.55 Все на Матч!
14.55 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. «Ростов-Дон» (Россия) — «Бухарест» (Румыния). Прямая трансляция
17.05 Новости
17.10 Все на Матч!
17.55 «Формула-1». Гран-при Бразилии. Свободная практика. Прямая трансляция
19.00 Новости
19.05 Все на футбол!
19.55 «Формула-1». Сезон-2019. Специальный репортаж (12+)
20.15 Все на Матч!
20.55 «Формула-1». Гран-при Бразилии. Квалификация. Прямая трансляция
22.00 Новости
22.05 Все на футбол!
22.40 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Северная Ирландия — Нидерланды. Прямая трансляция
00.40 Все на Матч!
01.15 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Германия — Белоруссия (0+)
03.15 Гандбол. Лига чемпионов. Мужчины. «Чехословские медведи» (Россия) — ГОГ (Дания) (0+)
05.00 Конькобежный спорт. Кубок мира. Трансляция из Белоруссии (0+)

•Карусель

- 06.00 Ералаш (0+)
06.50 «Приключения Кота в сапогах». М/с (0+)
07.15 «Спирит. Дух свободы». М/с (5+)
07.40 «Три кота». М/с (0+)
08.05 «Том и Джерри». М/с (0+)
08.30 «Уральские пельмени». Смехбокс (16+)
09.25 ПроSTO кухня (12+)
10.30 Шоу «Уральских пельмени» (16+)
12.05 Русские не смеются (16+)
13.05 «ДЮПЛЕКС» (США, 2003). Комедия (12+)
14.55 «ПРЕДЛОЖЕНИЕ» (США, 2009). Мелодрама (16+)
17.00 Форт Боярд. Возвращение (16+)
18.55 «МАСКА» (США, 1994). Комедия (12+)
20.55 «8 ПОДАРУГ ОУШЕНА» (США, 2018). Боевик (16+)
23.05 «МОРСКОЙ БОЙ» (США, 2012). Боевик (12+)
01.35 «СОННАЯ ЛОЩИНА» (США — Германия, 1999). Ужасы (12+)
03.20 «МОЛОДЕЖКА» (Россия) (16+)
04.50 Ералаш (0+)

TНТ
07.00 ТНТ. Шоу (16+)
08.00 «ТНТ - usic» (16+). Музыкальная программа
08.30 ТНТ. Шоу (16+)
09.00 Дом-2. ?ite (16+)
10.00 Дом-2. Остров любви (16+)
11.00 Где логика? (16+)
14.00 Комеди Клаб. Дайджест (16+)
17.25 «ПОЛЯРНЫЙ» (Россия) (16+)
19.30 Битва экстрасенсов (16+)
21.00 Танцы (16+)
23.05 Дом-2. Город любви (16+)
00.05 Дом-2. После заката (16+)
01.10 ТНТ - usic (16+)
01.40 «ОМЕН» (Великобритания — США, 1976). Ужасы (18+)
03.35 «КОРОЛИ УЛЛД-2» (США, 2011). Реж. Крис Фишер. В ролях: Рэй Амотта, Шон Эхтоси, Скотт Норман, Клифтон Пауэлл, Кевин Чэлмен, Инбар Лави. Триллер (16+)
05.00 Открытый микрофон (16+)
06.00 ТНТ. Vest (16+)
- 05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко (16+)
07.20 01.40 «К-9: СОБАЧЬЯ РАБОТА» (США, 1989). Реж. Род Дэниэл . В ролях: Джеймс Белуши, Мел Харрис, Кевин Тай, Эд О'Нил, Джерри Ли, Джеймс Хэнди, Дэниэл Дэвис, Коттер Смит, Джон Снейдер, Прюитт Тэйлор Винс и др. Комедия (12+)
09.15 Минтранс (16+)
10.15 Самая полезная программа (16+)
- 11.15 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко (16+)
15.20 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко (16+)
17.20 «Как жить без этого? 8 грядущих потери!» Документальный спецпроект (16+)
19.30 «ДЖУМАНДЖИ: ЭОВ ДЖУНГЛЕНЬ» (США, 2017). Реж. Джеик Кэздан. В ролях: Дуэйн Джонсон, Кевин Харт, Джек Блэк, Карен Гиллан, Риз Дэриби, Бобби Каннавале, Ник Джонас, Алекс Вулф, Сер'Дарилс Блэн, Мэдисон Айсмен и др. Приключения. Четверо подростков оказываются внутри игры «Джуманджи». Их ждет схватка с носорогами, черными мамбами, а на каждом шагу будет подстерегать бесконечная череда ловушек и головоломок. Чтобы пройти игру и оставаться в живых, им придется перевоплотиться в персонажей игры: робкий и застенчивый Спенсер трансформируется в отважного и сильного исследователя, здоровяк Фридж — в коротышку, модница и красавица Беттани — в профессора, а неуклюжая и нескладная Марта становится бесстрашной и ловкой амазонкой. Друзьям придется привыкнуть к совершенно новым и таким непривычным для себя ролям и найти дорогу домой. (16+)
- 21.40 «КРОКОДИЛ ДАНДИ»** (Австралия, 1986). Реж. Питер Фраймен. В ролях: Пол Хоган, Линда Козловски, Джон Майллон, Энди Галпили, Ричи Сингер, Мэгги Блэнко, Стив Рэмден и др. Комедия (16+)
23.40 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2» (Австралия — США, 1988). Реж. Джон Корнелл. В ролях: Пол Хоган, Линда Козловски, Джон Майллон, Энди Динго, Стив Рэмден, Джерри Скилтон, Гас Меркюрио. Комедия (16+)
03.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко (16+)





06.30 Удачная покупка (16+)
06.40 6 кадров (16+)
07.10 «КОСНУТЬСЯ НЕБА»
(Россия—Украина, 2007).
Мелодрама (16+)
09.00 «ТОЛЬКО ТЫ»
(Россия, 2010). Мелодрама
(16+)
10.55 «МАМА ЛЮБА»
(Россия, 2014). Мелодрама
(16+)
15.20 «БЕЛЫЕ РОЗЫ
НАДЕЖДЫ»
(Украина, 2011). Мелодрама
(16+)
19.00 «ВТОРАЯ ЖИЗНЬ»
(Россия, 2015). Мелодрама
(16+)
22.50 «КРАСИВЫЙ
И УПРЯМЫЙ»
(Индия, 1970). Мелодрама
(16+)
01.55 «ЕСЛИ У ВАС НЕТУ
ТЕТИ...» (Россия) (16+)
05.00 «КОСНУТЬСЯ НЕБА» (16+)



06.00 Причуды природы [0+]
08.00 «ИДЕЛОГО МИРА
МАЛО»
(США—Великобритания,
1999). Боевик [16+]
10.40 «ОБРАТНАЯ СТОРОНА
ЛУНЫ» (Россия). [12+]



06.00 Мультфильмы (0+)

10.00 Мама *Ильсия* (16+)

11.00 «ОБМАНИ МЕНЯ» (США)
(12+)

13.00 «ПАРИЖ. ГОРОД
МЕРТВЫХ»
(США, 2014).
Ужасы (16+)

15.00 «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ»
(США—Испания, 2012).
Боевик (16+)



17.00	«ПОГОНЯ» (США, 2011). Боевик (16+)
19.00	«ВНЕ/СЕБЯ» (США, 2015). Фантастика (16+)
21.15	«НЕУПРАВЛЯЕМЫЙ» (США, 2010). Триллер (16+)
23.15	«СУДНЫЙ ДЕНЬ» (США—ЮАР— Великобритания— Германия, 2008). Фантастика (18+)
01.30	Охотники за привиден- (16+)



32 МК-БУЛЬВАР ▷ 11 НОЯБРЯ-17 НОЯБРЯ ▷ 2019

и у ўшму ўш! и а э кэ мММв а вэ вп мэ М к цю а э ѿш т юш ѿшМв у ў ѿш а ў ѿшМи ѿшМ ѿшМ ю «Мь-Бцй л и мэ м» а э ѿш ѿшМ

05.45 «КОГДА Я СТАНУ ВЕЛИКАНОМ»
(СССР, 1978). Мелодрама
(0+)

07.25 Рыбий жыр (6+)

08.00 Морской бой (6+)

09.00 Новости дня

09.15 «Легенды цирка»
с Эдгардом Запашным (6+)

09.45 «Последний день», Георгий
Юматов (12+)

10.30 Не факт! (6+)

11.00 «Улика из прошлого». «Следствие по тему: тайна смерти Ясира Арафата» (16+)

11.55 «Загадки века» с Сергеем
Медведевым. Д/с.
«Мастер шпионажа» (12+)

12.45 Специальный репортаж
(12+)

13.00 Новости дня

13.15 «СССР. Знак качества»
с Гариком Сукачевым.
«Мода для народа» (12+)

14.05 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ»
(Россия, 2009). Мелодрама

14.05 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ»
(Россия, 2009). Мелодрама
(16+)

18.00 Новости дня

18.10 «Задол!»
с Николаем Петровым.
Информационно-
аналитическая программа

18.25 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ»
Продолжение (16+)

22.25 «ДЕНУ СМЕРТИ СПРОСИ
У МЕРТВЫХ»
(СССР, 1978). Драма (12+)

00.00 «ЧАСОВЩИКИ»
(Россия, 2012). Годчина (25+)

00.00 **«ЧАСОВЩИК»**
(Россия, 2012). Боевик (16+)

01.55 **«ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА»**
(СССР, 1981). Драма (12+)

03.25 **«Я СЛУЖУ НА ГРАНИДЕ»**
(СССР, 1973). Киноповесть
(6+)

04.45 **«ПОДКИДЫШ»**
(СССР 1939). Комедия (0+)

МОСКВА24
ТЕЛЕКАНАЛ

06.00 Новости (16+)
06.15 Специальный репортаж (12+)
06.30 Яне Ыты (12+)
07.00 Новости (16+)
07.10 ГОСТ (12+)
08.00 Новости (16+)
08.15 Сеть (12+)
08.30 Климат (12+)
09.00 Новости (16+)
09.15 Специальный репортаж (12+)
09.25 ГЭ завод (12+)
10.00 Новости (16+)
10.15 Спорная территория (12+)
10.30 Сделано в Москве (12+)
11.00 Новости (16+)

11.10 ГОСТ (12+)
 12.00 Новости (16+)
 12.15 Сеть (12+)
 12.30 Без купюр (12+)
 13.00 Новости (16+)
 13.15 Специальный репортаж (12+)
 13.30 Яне Ыты (12+)
 14.00 Новости (16+)
 14.15 Спорная территория (12+)
 14.30 Фанимани (12+)
 15.00 Новости (16+)
 15.10 ГОСТ (12+)
 16.00 Новости (16+)
 16.15 Специальный репортаж (12+)
 16.30 Климат (12+)
 17.00 Новости (16+)
 17.15 Сеть (12+)
 17.30 Москва с акцентом (12+)
 18.00 Новости (16+)
 18.15 Спорная территория (12+)
 18.35 Специальный репортаж (12+)
 19.00 Новости (16+)
 19.15 Специальный репортаж (12+)
 19.30 Фанимани (12+)
 20.00 Новости (16+)
 20.15 Сеть (12+)
 20.25 Без купюр (12+)
 21.00 Новости (16+)
 21.15 Спорная территория (12+)
 21.35 Специальный репортаж (12+)
 22.00 Новости (16+)
 22.15 Сеть (12+)
 22.30 ГЭ автод (12+)
 23.00 Новости (16+)
 23.10 ГОСТ (12+)
 00.00 Новости (16+)
 00.15 Специальный репортаж (12+)
 00.30 Климат (12+)
 01.00 Новости (16+)
 01.20 Сеть (12+)
 01.35 Специальный репортаж (12+)
 02.00 Новости (16+)
 02.15 Спорная территория (12+)
 02.30 Яне Ыты (12+)
 03.00 Новости (16+)
 03.15 Специальный репортаж (12+)
 03.30 Фанимани (12+)
 04.00 Новости (16+)
 04.15 Спорная территория (12+)
 04.35 Специальный репортаж (12+)
 05.00 Новости (16+)
 05.15 Сеть (12+)
 05.30 Без купюр (12+)

06.15 «Микки и веселые гонки». М/с (0+)

06.35 «Мини-Маппеты». М/с (0+)

07.05 «Гигантозавр». М/с (0+)

07.35 «Пес Пэт». М/с (6+)

07.40 «Герои в масках». М/с (0+)

08.15 «Удивительная Ви». М/с (6+)

08.50 «Хранитель Лев». М/с (0+)

09.20 «Елена – принцесса Авалаора». М/с (0+)

09.50 «София Прекрасная». М/с (0+)

10.20 «ПУПС». М/с (0+)

11.00 «Дружные мопсы». М/с (0+)

11.25 «Елена – принцесса Авалаора». М/с (0+)

12.00 «Уходи, Единорог!». М/с (6+)

12.30 «Утиные истории». М/с (6+)

13.30 «МИССИЯ ДАРВИНА» (США, 2009).
Фантастика (12+)

15.20 «История игрушек: Большой побег». М/ф (0+)

17.20 «Рататуй». М/ф (0+)

19.30 «Зверополис». М/ф (6+)

21.45 «ЛЫСЫЙ НЯНЬКА: СПЕЦЗАДАНИЕ» (США, 2005).
Боевик (6+)

23.35 «КОРОЛЬ АРТУР» (США, 2004).
Боевик (12+)

01.50 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ДИНОЗАВР» (Австралия, 2017).
Приключения (6+)

03.20 «Гравити Фолз». М/с (12+)

04.15 Музыка на Канале 7 Disney (6+)



06.00 «ГРАНДИОЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК-ПАУК» (12+)

07.40 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)

11.25 «Монстры на каникулах».
М/ф (6+)

12.55 «Монстры на каникулах-2».
М/ф (6+)

14.25 «ДОКТОР КТО» (16+)

20.00 «Сезон охоты». М/ф (12+)

21.25 «ВСПОМНИТЬ ВСЕ»
(США—Канада, 2012).
Фантастика (16+)

23.20 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА-3»
(Германия—США—
Франция—Австралия—
Великобритания, 2007).
Ужасы (16+)

01.00 «АМНЕЗИЯ» (16+)

05.05 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИЧАЛЕННИЯМИ» (16+)



- 05.00 Осторожно, няня! (16+)
- 07.20 Моя свекровь – монстр (16+)
- 22.00 «НЕСНОСНЫЕ ЛЕДИ» (США, 2016). Драма (16+)
- 00.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК» (США-Канада) (16+)
- 04.15 Осторожно, няня! (16+)



05.00 Пацанки. Возвращение домой (16+)

06.00 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ» (США) (16+)

07.30 Школа доктора Комаровского (12+)

08.00 Барышня-крестьянка (16+)

10.00 Регина+1 (16+)

11.00 Орел и решка. Рай и ад-2 (16+)

12.00 Орел и решка. Чудеса света (16+)

13.00 Орел и решка. Ильеевна Юбденяков (16+)

14.00 Орел и решка. Россия (16+)

16.00 Орел и решка. Перезагрузка (16+)

21.40 «ЭВЗЕДНЫЕ ВОЙНЫ: ЭПИЗОД 6 – ВОЗВРАЩЕНИЕ ДЖЕДАЙ» (США, 1983). Фантастика (16+)

00.00 «КРАСНЫЙ ДРАКОН» (Германия–США, 2002). Триллер (16+)

02.30 4gentlyью 2.0 (16+)

03.00 Магазинно (16+)

04.50 Рычаги (16+)

АЗ КУ Ы

д 11 а 17 у ббз б



СКОРПРОН

24.10 22.11

Дкорпионам необ одимо устроить встречу стары друзей, с которыми вы давно не виделись. иам нуОно это общение. иы почувствуете прилив сил и, вполне возможно, найдете деловых партнеров. дтарайтесь больше отды ать на этой неделе. щ не берите на себя №Оие обязанности.

ОВЕН

21.03 20.04

Овнам имеет смысл подумать о том, чтобы начать копить деньги и перестать совершать необдуманные покупки. х менно сейчас удачное время для начала осуществления своих планов. Но для того, чтобы они начали реализовываться, не спешите делиться подробностями с близкими и коллегами по работе.

ЕЛЕ

21.04 21.05

Бельцы будут разрываться между домом и работой. На вас навалится такое количество дел, что об отдыхе вы сможете только мечтать. Не суетитесь. х в приоритеты поставьте все-таки домашние дела. Сейчас ваши близкие нуждаются

в поддержке и помощи, даже если не просят об этом напрямую.

БЛРЗНЕ

22.05 21.06

Одиночных Близнецов на этой неделе может заинтересовать эффектный незнакомец, с к оторым вы встретитесь по деловому вопросу. Л вас могут сложиться романтические отношения, если вы дадите себя завоевать. Не берите инициативу в свои руки и не формируйте события.

РАК

22.06 22.07

макам предстоит жаркая неделя. Будет много дел на работе, коллегам потребуются ваши помощь и советы. Дома без вас не начнется ни одно дело, а друзьям захочется использовать вас в качестве жилетки. и остайтесь везде успеть и всем помочь. Силы вы сможете черпать от общения с любимыми людьми.

ЛЕВ

23.07 23.08

Львов ждет серьезный разговор с кем-то из членов семьи. В дальнейшем беседа повлияет на ваше будущее. и осле разговора вы сможете простить человека, на которого давно держали обиду. Всю неделю старайтесь дела не откладывать на потом, а выполнять их по мере поступления. х наче погрязнете в долгах.

ДЕВА

22.08 23.09

Семейные представители знака и те, кто давно в отношениях, будут наслаждаться гармонией. Бем, кто мечтал разойтись со своей половинкой, сейчас самое время поставить точку в отношениях. Но не бросайтесь с головой в новые романы. Ни к чему хорошему это не приведет. Наступит полнейшее опустошение.

ВЕС

24.09 23.10

Весы должны быть готовы к тому, что с навалившимися на вас труд-

ностями вы не справитесь в одиночку. и просите помощи у старших родственников и прислушивайтесь к их советам. Не нужно просить в долг и брать кредит, даже если это будет казаться единственным выходом из сложившейся ситуации.

С РЕЛЕ

23.11 21.12

Стрельцы, мечтающие сменить место работы, приступайте к ее поискам. Сейчас самое удачное время для этого. Для остальных все будет спокойно. Но скучать вам не дадут злопыхатели. Страйтесь не слушать сплетен, которыми они вас будут развлекать. х наче вы будете втянуты в неприятности.

КОЗЕРОГ

22.12 20.01

зозероги должны заняться собой. Отложите в с торону дела и от- правляйтесь по магазинам. Вам необходимо обновить гардероб. А вместе с новыми вещами придут и изменения в личной жизни — как у одиночных знаков, так и у семейных. Одиночные дождутся предложения, семейные — найдут ответ на вопрос, который давно искали.

ВОДОЛЕ

21.01 18.02

Водолеи, помните о с воей цели, к которой идете. Вас будут убеждать свернуть с намеченного пути, но никого не слушайте и не бойтесь провала. Все у вас получится, просто не поддавайтесь влиянию. х даже если это ваши родственники, они не могут знать, что для вас лучше и правильнее.

Р Б

19.02 20.03

мыбы проведут довольно спокойную неделю. Но несколько не приятных вопросов придется все же решить. Не доверяйте словам, смотрите на дела. Готовьтесь к конфликтам в с емье. и роятся проблемы, которые давно копились в ваших отношениях. и оставайтесь поговорить по душам и понять друг друга.



- 05.10 «СУМКА ИНКАССАТОРА» (СССР, 1977). Реж. Август Балтрушайтис. В ролях: Георгий Бурков, Донатас Банионис, Елена Наумкина, Витаутас Томкус. Детектив (0+)

06.00 Новости

06.10 «СУМКА ИНКАССАТОРА» Окончание (0+)

06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)

07.40 Часовой (12+)

08.10 Здоровье (16+)

09.20 Непутевые заметки (12+)

10.00 Новости (с субтитрами)

10.15 Жанна Бадоева в проекте-путешествии «Жизнь других» (12+)

11.15 Видели видео? (6+)

12.00 Новости (с субтитрами)

12.20 Видели видео? (6+)

14.00 Концерт Александра Серова (12+)

15.25 «Горячий лед». Москва. Фигурное катание. Гран-при-2019. Показательные выступления (0+)

17.30 Рюриковичи (16+)

19.25 Шоу Максима Галкина «Лучше всех!» (0+)

21.00 Время

22.00 Большая игра (16+)

23.45 К 100-летию Анатолия Добринина. «Самый главный посол» (12+)

00.50 «СКАНДАЛЬНЫЙ ДНЕВНИК» (Великобритания, 2006). Реж. Ричард Айр. В ролях: Джуди Денч, Кейт Бланшетт, Том Джорджсон, Майкл Мэлоуни, Джозеинна Скэнэн, Шон Паркес, Эмма Кеннеди, Сирита Кумар, Эндрю Симпсон. Триллер.

Барбара Коветт — старейший преподаватель обычной британской средней школы. Ученники и коллеги побаиваются грозной дамы, сама же Барбара безумно страдает от одиночества. Вскоре она начинает опекать новую учительницу искусства Шебу Харт — милью, искреннюю и наивную. Решив, что обрела в лице Барбары настоящую подругу, Шеба рассказывает ей о своем тайном романе с 15-летним учеником Стивеном Конноли, не подозревая, что подставляет себя под сильнейший удар... (16+)

02.35 Про любовь (16+)

03.20 Наедине со всеми (16+)

- 04.40 Сам себе режиссер

05.20 «ПОЗДНЯЯ ЛЮБОВЬ». (Россия, 2012). Реж. Сергей Алешкин. В ролях: Евгения Дмитриева, Андрей Егоров, Алена Константинова. Мелодрама (12+)

07.20 Семейные каникулы

07.30 «Смехопанорама» Евгения Петросяна

08.00 Утренняя почта

08.40 Местное время. Воскресенье

09.20 Когда все дома

10.10 Сто к одному

11.00 Вести

11.20 «ЛИДИЯ» (Россия, 2018). Реж. Петр Степин. В ролях: Мария Куликова, Алексей Фатеев, Анна Мареева. Мелодрама (12+)

13.40 «НА КАЧЕЛЯХ СУДЬБЫ». (Россия, 2018). Реж. Валерий Ибрагимов. В ролях: Евгения Лоза, Антон Батырев, Дмитрий Пчела. У Катерины хорошая семья: муж Алексей и дочь Оксана. Однако счастье оказывается недолговечным. Она уличает Алексея в измене и сгоряча подает на развод. Попытки Алексея доказать свою невиновность и помириться ни к чему не приводят. По настоянию Кати он уходит из семьи, а затем, отчаянно скучая по семье, уезжает на опасную работу в горы. Катя пытается начать жизнь с чистого листа. За ней ухаживает друг детства Феликс (Дмитрий Пчела), давно и безнадежно в нее влюбленный. Катя старается забыть об Алексее, но вскоре понимает, что это невозможно... (12+)

18.20 «Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя птица»

20.00 Вести недели

22.00 Москва. Кремль. Путин

22.40 Воскресный вечер (12+)

01.00 Новый элемент русской таблици (12+)

02.10 «ПОЗДНЯЯ ЛЮБОВЬ». (Россия, 2012). Реж. Сергей Алешкин. В ролях: Евгения Дмитриева, Андрей Егоров, Алена Константинова. Мелодрама (12+)

04.00 Смехопанорама

- | | |
|-------|---|
| 06.05 | «ПРИТВОРЩИКИ»
(Россия, 2016). Реж. Ольга Ланд. В ролях: Анастасия Евграфова, Никита Юрьев, Михаил Филиппов.
Комедия.
Михаил без памяти влюбился в Юлю.
Представительный генерал Макар Ильич и его жена Вера Васильевна, женщина строгих правил, предпочитают видеть в зятях достойного мужчины из хорошей семьи. Когда бравый генерал изъявляет желание познакомиться с родителями молодого человека, Миша, мама которого давно умерла, а отец «мотает» срок в провинциальной колонии, нанимает пару профессиональных актеров, которые должны сыграть его родителей. (12+) |
| 08.00 | Фактор жизни (12+) |
| 08.30 | «ТРИ В ОДНОМ-Б»
(Россия) (12+) |
| 10.30 | Ералаш (6+) |
| 10.40 | Спасите, я не умею готовить! (12+) |
| 11.30 | События |
| 11.45 | «БАЛАМУТ»
(СССР, 1978).
Реж. Владимир Роговой.
В ролях: Вадим Андреев, Наталья Казанчева, Евгения Симонова.
Комедия.
Парень из деревни приезжает в Москву поступать в институт. В студенческой среде он быстро становится лидером. Все бы хорошо, но есть у него две проблемы — неразделенная любовь и английский язык.. (12+) |
| 13.30 | Смех с доставкой на дом (12+) |
| 14.30 | Московская неделя |
| 15.00 | «Женщины Валерия Золотухина». Д/ф (16+) |
| 15.55 | Прощание (16+) |
| 16.40 | «Николай Еременко. Эдипов комплекс». Д/ф (16+) |
| 17.35 | «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЛЕС»
(Россия) (12+) |
| 21.15 | «ОГНЕННЫЙ АНГЕЛ»
(Россия) (12+) |
| 00.05 | События |
| 00.20 | «ОГНЕННЫЙ АНГЕЛ»
(Россия) (12+) |
| 01.20 | Петровка, 38 (16+) |
| 01.30 | «ДОКТОР КОТОВ»
(Россия) (12+) |
| 05.25 | Московская неделя |

- | | |
|-------|---|
| 05.05 | Таинственная Россия (16+) |
| 06.00 | Центральное телевидение (16+) |
| 08.00 | Сегодня |
| 08.20 | «У нас выигрывают!». Лотерейное шоу (12+) |
| 10.00 | Сегодня |
| 10.20 | Первая передача (16+) |
| 11.00 | Чудо техники
«Чудо техники» отправится в «солнечный» город!
Как работает крупнейший в России комплекс солнечных электростанций и можно ли заставить солнечные панели давать больше электроэнергии — о разработках, которые уже применяют в Оренбурге, расскажут в новом выпуске программы. Из рубрики «За что такие деньги?» зрители узнают, почему некоторые модели стиральных машин так сильно отличаются в цене и правда ли, что дорогие машины стирают лучше дешевых. Сергей Малоземов выяснит, что из чудо-товаров действительно «чудо» — самоочищающаяся швабра, планшет для рисования водой или инновационная сушка для обуви. (12+) |
| 11.50 | Дачный ответ (0+) |
| 13.00 | НашПотребНадзор (16+) |
| 14.00 | Россия рулит! (12+) |
| 16.00 | Сегодня |
| 16.20 | Следствие вели... (16+) |
| 18.00 | Новые русские сенсации (16+) |
| 19.00 | Итоги недели |
| 20.10 | Звезды сошлись (16+) |
| 21.45 | Ты не поверишь! (16+) |
| 22.55 | Основано на реальных событиях (16+) |
| 02.15 | Жизнь как песня (16+) |
| 03.35 | «ВТОРОЙ УБОЙНЫЙ»
(Россия)
На свадьбу не явилась свидетельница — лучшая подруга невесты. Невеста уверена — девушка мертва. Делу ни за что не дали бы ход, если бы женихом на этом торжестве не был бы новый начальник. Подопригоры. Начинается расследование, которое приводит в известнейший московский ресторан «Каморра», где работала пропавшая девушка. Самойлов и Зазонов не подозревают, что за их разыскными мероприятиями внимательно наблюдает таинственный итальянец... (16+) |

- 05.00 «Моя правда. Валерия». А/ф (16+)

06.15 «Моя правда. Татьяна Буланова. «Не бойтесь любви». А/ф (16+)

07.05 «Моя правда. Евгений Осин». А/ф (16+)

08.00 Светская хроника (16+)

09.00 «Моя правда. Витас. Седьмой элемент». А/ф (16+)

10.00 «ШЕФ»
(Россия)
Макс Тихомиров изо всех сил старается подмять под себя бизнес, принадлежащий «авторитетному бизнесмену» Карамьяну. Однако тот оставляет пыль Макса, напоминая, что если с ним что-то случится, то Макса «порвут» его друзья – Островский и Рома Симоновы. Начальник охраны Тихомирова предлагает привлечь кнейтрализации Карамьянна скинхедов-отморозков. В этом случае никто не подумает на Макса Тихомирова... Случайно на улице Растрогуев встречает своего бывшего одноклассника Игоря Свиридова. Свиридов недавно освободился, но жизнь его не наложена, в его комнате в коммуналке постоянно обитают какие-то ханьги, а сам Свиридов подрабатывает разнорабочим в одном ресторанчике... (16+)

11.00 «ШЕФ»
(Россия)
В городе совершенено громкое убийство. Киллер в одежде клоуна застрелил известного адвоката Мусатова, его жену и двух охранников, но пощадил его восемнадцатого сына. Растрогуев, узнав о преступлении, вспомнил события трехлетней давности в Москве. «Благодаря» клоуну, тогда погиб его друг... Теперь, чтобы поймать неуловимого киллера, придется волоплотить хитроумный план. Растрогуев доносит до ушей Макса Тихомирова информацию о том, что его заказал... (16+)

16.30 «ШЕФ-2»
(Россия) (16+)

00.55 «БАРС И ЛЯЛЬКА»
(Россия) (2+)

02.35 Большая разница (16+)



РОССИЯ

МАТЧ!

СТС

РЕН

- 06.30 «Эффект бабочки». Д/с (Франция)
- 07.05 «Драймовочка». М/ф
- 07.35 «ПАРИЖСКАЯ ЛЮБОВЬ КОСТИ ГУМАНКОВА» (Россия, 2005). Реж. Константин Одегов. В ролях: Константин Одегов, Светлана Чуйкина, Сергей Беляев. Мелодрама
- 09.10 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым
- 09.35 Мы — грамотеи!
- 10.15 «ЖДИТЕ ПИСЕМ» (СССР, 1960). Реж. Юлий Карасик. В ролях: Всеволод Абдулов, Анатолий Кузнецов, Александра Завьялова. Драма
- 11.50 «Письма из провинции». Камчатский полуостров
- 12.15 Диалоги о животных
- 13.00 «Другие Романовы». «Августейшая ницца»
- 13.30 «Нестоличные театры». «Урал Опера Балет»
- 14.10 «ВЕСЕЛАЯ ЖИЗНЬ» (Великобритания, 1951). Реж. Брюс Хамберстоун. В ролях: Дэвид Нивен, Вера-Эллен, Сизар Ромеро, Бобби Хоуз, Дайан Харт. Комедия
- 15.50 Больше, чем любовь
- 16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком
- 17.10 «Пешком...». Москва — шоссе Энтузиастов
- 17.35 «Алибек. Династия Кантемировых». Д/ф
- 18.30 «Романтика романса». Братья Покрас посвящается
- 19.30 Новости культуры
- 20.10 «ДЕТИ ДОН КИХОТА» (СССР, 1965). Реж. Евгений Карелов. В ролях: Анатолий Папанов, Вера Орлова. Мелодрама
- 21.25 «Белая студия»
- 22.10 «Шедевры мирового музыкального театра». Йонас Кауфман, Мария Агреста, Марко Вратоњи в опере Дж. Верди «Отелло». Постановка театра «Ковент-Гарден». 2017
- 00.50 «ВЕСЕЛАЯ ЖИЗНЬ» (Великобритания, 1951). Реж. Брюс Хамберстоун. В ролях: Дэвид Нивен, Вера-Эллен, Сизар Ромеро, Бобби Хоуз, Дайан Харт. Комедия
- 02.25 «Контакт», «Заяц, который любил давать советы», «Дарю тебе звезду». М/ф

- 06.00 «Формула-1». Сезон-2019. Специальный репортаж (12+)
- 06.20 Скейтбординг. - oscow Skateboarding шреп 2019. Трансляция из Москвы (0+)
- 07.00 Бокс. Уаре э пискл пы Артем Лобов против Джейсона Найта. Реванши. Прямая трансляция из США
- 08.00 «Тает лед» с Алексеем Ягудиным» (12+)
- 08.20 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Хорватия — Словакия (0+)
- 10.20 Новости
- 10.30 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Азербайджан — Уэльс (0+)
- 12.30 Новости
- 12.35 На гол старше (12+)
- 13.05 Гран-при с Алексеем Поповым (12+)
- 13.35 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Россия — Бельгия (0+)
- 15.35 «Россия — Бельгия. ?ive». Специальный репортаж (12+)
- 15.55 Новости
- 16.00 Все на Матч!
- 16.55 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Сербия — Украина. Прямая трансляция
- 18.55 Новости
- 19.00 Все на Матч!
- 19.50 «Формула-1». Гран-при Бразилии. Прямая трансляция
- 22.15 Новости
- 22.20 Все на Матч!
- 22.40 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Албания — Франция. Прямая трансляция
- 00.40 Все на Матч!
- 01.15 Футбол. Чемпионат мира среди юношей. Матч за 3-е место. Трансляция из Бразилии (0+)
- 03.15 Конькобежный спорт. Кубок мира. Трансляция из Белоруссии (0+)
- 04.00 Футбол. Чемпионат Европы-2020. Отборочный турнир. Косово — Англия (0+)

- 06.00 Ералаш (0+)
- 06.50 «Приключения Кота в сапогах». М/с (6+)
- 07.15 «Спирит. Дух свободы». М/с (6+)
- 07.40 «Три кота». М/с (0+)
- 08.05 «даревны». М/с (0+)
- 08.30 Шоу «Уральских пельменей» (16+)
- 09.30 Рогов в городе (16+)
- 10.35 «Уральские пельмени». Смеховок (16+)
- 10.40 «ЧУМОВАЯ ПЯТНИЦА» (США, 2003). Фэнтези (12+)
- 12.40 «МАСКА» (США, 1994). Комедия (12+)
- 14.45 «В ПОДРУГУ ОУШЕНА» (США, 2018). Боевик (16+)
- 17.00 Форт Боярд. Возвращение (16+)
- 18.35 «Angry Birds в кино». (Финляндия—США, 2016). Полнометражный анимационный фильм. (6+)
- 20.30 «ФАНТАСТИЧЕСКАЯ ЧЕТВЕРКА. ВТОРЖЕНИЕ СЕРЕБРЯНОГО СЕРФЕРА» (США—Германия—Великобритания, 2007). Фантастика (12+)
- 22.25 «ФАНТАСТИЧЕСКАЯ ЧЕТВЕРКА» (США—Германия, 2015). Фантастика (12+)
- 00.25 Дело было вечером (16+)
- 01.25 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ» (Франция, 2010). Фэнтези (12+)
- 03.05 «МОЛОДЕЖКА» (Россия) (16+)
- 04.40 Ералаш (0+)
- 07.00 ТНТ. Штд (16+)
- 09.00 Дом-2. ?ite (16+)
- 10.00 Дом-2. Остров любви (16+)
- 11.00 Перезагрузка (16+)
- 12.00 Битва экстрасенсов (16+)
- 13.35 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ» (Китай, 2017). Реж. Стэнли Тун. В ролях: Джеки Чан, Диша Патани, Амира Даструр, Аариф Ли, Мия Муци. Боевик (12+)
- 15.35 «+» (Франция, 2011). Реж. Оливье Накаш, Эрик Толедано. В ролях: Франсуа Клюзе, Омар Си, Аин Ле Ни, Одри Флеро, Жозефин де Мо. Драма (16+)

- 18.00 Комеди Клаб. Дайджест (16+)
- 19.30 Комеди Клаб (16+)
- 20.30 План Б (16+)
- 22.05 Штандр (16+)
- 23.05 Дом-2. Город любви (16+)
- 00.05 Дом-2. После заката (16+)
- 01.10 Тако кино! (16+)
- 01.40 ТНТ - usic (16+)
- 02.10 «ОМЕН-4: ПРОБУЖДЕНИЕ» (Канада—США, 1991). Ужасы (18+)
- 03.50 «БЕЛЫЕ ЛЮДИ НЕ УМЕЮТ ПРЫГАТЬ» (США, 1992). Комедия (16+)
- 05.35 Открытый микрофон (16+)
- 06.30 ТНТ. Vest (16+)
- 05.00 «Котики, вперед!» М/с (0+)
- 06.50 «Буренка Даша». М/с (0+)
- 06.55 Чик-зарядка (0+)
- 07.00 С добрым утром, малыши! (0+)
- 07.30 Чик-зарядка (0+)
- 07.40 «Дракоша Тоша». М/с (0+)
- 09.00 Съедобное или несъедобное (0+)
- 09.25 «44 котенка». М/с (0+)
- 10.20 «Ник-изобретатель». М/с (0+)
- 10.45 Мастерская «Умелые ручки» (0+)
- 11.00 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». М/с (0+)
- 12.30 Крутой ребенок (0+)
- 13.00 «Говорящий Том: Герои». М/с (0+)
- 13.10 «Оранжевая корова». М/с (0+)
- 13.55 Доктор Малышкина (0+)
- 14.00 Ералаш (6+)
- 14.50 «Свинка Пеппа». М/с (0+)
- 15.40 «Супер4». М/с (6+)
- 16.20 «Лео и Тиг». М/с (0+)
- 18.00 «Радужный мир Руби». М/с (0+)
- 18.40 «Щенячий патруль». М/с (0+)
- 20.20 «Сказочный патруль. Хроники чудес». М/с (0+)
- 20.30 Спокойной ночи, малыши! (0+)
- 20.45 «Маша и Медведь». М/с (0+)
- 22.30 «Ниндзяго». М/с (6+)
- 22.55 «Эволюция Черепашек-ниндзя». М/с (6+)
- 23.20 «Бен 10». М/с (12+)
- 23.50 «Смешарики. Пин-код». М/с (6+)
- 01.00 «ЛЕГО. Мир юрского периода». М/с (0+)
- 01.40 «Куми-Куми». М/с (12+)
- 02.35 «Маленько королевство Бена и Холли». М/с (0+)
- 03.45 «Смурфики». М/с (0+)

- 05.00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко (16+)
- 08.30 «24 ЧАСА НА ЖИЗНЬ» (ЮАР—Китай—США, 2017). Реж. Брайан Смэрз. В ролях: Итан Хоук, Пол Андерсон, Рутгер Хаэр, Сий дин, Тайрон Кеог. Мистический боевик (16+)
- 10.10 «ВНЕЗАПНАЯ СМЕРТЬ» (США, 1995). Реж. Питер Хайамс. В ролях: Жан-Клод Ван Дамм, Пауэрс Бут, Рэймонд Дик Бэрри, Росс Мэддинджер, Дориан Хэрвуд и др. Боевик (16+)
- 12.20 «БЕН-ГРУ» (США, 2016). Реж. Тимур Бекмамбетов. В ролях: Джек Хьюстон, Тоби Кеббел, Родриго Санторо, Назанин Бониади, Айелет Эзур. Боевик (16+)
- 14.40 «ГЕРАКЛ» (США, 2014). Реж. Брэд Рэтнер. В ролях: Дуэйн Джонсон, Аксель Хенни, Иэн МакШейн, Джон Херт, Руфус Сьюэлл. Боевик (16+)
- 16.30 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ» (США, 2017). Реж. Джей Кэздан. В ролях: Дуэйн Джонсон, Кевин Харт, Джек Блэк, Карен Гиллан, Риз Дэрби, Бобби Каннавале. Приключения (16+)
- 18.50 «КРОКОДИЛ ДАНДИ» (Австралия, 1986). Реж. Питер Фраймен. В ролях: Пол Хоган, Линда Козловски, Джон Майллон, Дэвид Галилли. Комедия (16+)
- 20.45 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2» (Австралия—США, 1988). Реж. Джон Корнелл. В ролях: Пол Хоган, Линда Козловски, Джон Майллон, Эрик Дингон, Стив Рэймен, Джерри Скилтон, Гас Меркюри и др. Комедия (16+)
- 23.00 «Добров в эфире». Информационно-аналитическая программа (16+)
- 00.00 Военная тайна (16+)
- 03.40 Самые шокирующие гипотезы (16+)
- 04.30 Территория заблуждений (16+)



- 06.30 6 кадров (16+)
 06.35 Удачная покупка (16+)
06.45 «ПЛАНА НА ПРОКАТ»
 (Украина—Россия, 2008).
 Комедия (16+)
08.45 Пять ухинов (16+)
09.00 «ВАША ОСТАНОВКА,
МАДАМ!»
 (Россия, 2008). Мелодрама
 (16+)
10.55 «ВТОРАЯ ЖИЗНЬ»
 (Россия, 2015). Мелодрама
 (16+)
11.55 Полезно и вкусно (16+)
12.00 «ВТОРАЯ ЖИЗНЬ»
 Продолжение (16+)
14.35 «ПРОШУ ПОВЕРИТЬ
МНЕ НА СЛОВО»
 (Россия, 2015). Мелодрама
 (16+)
19.00 «НИТИ ЛЮБВИ»
 (Россия, 2014). Мелодрама
 (16+)
22.55 Про здоровье (16+)
23.10 «ХАМРАЗ»
 (Индия, 1967). Мелодрама
 (16+)
02.40 «ЕСЛИ У ВАС НЕТУ
ТЕТИ...» (Россия) (16+)
05.45 Замуж за рубеж (16+)



- 06.00 «ОБРАТНАЯ СТОРОНА**
ЛУНЫ» (Россия) (16+)
23.00 +100500 (18+)
00.00 «МОНСТРО»
 (США, 2008). Ужасы (16+)
01.40 Причуды природы (0+)
04.20 Мультфильмы (0+)



- 06.00** Мультфильмы (0+)
09.30 Новый день (12+)
10.00 Мультфильмы (0+)
11.00 «ОБМЯН МЕНЯ» (США)
 (12+)
13.00 «ХРОНИКА»
 (США, 2012). Фантастика
 (16+)
14.45 «ВНЕ/СЕБЯ»
 (США, 2015). Фантастика
 (16+)
17.00 «НЕУПРАВЛЯЕМЫЙ»
 (США, 2010). Триллер (16+)
19.00 «СМЕРТЕЛЬНАЯ ГОНКА»
 (США—Великобритания—
 Германия, 2008).
 Фантастика (16+)
21.00 «СМЕРТЕЛЬНАЯ
ГОНКА-2: ФРАНКЕНШТЕЙН ЖИВ»
 (Германия—ЮАР, 2010).
 Фантастика (16+)

- 23.00 Охлобыстини (16+)
00.00 «Мама Йорсса»
 (США—ЮАР—
 Великобритания—
 Германия, 2008).
 Фантастика (18+)
03.00 Охотники за привидениями
 (16+)



- 06.10 «НОЧНОЙ**
МОТОДИКЛИСТ»
 (СССР, 1972). Детектив (12+)
07.30 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА»
 (Россия, 1998). Драма (12+)
09.00 «Новости недели»
 с Юрием Подкопаевым
09.25 Служу России!» (12+)
09.55 Военная приемка (6+)
10.45 Код доступа (12+)
11.30 «Скрытые угрозы»
 с Николаем Чиндяйкиным.
 «Продовольственные
 войны» (12+)
12.30 «ОТРЯД ОСОБОГО
НАЗНАЧЕНИЯ»
 (СССР, 1978). Приключения
 (12+)
14.10 «МУР» (Россия) (16+)
18.00 Главное с Ольгой Беловой
19.25 «Легенды советского
сыска», Д/с (16+)
20.10 «Незримый бой», Д/с (16+)
23.00 «Фетисов», Ток-шоу (12+)
23.45 Рыбий жир (6+)
00.20 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА
И «КАТИУША»
 (СССР, 1967). Трагикомедия
 (0+)

- 02.00 «ДЕНУ СМЕРТИ СПРОСИ**
У МЕРТВЫХ»
 (СССР, 1978). Драма (12+)
03.10 «КОГДА Я СТАНУ
ВЕЛИКАНОМ»
 (СССР, 1978). Мелодрама
 (0+)
04.35 «ПО ДАННЫМ
УГОЛОВНОГО
РОЗЫСКА...»
 (СССР, 1980). Детектив (0+)



- 06.00** Новости (16+)
06.15 Специальный репортаж (12+)
06.30 ГЭ завод (12+)
07.00 Новости (16+)
07.10 ГОСТ (12+)
08.00 Новости (16+)
08.15 Сеть (12+)
08.30 Без купюр (12+)
09.00 Новости (16+)
09.15 Специальный репортаж (12+)
09.25 Фанимани (12+)
10.00 Новости (16+)
10.15 Спорная территория (12+)

- 10.30 Яне Ыты (12+)
11.00 Новости (16+)
11.10 ГОСТ (12+)
12.00 Новости (16+)
12.15 Сеть (12+)
12.30 Климат (12+)
13.00 Новости (16+)
13.15 Специальный репортаж (12+)
13.30 Сделано в Москве (12+)
14.00 Новости (16+)
14.15 Спорная территория (12+)
14.30 ГЭ завод (12+)
15.00 Новости (16+)
15.10 ГОСТ (12+)
16.00 Новости (16+)
16.15 Специальный репортаж (12+)
16.30 Без купюр (12+)
17.00 Новости (16+)
17.15 Сеть (12+)
17.30 Яне Ыты (12+)
18.00 Новости (16+)
18.15 Спорная территория (12+)
18.35 Специальный репортаж (12+)
19.00 Новости (16+)
19.15 Специальный репортаж (12+)
19.30 ГЭ завод (12+)
20.00 Новости (16+)
20.15 Сеть (12+)
20.25 Климат (12+)
21.00 Новости (16+)
21.15 Спорная территория (12+)
21.35 Специальный репортаж (12+)
22.00 Новости (16+)
22.15 Сеть (12+)
22.30 Фанимани (12+)
23.00 Новости (16+)
23.10 ГОСТ (12+)
00.00 Новости (16+)
00.15 Специальный репортаж (12+)
00.30 Без купюр (12+)
01.00 Новости (16+)
01.20 Сеть (12+)
01.35 Специальный репортаж (12+)
02.00 Новости (16+)
02.15 Спорная территория (12+)
02.30 Сделано в Москве (12+)
03.00 Новости (16+)
03.15 Специальный репортаж (12+)
03.30 ГЭ завод (12+)
04.00 Новости (16+)
04.15 Спорная территория (12+)
04.35 Специальный репортаж (12+)
05.00 Новости (16+)
05.15 Сеть (12+)
05.30 Климат (12+)



- 05.00 «Храбрый олененок»**, М/ф (6+)
05.25 «Изысканная Нэнси,
Клэнси», М/с (0+)

- 05.50 «Доктор Плюшева:**
Клиника для игрушек»,
 М/с (0+)
06.15 «Микки и веселые гонки»,
 М/с (0+)
06.35 «Мини-Малпеты», М/с (0+)
07.05 «Гигантозавр», М/с (0+)
07.35 «Пес Пэт», М/с (0+)
07.40 «Герои в масках», М/с (0+)
08.15 «Удивительная Ви», М/с (6+)
08.50 «Хранитель Лев», М/с (0+)
09.20 «Елена — принцесса
Авалоры», М/с (0+)
09.50 «София Прекрасная», М/с (0+)
10.20 «ПУПС», М/с (0+)
11.00 «Дружные мопсы», М/с (0+)
11.25 «Елена — принцесса
Авалоры», М/с (0+)
12.00 «Ходи, Единорог!», М/с (6+)
12.30 «Улица Далматинцев, 101»,
 М/с (6+)
13.30 «Лысый Нянька:
СПЕДЗАДАНИЕ»
 (США, 2005). Боевик (6+)
15.25 «Ежик Бобби: Колючие
приключения», М/ф (6+)
17.20 «Зверополис», М/ф (6+)
19.30 «Рататуй», М/ф (0+)
21.45 «КОРОЛЬ АРТУР»
 (США, 2004). Боевик (12+)
00.20 «МАЛЫШ»
 (США, 2000).
Фэнтези (6+)
02.10 «ОДНАЖДЫ В СКАЗКЕ»
 (США) (12+)
03.35 «Аладдин», М/с (0+)
04.20 Музыка на Канале 7 isneu (6+)



- 06.00 «ГРАНДИОЗНЫЙ**
ЧЕЛОВЕК-ПАУК» (12+)
08.05 «ЗВЕЗДНЫЕ ВРАТА» (16+)
11.55 «ТЕМНАЯ БАШНЯ»
 (США, 2017). Ужасы (16+)
13.40 «ПАССАЖИРЫ»
 (США—Австралия, 2016).
 Фантастика (16+)
15.40 «ДОКТОР КТО» (16+)
20.00 «Сезон охоты-2», М/ф (12+)
21.20 «РОБОТ ПО ИМЕНИ
ЧАППИ»
 (ЮАР—США, 2015).
 Фантастика (16+)
23.20 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА-4:
ЖИЗНЬ ПОСЛЕ СМЕРТИ»
 (Германия—Франция—
 США—Канада—
 Великобритания, 2010).
 Ужасы (18+)
00.55 «АМНЕЗИЯ» (16+)
05.05 «ОХОТНИКИ ЗА
ПРИВИДЕНИЯМИ» (16+)



- 05.00** Осторожно, няня! (16+)
08.45 Дорогая, я забил (12+)
15.00 Папа попал (12+)
23.00 «НЕСНОСНЫЕ ЛЕДИ»
 (США, 2016).
 Драма (16+)
01.20 «МЫСЛИТЬ
КАК ПРЕСТУПНИК»
 (США—Канада) (16+)
04.15 Адская кухня (16+)



- 06.00 «ТРЕБУЕТСЯ НЯНЯ»**
 (Россия, 2005).
 Триллер (16+)
07.55 «КОГДА ГАРРИ
ВСТРЕТИЛ САЛЛИ»
 (США, 1989).
 Драма (16+)
09.30 Правила моей пекарни
 (16+)
10.35 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА»
 (16+)
14.20 «ОТЧАЙНЫЕ
ДОМОХОЗЯЙКИ» (16+)
20.00 «МИСТИЧЕСКАЯ
ПИДА»
 (США, 1988).
 Драма (16+)
21.40 «ПИТЕР ПЭН»
 (Великобритания—
 Австралия—США—Новая
 Зеландия, 2003). Фэнтези
 (16+)
23.45 «ЧУДЕСА С НЕБЕС»
 (США, 2016).
 Драма (16+)
01.45 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+)



- 05.00** Пацанки. Возвращение
 домой (16+)
06.00 «ОТЧАЙНЫЕ
ДОМОХОЗЯЙКИ» (США)
 (16+)
07.30 Школа доктора
 Комаровского (12+)
08.00 Регина+ (16+)
09.00 «ЗВЕЗДНЫЕ ВОЙНЫ:
ЭПИЗОД 5 — ИМПЕРИЯ
НАНОСИТ ОТВЕТНЫЙ
УДАР»
 (США, 1980). Фантастика
 (16+)
11.40 «ЗВЕЗДНЫЕ ВОЙНЫ:
ЭПИЗОД 1 — СКРЫТАЯ
УГРОЗА»
 (США, 1999). Фантастика
 (16+)
17.00 Мир наизнанку. Бразилия
 (16+)
22.00 «МИДНАЙТ, ТЕХАС»
 (США) (16+)
02.00 4gentleshow (16+)
02.40 Магазинно (16+)
04.40 Рыжие (16+)



◆
Отдыхали в Бурции. Отель понравился, номер — вообще супер, а полотенца такие пушистые — еле чемодан закрыли.

◆
На перроне сидит мужик и, насвистывая себе под нос какую-то мелодию, крошил воробышкам хлебушек. Бе, радостно чирикая, клюют. Вдруг по перрону, распугив всех воробьев, пробегает другой мужик. И отом бежит обратно, мечется из стороны в сторону. Вот, что кормил птичек, спрашивает:
— До стряслось?
— От поезда отсталожВышел за газетой и отсталожЭто просто кошмарж
— Да чего ж кошмарногоТо? Без меня вот тоже поезд ушелжБак что считайте, что вам крупно повезлож
— Вы издеваетесь надо мной? Зак же повезло?Ж же должен был ехать в том поездеж пассажирж
— я должен был ехать... Но выто пассажир, а я машинист.

◆
В Лхрюпинске прошел фестиваль небогатых музыкальных коллективов «мок за сырк».
— Дем летчики открывают бутылки?
— Й ыцжНе произносим в полете слово «штопор»ж

◆
— Нефть в цене падаетж
— Наверное, и бензин тоже?
— Бензин — нет.
— И очему?
— Наверное, его у нас не из нефти делают.

◆
Бри часа ночи — а тут вдруг сосед колотит кулаком в дверьжк так перепугался, что у меня дрель из рук выпала.

◆
В автобусе:
— Девушка, вы, наверное, стриптизерша?
— Да, а как вы догадались?
— Вы за поручень ногой держитесь.

◆
— Марьиванна, но ведь эти школьные знания никогда в жизни мне не пригодятся.
— Бвой папа, Вовочка, тоже так думал, поэтому и наделал столько ошибок в твоем домашнем задании.

◆
аапись в школьном дневнике: «Ваш ребенок глотает окончания слов». Ответ родителей: «анам, ругам».

◆
А енщина у дантиста:
— аанаете, доктор, я так боюсь зубы лечить, что согласна скорее родить, чем переносить боль от бормашины.
Дантист:
— Вы определяйтесь скорее,

чтобы я знал, как устанавливать кресло.

◆
Мужик приходит с работы поздно, на столе записка: «и ельмени в морозилке, суп на плите. Геннадия в шкафу не буди, ему в ночь».

◆
Будь проще, и к тебе потянутся мошенники.

◆
— Доктор, что за идиотское лечение вы мне назначили?

— До ж тут идиотского: принять на ночь 2 таблетки аспирина и горячую ванну...

— Ладно аспирин, но ваннуж н осле первых 80 литров меня стошило.

◆
В анкете для поступления в токарный техникум всего один вопрос: «Вы хорошо подумал, сынок?»

◆
В обычной семье мать говорит сыну:

— и осле того как погладил кошку — вымы рукиж В семье кошатников:

— Горошенько вымой руки, прежде чем кошку гладитьж

◆
Сын спрашивает отца:
— и апа, а в твоей жизни была настоящая любовь?
— Была на заре туманной юности, но потом туман рассеялся, и я встретил твою маму.

◆
— Не знал, что Васю так любили его родственники, они так искренне рыдали на его похоронах.

— Это не родственники, а соседи. Л него вай-фай был не запаролен.

◆
Самое главное в моссии — это образование детей. Нужно прилагать максимум усилий, чтобы детей образовывалось больше.

◆
Обсуждение прошедшего корпоратива.

— А во сколько вы разошлись?
— Лично я разошлась ближе к двенадцати, а ушла в половине третьего.

classifieds ►

По вопросам размещения рекламы в разделе Classifieds обращайтесь с 10.00 до 19.00 по телефонам:
(495) 781-4743, (495) 781-4732.

Адрес: ул. 1905 года, д.7
(Ст. метро «Улица 1905 года»)

E-mail: classifieds@mk.ru

АНТИКВАРИАТ

куплю

антикварный дом купит дорого: иконы, картины
т. 8-985-995-22-22

ОККУЛЬТНЫЕ УСЛУГИ

предлагаю

ЛЮБОВЬ Владимировна

- Предсказываю судьбу
- Верну мужа, жену
- Сниму порчу, сглаз, венец безбрачия
- Удача в бизнесе

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 8(910)455-66-66 Ст.м.«Кунцевская»



ЭВЕЛИНА БАШДАНС ДО СИБ ПОР НЕ БОИТСЯ ЭКСПЕРИМЕНТИРОВАТЬ, УЧАСТВУЕТ В РИСКОВЫХ ТЕЛЕВИЗИОННЫХ ПРОЕКТАХ, ИГРАЕТ НА ОДНОЙ СЦЕНЕ СО СКАНДАЛЬНЫМ, КАК О НЕМ ГОВОРЯТ КОЛЛЕГИ, СТАНИСЛАВОМ САДАЛЬСКИМ. «МК-БУЛЬВАР» ОБСУДИЛ С АКТРИСОЙ ВОЗРАСТ, РАЗНИЦУ В ВОСПИТАНИИ СЫНОВЕЙ И ОБРАЗ МЕДСЕСТРЫ.

ИЛЬИНА



Будущая кинозвезда родилась в Ялте и там же окончила обычную среднюю школу.

— Ч велина, давно известно, что вы не боитесь рисковать, но иногда как ется, будто на съемках «д орта уоярд» вам пришлось совсем не сладко...

— К сначала согласилась, а потом подумала, что сильно погорячилась. Х когда ехала в машине из аэропорта до Ля-мошеля, стала еще больше бояться и переживать. Но ничего, все получилось. Организаторы тоже понимали, что сильно сложные испытания лучше давать народу помоложе. А нас, взрослых, там не так много и было. Со всего сезона я да Михаил Шац, адорово — вернуться в то место, где была двадцать лет назад. Это приятные воспоминания и вообще классная игра. Не знаю, поехала бы я снова на «Н оследний герой»... маньше я твердо отвечала на это предложение «нет», потому что ребенок был маленький, а сейчас Семена в школу отправила и задумалась. Наверное, поехала бы. В любом случае ты испытываешь себя, получаешь новые эмоции. Для меня в меньшей степени важно, сколько я простою в каком-то конкурсе, смогу ли я создать из



ИЛЬИНА

ЭВЕЛИНА БАШДАНС:

Бекст: Виталий БмОДазх С

«У МЕНЯ ЕСТЬ ОБРАЗЫ, КОТОРЫМИ Я МОГУ ГОРДИТЬСЯ»



66 БЫЛ МОМЕНТ КОГДА Я НЕНАВИДЕЛА ОБРАЗ МЕДСЕСТРЫ. НО ЭТО ЗНАЧИМЫЙ ЭТАП В МОЕЙ ЖИЗНИ

своей команды какой-то коллектив со своим правильным микроклиматом. Это интересно. Но туда, где есть риск здоровью и угроза жизни, я навряд ли поеду. С вышек прыгать, например, точно не мое.

— С таким саёмочным графиком, наверное, и отдохнуть летом толком не успели...

— Нам нужно было хорошо отдохнуть, потому что первого сентября Семен у меня пошел в первый класс. Сначала мы были месяц в зрыму, на моей родине, у мамы. к приезжала, уезжала: сремки, гастроли, спектакли, творческие вечера. Но сын безвылазно провел там месяц. А потом мы полетели в Бурцию. мешали сделать еще одну вылазку перед школой, чтобы зарядиться солнышком, морем, поесть всяких вкусняшек.

— х аверное, есть большая разница в воспитании старшего сына х иколая и

младшего Семена, ребенка с особенностями развития? Уточните, на ваш взгляд, в формировании ребенка?

— Дети, как обезьянки, берут от нас все. и оэтому только на личном примере. Оли мама сложила кофточку и положила на полку в шкаф, значит, и ребенку хочется сложить и положить. Оли мама нежно общается со своими близкими, в частности с ребенком, то и ребенку хочется того же. Оли я говорю, что его люблю, значит, и в ответ слышу, что он меня любит. А если дома происходят стычки, скандалы, не дай бог, произносятся какие-нибудь грубые слова, то ребенок это, конечно же, перенимает. Мы не можем оградить наших детей от улицы, садиков и школы, где они собирают и тут же приносят домой самое нехорошее. От этого никто не застрахован. х , отпуская его сейчас в школу, понимаю, что

Эвелина уверена, что благодаря образу медсестры в постановках комик-труппы «Маски» ей удалось стать одним из первых секс-символов России.

он может принести удивительные для меня вещи и словечки. Но что касается моего с ним общения, то в последнее время я стала более строгой, более требовательной. Оли раньше я многие вещи делала за него: сумку нести, штаны надевать, руки мыть, то сейчас мы активно готовимся ко взрослой жизни. и оэтому сегодня приходится иногда ждать Семена, пока он наденет кроссовки. к терпелива в этом вопросе, понимаю — необходимо, чтобы он сделал это сам. к даю Семену сегодня больше самостоятельности, больше права выбора. Готя иногда хитрю, понимая, например, что он не хочет есть ни котлету, ни суп, а лишь торт. и риходитя ему предлагать на выбор суп, котлету или петрушку, которую он терпеть не может, заранее зная, что выберет котлету или суп. зогда он срест суп, я опять предложу выбор: котлету или петрушку. Он выберет котлету. Баким образом Семен у меня хорошо ест. х обязательно получит торт.

— Семен х иколай похор и по характеру?

— Л нас очень большой брат. х у него этот год, как и у меня, юбилейный: мне 50, Николаю 25. Он живет в х зраиле. Служил три года

С Сергеем Шнуровым на съемках нового сезона программы «Форт Боярд»



в армии, потом учился, а теперь работает — к сожалению, не может бывать у нас часто. На свой юбилей я не захотела пышного праздника. Денежки, которые я планировала потратить на торжество, внесла первым взносом в свой благотворительный фонд, а сама решила встретить пятидесятилетие с самыми родными людьми — с сыновьями. Мы вместе провели замечательную неделю. Было очень интересно наблюдать за общением Семена и Николая.

— **ш что удивило?**

— Оказалось, что Семен у меня более наглый, что ли. з огда з оля приходил со своими друзьями, а некоторые друзья были старше его, то Сема всех их строил, обрясяял, как правильно играть в футбол и во все остальное. Он очень общительный парень. з огда мы жили в «Артеке», Семен знал абсолютно всех, со всеми здоровался, со всеми общался. Он всегда первым подходит знакомиться и со взрослыми, и с детьми. к даже в какие-то моменты пытаюсь его останавливать. Но в основном даю ему в этом свободу. Ведь коммуникация для детей очень важна. В чем различия Николая и Семена? Например, з олю приходилось заставлять



Вадим МАРАКАНОВ / PhotoXpress

В Жком году Николаю, старшему сыну Эвелины, исполнилось 25 лет, а младший, Семен, пошел в школу.



66 СТАРШИЙ СЫН У МЕНЯ ДОВОЛЬНО СТЕСНИТЕЛЬНЫЙ. А ВОТ СЕМЕН ВСЕГДА ПЕРВЫМ ПОДБОДИТ ЗНАКОМИТЬСЯ

общаться с иностранцами, когда он изучал семь языков, и ему это было нужно. А когда заставляли, он очень смущался. Он до сих пор почему-то у меня очень стеснительный. Брудно сходится с людьми, трудно общается. Видимо, сказываются знаки гороскопа. з оленька у меня лак, все в свою норочку, компьютерные игры в детстве. Сейчас другое, у него музыкальная группа, он увлекается панк-роком: сочиняет, поет, играет. С Семеном мы абсолютно одинаковые, так получилось, он, как и я, Овен. Очень быстро идет на контакт, сам подходит, спрашивает, как дела, может сделать комплимент. Оли к нему подойдут, вообще прекрасно. к начинаю его потихоньку приучать к каким-то джентльменским вещам. Он начал уже девочкам открывать дверь. Нужно — подставит стул, поможет нести сумку. з онечно, он не станет ученым, не будет знать таблицу Менделеева и вычислять квадратные корни, а ему и не нужно, мне лично это не принесло ничего, кроме нервов в

школе и испорченного зрения. х в жизни не пригодилось ни разу. Но в первую очередь я хочу, чтобы он стал хорошим человеком, воспитанным парнем. Для меня важны эти позиции. Семен будет учиться, постигать определенные знания, которые ему понадобятся: читать, считать, писать. Но, как мне кажется, есть более важные понятия: быть воспитанным мужчиной, потому что сегодня все меньше хороших и воспитанных парней. А еншины страдают из-за того, что не могут найти себе человека. Бо он за мамину юбку держится, то ему все по фигу, то разгильдяй. А Сема девушки руки целует, я даже его от этого отучаю. Нельзя же тете, которую он встретил на улице, руки целовать. Дто у этой тети на руках? мазрешаю только себе и своим близким подругам. к абсолютно счастлива, как развивается мой ребенок. з ак он идет сейчас по жизни. Но поплакала, конечно, на первой его школьной линейке, первом звонке. Это было волнительно.

— **Вы играете на одной сцене со Стасом Садальским, которого многие называют непростым человеком. У вас все ладится?**

— Мы теперь еще с ним и соседи. и поскольку наша школа напротив его дома. Он, правда, еще об этом не знает. к нахожусь в числе немногих актрис, которые давно не играли с ним, но сейчас, дай бог, будем в одном из спектаклей. В нем главную роль играла Батьяна Васильева, теперь роль переходит ко мне. Начинаем репетировать. Безусловно, будет сложно, потому что уже есть референс, есть актриса, которая это сыграла. Но обязательно другой актрисе играть ровно так же. вправда, я по себе знаю, что будут сравнивать. Сложная работа для меня. и поскольку Станислав г рьевич будет сравнивать меня со своей любимой Батыней Васильевой. А тягаться с такой величиной, как народная артистка и любимица публики, тяжеловато. Но мне даже интересно пойти на такой эксперимент. к люблю экспериментировать.

— **Вы стали настоящей легендой комик-труппы «Маски» в образе секси-медсестры. Кому вас преследовал этот образ?**

— Очень долго. В какие-то моменты я его прямо жутко ненавидела. ниимала, что в то время, когда снимали много кино и сериалов, я не могла получить хорошей роли. заким-то чудом мне предложили ее в сериале «н роклятый рай», который стал для меня и моих поклонников важным творческим этапом. прошло более десяти лет, а меня все удивляет, когда каждый день в моем хистаграме обязательно кто-то пишет, что опять пересмотрел этот сериал. Бак зацепила моя герояня. Но многие роли, которые мне предлагали, были очень похожи на мою медсестру. и усть не с красным крестиком, но сексуальную дурку. к тогда проклинала судьбу, что у меня была такая роль, но потом поняла, что есть артисты,

которые снимаются бесконечно. Но люди, увидев их на улице, только и скажут, что лицо знакомое, где-то снимались. А у меня есть аж три узнаваемых образа: медсестра, Ольгина х вановна из «н роклятого рая» и зристина, та которая «х -у-ужМои нервы^{1/4} из сериала «Одна за всех. мублевские блондинки». Бри мощные роли в моем багаже, по которым меня узнает публика. Может, молодые не помнят «Маски-шоу», но все они точно знают «х -у-ужМои нервы...» Дивительно, но этот образ очень понравился детям... Мне часто пишут родители, что когда их девочки играют в своих барби, то часто называют их з рис и Энджи. х это победа. Это значимый этап в моей жизни. зонечно, сегодня я благодарна медсестре, своему званию — «Медсестра Всех муси», одному из первых секс-символов москвы. н онятно, что была у нас замечательная блондинка Лена зондулайнен, которая всех ослепила, поплавав голой в бассейне, но мой красный крест затмил все. Безусловно, звание первого секс-символа досталось мне. н одводя итоги, иногда мне становится печально, что не сыграла каких-то больших драматических и исторических ролей по Дехову, Достоевскому, Бургуневу. Но, с другой стороны, у меня есть образы, которые я создала, которые будут помнить люди и которыми я могу гордиться.



ПЕВИЦА И АКТРИСА НАСТЯ ЗАДОРОЖНАЯ УВЕРЕНА, ЧТО ЛЮБАЯ КРАСОТА – ЭТО В ТОМ ЧИСЛЕ И РАБОТА НАД СОБОЙ. ПРАВДА, СЕРЬЕЗНЫЙ ВМЕШАТЕЛЬСТВ В СВОЮ ВНЕШНОСТЬ ОНА ПОКА ИЗБЕГАЕТ. СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ «МК-БУЛЬВАРА» НАСТЯ СФОРМУЛИРОВАЛА ПРАВИЛА, КОТОРЫЕ ПРИДЕРЖИВАЕТСЯ КАЖДЫЙ ДЕНЬ.

В юности в силу неопытности я прибегала к разного рода диетам. Но это не метод, и отому что, как известно, любая диета – это стресс: завтра похудел – послезавтра поправился на два размера. Многие часто прибегают к одной и той же методике похудения под наименением «не жрать». Но это минус желудок и дальнейшие последствия.

н редостеречь от этого невозмож-но, просто можно на собственном примере об этом рассказывать. Для меня был перитонит. И помимо того что причинами его возникновения были насыщенный график, регулярные недосыпы и отсутствие отдыха, так еще диеты и голодания.

Для меня принцип такой – я пытаюсь каждые три часа: завтрак,



РАЗГРУЗОЧНЫЙ ДЕНЬ ОН НАС Р ЗАДОРОЖНО-

Если нет никаких аллергических реакций на овощи, то можно приготовить прекрасный салат, который нужно есть три раза в день. Вам понадобится: помидор, огурец, желательно очищенный от шкурки, яйцо, 200±200 граммов шпината и несоленого адыгейского сыра. Иправить оливковым маслом. На ужин из салата можно исключить яйцо. Салат достаточно питательный, и в нем есть все необходимые организму полезные элементы. Не забывайте о перекусах.



настя
Задорожная:
«Боюсь уколов красоты»

Бекст: Лильяна з АЛАШНХ з ОВА

перекус, обед, перекус, ужин. х даже если после короткого сна мне необходимо ехать в аэропорт, я придерживаюсь этого режима. н итаться нужно постоянно. Это необходимо для поддержания тонуса, чтобы дальше функционировать нормально. н ерекусы для меня — это красные яблоки. На сладкое меня вообще не тянет. к скорей приверженка соленого. Оли вы мне покажете селедку, то это будет куда более опасно.

н профессиоально спортом я никогда не занималась, но у меня всегда были танцы. н и ри этом я много чего пробовала: и тайский бокс, и разные тренажеры, и пробежки, и силовые нагрузки. В этом смысле я люблю разнообразие, меня раздражает монотонный спорт. Сейчас, например, я занимаюсь аквафитнесом в бассейне и растяжкой. Мне вообще нравится заниматься в воде, потому что это комфортнее, ты работаешь исключительно со своим весом. Бакая тренировка более затратна, чем час на беговой дорожке. В среднем расход примерно 800 ± 8000 килокалорий. к работаю со специальным кардиопоясом и часами, на которых мы отслеживаем пульс. Со стороны кажется, что это просто, но стоит зайти в воду и позаниматься пятнадцать минут, как многие уже понимают, что не способны дальше продолжать. Бак что тренер должен подбирать нужную нагрузку.

з уколам красоты я не прибегала. Вкотоль добровольно в лицо какую-то жидкость, в составе которой я не разбираюсь, — страшно. к поражаюсь смелости многих девчонок и одновременно не понимаю, зачем так над собой из-деваться. Это же больно! сколько случаев с очень печальными последствиями! Лицо надо любить не после того, как смотришь на него в зеркало с готовым мейком, а перед сном и утром, когда оно требует к себе немного внимания и заботы. н оэтому я за щадящие маски, сыворотки, массажи, кремы и тоники.

к слежу за волосами, использую кучу всевозможных средств, масок.

Ка КОНДРАЧЕВА/й е - Оса



СОВЕО ОО НАСОР ЗАДОРОЖНО-

Оли вы решили поехать в отпуск на море, то перед тем, как войти в воду, нанесите на волосы кокосовое масло, чтобы оно защитило волосы от вредного влияния соленой воды и солнца. Соль выедет кокосовое масло, а волосы остаются на месте.

Главный принцип, которого я придерживаюсь уже много лет: волосы лучше не травмировать. Л некото-ых девочек есть же такое: а пойду я в брюнетку покрашусь или сделаю такую-то укладку. Дем меньше вы требуете от своих волос, тем больше они вам дадут. к волосы давно не крашу, только иногда делаю легкое тонирование. На одном про-екте у моей героини всегда была

одна и та же прическа — высокий конский хвост, приходилось каждый день делать начес и использовать много лака. н осле сремок, чтобы смыть косметику с волос, приходилось тратить очень много времени. к в буквальном смысле по полчаса отмачивала голову в большом количестве увлажняющих средств. Болько так удалось сохранить такие капризные блондинистые волосы.

БЕРЕМЕННОСТЬ ЗВЕЗД
ОДНА ИЗ САМЫХ
ОБСУЖДАЕМЫХ ТЕМ
У ВСЕБ ЛЮБИТЕЛЕЙ
СЛУБОВ. В ПОСЛЕДНЕЕ
ВРЕМЯ ЧАЮ Е ВСЕГО
В ЭТОМ КОНТЕКСТЕ
ФИГУРИРУЮТ ТАТЬЯНА
БРУХУНОВА, ИЗБРАННИЦА
ЕВГЕНИЯ ПЕТРОСЯНА,
ЖЕНА РЭПЕРА ДЖИГАНА
ОКСАНА САМОЙЛОВА
И КСЕНИЯ СОБЧАК.
«МК-БУЛЬВАР» СОБРАЛ
ВСЕ, ЧТО ИЗВЕСТНО.

ОА ЯНА БРУХУНОВА

Н осле того как стало известно, что Евгений н етросян разводится с Еленой Степаненко и при этом нашел свою любовь в лице Батяны Брухуновой, в Сети поползли слухи, будто 30-летняя ассистентка в положении. мазговоры появились после того, как стало известно, что девушка не только приобрела жилье в элитном комплексе в Москве за 280 миллионов, но и сделала там ремонт, предусмотрев детскую комнату. Мото дизайнера ского ремонта были опубликованы, а на снимке из детской видно, что спальня выполнена в голубых тонах, а кроваток – две. Сама девушка слухи никак не комментирует, но в своем х истаграме частенько позирует в широком свитере.



СТАНЕТ ЛИ ПЕТРОСЯН ОТЦОМ?

ОКСАНА САА О ЛОВА

мэрпера Джиган уже принимает поздравления, хотя ни он, ни его супруга Оксана Самойлова еще не дали официальных комментариев на эту тему. Но светские всезнайки утверждают, что в этой семье появится четвертый малыш. Още в конце августа Самойлова спровоцировала волну слухов неожиданным постом в х истаграме. «Мы всегда все планируем. ... н равило л В: если ты хочешь сделать сюрприз, сначала приди, расскажи, мы обсудим и решим. н равило л 2: никаких сюрпризов! Но это касается только нас, жизнь о наших правилах не знала» —заинтриговала Оксана Самойлова. н оклонники решили, что речь идет о незапланированной беременности. з тому же подошел срок очередных родов. Дети в этой семье появляются каждые три года: в 20B8, 20B4 и 20B7-м. Бак что в 2020-м поклонники, возможно, будут поздравлять многодетных звездных родителей. Сейчас у рэпера подрастают три дочери — Ариела, Ляя и Майя.



КСЕНЯ СОБЧАК

мазговоры о том, что з сения Собчак находится в положении, пошли пару недель назад. Возможно, такие слухи связаны с недавней свадьбой з сени и режиссера з онстантина Бого-молова. Нередко бывает, что решение пожениться принимают после того, как становится известно об интересном положении. з огда з сения Анатольевна на днях появилась на презентации совместного проекта с кной мудковской, все взоры журналистов были направлены, разумеется, на ее живот. Собчак приехала в черном облегающем платье с поясом. Впрочем, состояние живота у стройной з сени пока не позволяет делать однозначные выводы. На все провокационные вопросы телеведущая никак не реагировала.

У вдэ мдюс т дйцэмт и мрэ а зюц и вдвс т
п вул з о п ву шб, дс юс т цо шу щдюс вМйву шв
з мддюмишюл мь ву юс . «МыгБцйли мз » щыцэмвю
ыи вып ус в Бй кш



ЖЕНЯ А АЛА ОВА О А ЕОРЛАДЕН РОЖДЕНРЯВ ДЕ СКОА ПАРКЕ

Аē и a и e и a, ēaēиГ e нP,
неда нP aГ e a a E OeE,

Рдн е РЕ Рена РЕ и а е а -
Р Е. А на дн Рна Р Ее и а
Р й 31-йдена РОдени . Й Р
а РЕ Нн ен Р а и а а
а и О ёй ии ней енд.

«ак сказала моя мама, провести день рождения в disneylandparis, и в 70 лет - супер круто. Всем спасибо за поздравление. н о моему биологическому возрасту, мне уже 9 летжполет нормаль- ный», — подписала А еня снимок, сделанный в парке.



АЛЛА ПУГАЧЕВА ЗАБЛАО О ДРЕӨ

зак известно, за последнее время певица снова похудела. В х нтернете даже начали появляться якобы рецепты стройности, которыми поделилась н угачева. Но на самом деле Алла Борисовна своих секретов не раскрывает. Впрочем, о том, что она сорвалась, н римадонна тоже призналась в своем х нстаграме. Оказывается, они вместе с Валентином г дашкиным устроили себе не разгрузочный, а загрузочный день.

«Сегодня, С Валей г дашкиным, плонули на диету и наелись «От н уза». Белерь светимся от счастья», — призналась н угачева.



ВРКООРРЯ ЛОП РЕВА ПОУЧРЛА ОРАВА У ВАКРОПОРЮ

К Нюне, РКРе РаKeГе е е РЕР, РНБЕ Виёа
аёОе Реда а РиЕ Рё РнниёаЕ н а аЕе.
«Вбегая в аэропорт я так навернулась, что при-
шлось звонить главному врачу нашей сборной и
описывать симптомы ушиба, чтобы убедиться,
что перелома все-таки нет и на Оро 2020 я еще
сыграю», — напугала поначалу звезда подписчиков.
Впрочем, Вика довольно быстро оказали нужную
помощь и поставили утешительный диагноз.



А АРРЯ У УКУ РНА ПРОКОА А ЕНӮРРОВАЛА СЛУ Р О ЗАНЯ҆РЯ ЖСКОРДА

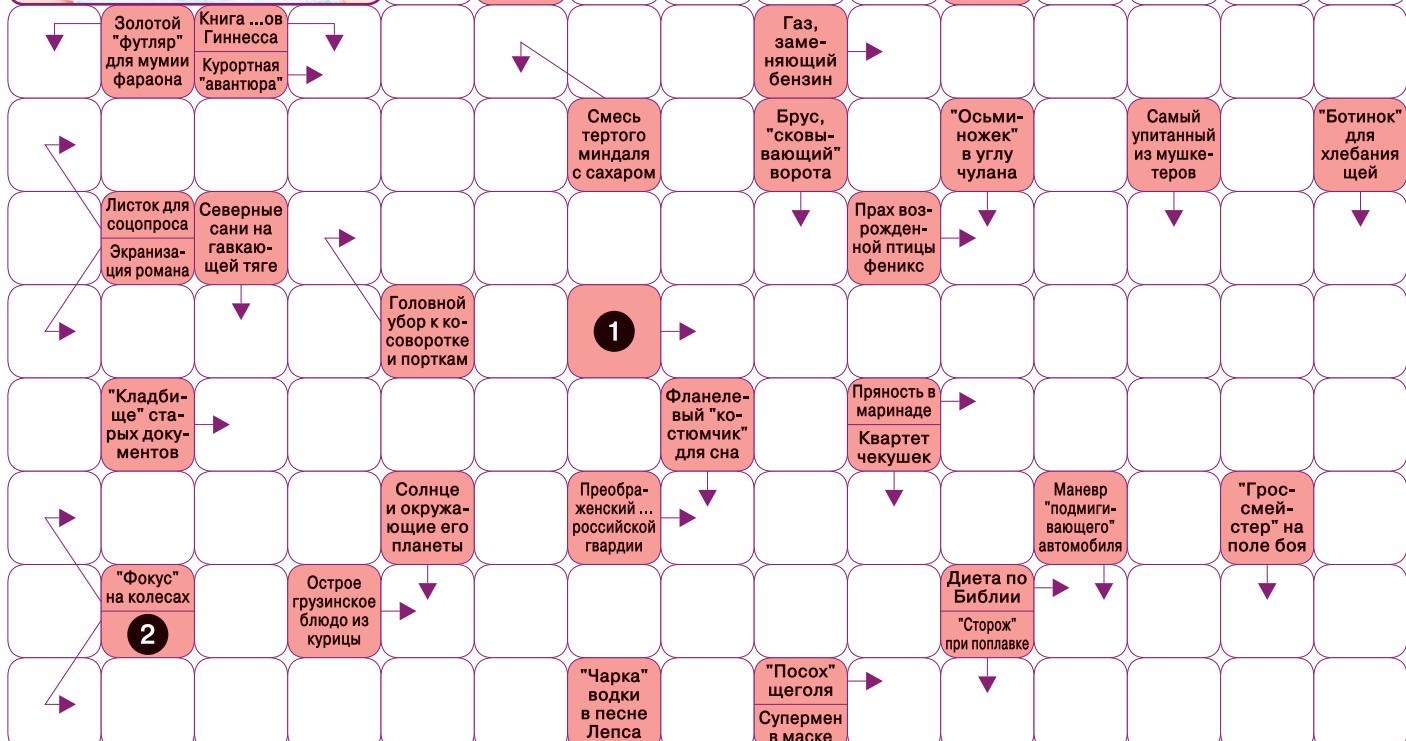
Аё и аК а айн€ ди ена, РНиа на Р Р а н е н€ а, НР Рна єРк
ГаниЕа а а єР РЕ.

«зогда я сегодня прочитала, что желтая пресса записала меня в эскортницы, я чуть из кадра не выпала. г мор - это, конечно, прекрасно, но, когда читаешь подобную чушь, сердце сжимается от того уровня непрофессионализма, который срел современную журналистикужНет, я, конечно, ко всему уже привыкла, желтая пресса и желтые каналы на БВ не жалеют своего эфирного времени, обливая меня грязью уже больше 20 лет, причпм накал растет прямо пропорционально моей артистической известностижНо, чтоб эскортница... н омилуйтежБоварищи, дорогиеж многодетная мать, у меня 4 Этевероцдетей и уже 5 лет, как бабушкаж работают денно и ношножПточняю для А н : работаю на кино- и теле- производстве, а теперь еще и с большим успехом в театреjВы, вообще, о чём?22? Р.С: фото со срёмочной плошакли «Старые калры» прилагаются» — написала Мария.

СКАНВОРД НА БУЛЬВАРЕ ►



1



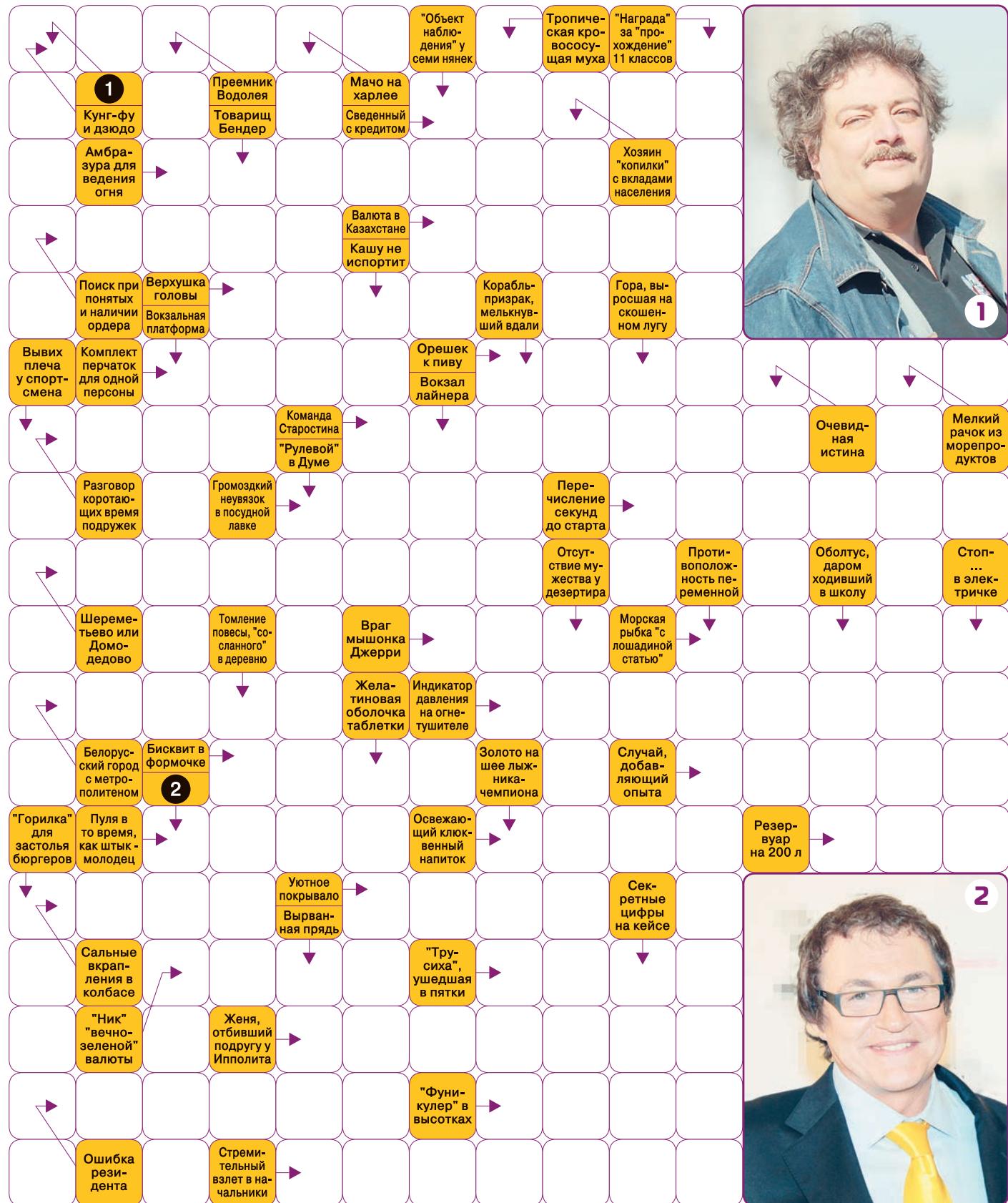
2



ОТВЕТЫ НА СКАНВОРДЫ, ОПУБЛИКОВАННЫЕ В №45

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: ъонтик - з яса - б рупье - цдар - дклока - дупостат - а есок - иалик - Баба - щванова - а юре - цмысел - мллея - ѹревога - ѹеди - Бросок - Ѣспарина - Ѣаскок - Ѣавоэ - Баррикада - Ѣурне - б расько - а енаты - а ерл - статок - Битарь - п ева
ПО ВЕРТИКАЛИ: а опулизм - э адист - белиск - Ѣакуска - а ортуя - Буерак - а ламя - Брюнет - Ѣепло - Йиман - двист - з ектор - б рест - иерба - з Ѣысь - б авалер - Ѣима - дултан - и Ѣак - дпад - э адо - Ѣотос - иарьете - мктив - кород - Ѣров - кора - Ѣабак - Ѣасолка





ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **дудак** - **б люн** № йипа - **Мюсли** - **тпор** - **Мусор** - **ьрупа** - **ковы** - **ютиул** - **пага** - **конор** - **ыфотуар** - **э авиоли** - **ыятвор** - **Мегаполис** - **а отон** - **ыарево** - **ыубр** - **ци иб** - **э е** - **Мета** **ора** - **ьосмос** - **Басков** - **п епо** - **п инамит** - **ыитаец** - **Мост** - **Манатки**

ПО ВЕРТИКАЛИ: дамокрутка - Бокс - а унка - п испут - зиб - сеть - а и та - крек - ы лимат - цтро - Модем - цдав - а уговица - а осол - з ом - ы атак - з ебим - п ама - а робор - Бегемот - у аказ - а иск - э ерныи ов - а аваротти - арибор - ы енб - кулливер - до а



поиск по сайту



ДЖОН УОРРЕН:
«ЛЮБА ТОЛКАЛИНА —
ПИК МОИХ ОТНОШЕНИЙ
С ЖЕНЩИНАМИ!»



ЗВЕЗДЫ | СТИЛЬ ЖИЗНИ | КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ | ПСИХОЛОГИЯ | ДОСУГ | ПОЛИЦИЯ МОДЫ



4358

НОВОСТИ

ГЛЮКОЗА НАЗВАЛА
ПРАВИЛА ПОДДЕРЖАНИЯ
ПРИРОДНОЙ КРАСОТЫ



1398

ТЕЛО

НЕТ БОЛЕЗНЯМ:
ГОТОВИМ ОРГАНИЗМ
К ОСЕННИ

После лета наш иммунитет
нуждается в дополнительной
поддержке, чтобы избежать
обострения хронических
проблем



3087

отношения

БАРАНОВСКОЙ
ПРОРОЧАТ
НОВЫЙ РОМАН

Телеведущую застали
в объятиях артиста цирка

РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ
ОНЛАЙН-ЖУРНАЛ
О ЗВЕЗДАХ И НЕ ТОЛЬКО



www.womanhit.ru

РЕКЛАМА



2213

ДЕТИ

**ЗАДАЧИ ДУШИ
РЕБЕНКА:
КАК ИХ ПОНЯТЬ
И РЕАЛИЗОВАТЬ**
Практикующий психолог
поделилась с WomanHit.ru
простым и надежным
тестом, который помогает
определить наклонности
вашего ребенка



3361

ТЕЛО

**СЕНО, МОХ И ЗЕМЛЯ
КАК ГЛАВНЫЕ НОТЫ
В ПАРФЮМЕРИИ**
Могут ли духи с аккордами
палой листвы или тумана
быть сексуальными
и притягательными,
женственными
и утонченными?
Могут и еще как!



7616

ЗВЕЗДНЫЕ АВТОРЫ

**КАК ПОХУДЕТЬ
ЗА МЕСЯЦ:
8 СОВЕТОВ**

Модель поделилась
с читателями WomanHit.ru
правилами быстрого
скidывания лишних
килограммов



4843

мода

**ЗА НИМИ БУДУЩЕЕ:
ТРЕНДЫ ОСЕННИ**

От откровенно сексуальных
нарядов мода движется
в сторону спокойной
элегантности и буржуазности.