

ПОЛНАЯ И УДОБНАЯ ТВ-ПРОГРАММА

**№14
(230)**

ТВ-программа с 6 по 12 апреля 2020 года

ТЕЛЕЛЕК

ЧЕРНОЗЕМЬЕ

36

**КАНАЛОВ
ТВ**

**КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ
ПЛАСТИКОВЫЕ
ОКНА**

стр. 28

**НАШ
ДЕТЕКТИВ-
ЗАГАДКА**

стр. 31

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
БЛАГОВЕЩЕНИЕ
БОГОРОДИЦЫ**

стр. 27

**ЦВЕТОЧНАЯ
ПОЛЯНКА
СВОИМИ
РУКАМИ**

стр. 16-17

**КАЖДЫЙ
ЗАВТРАК –
КАК ВОСКРЕСНЫЙ**

стр. 9

**СЕРГЕЙ
АГАПКИН**

**НА ПЕНСИИ ХОББИ ДОЛЖНО
ЗАНЯТЬ МЕСТО РАБОТЫ**

стр. 5

12+

Фото пресс-службы
телеканала «Россия 1»

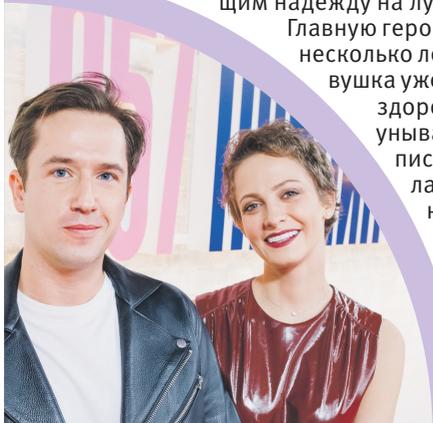
ISSN 2213-4933



917231314937701 20014

Полина Максимова и Егор Корешков призывают слушать друг друга и мечтать

Новый сериал видеосервиса START «257 причин, чтобы жить» затрагивает сразу несколько важных тем: предрассудки по отношению к тяжелобольным людям, адаптация выздоровевших, неумение людей слушать друг друга. При этом создатели сериала сделали свой проект смешным, позитивным и дающим надежду на лучшее.



Главную героиню Женю Короткову (в исполнении Полины Максимовой) не сломали даже несколько лет изнурительной борьбы с раком. Узнав, что у нее наконец-то ремиссия, девушка уже готовится начать новую, полноценную жизнь, но вдруг обнаруживает, что... здоровая Женя никому не нужна. Ни бойфренду, ни сестре, ни коллегам. Но неунывающая Женя находит ярко-желтый дневник, где когда-то по совету врача записала 257 причин, чтобы продолжать жить и бороться. И понимает, что настала пора как можно скорее воплотить все свои мечты в реальность. Ее любовь к жизни настолько велика, что передалась всем членам съемочной группы. Например, Полина Максимова рассказала, что тоже завела блокнот, в который записывает свои самые заветные желания. А исполнитель главной мужской роли Егор Корешков поделился своими мыслями на этот счет: – Мечты дарят нам энергию для свершений, служат мотивацией для подвигов во имя близких людей и себя. Нужно мечтать. И тогда мечты начнут сбываться. И вы найдете как минимум 257 причин, чтобы жить.

Фото видеосервиса START

«Танцы со звездами» возвращаются!

5 апреля телеканал «Россия 1» запускает новый сезон популярного шоу «Танцы со звездами». После четырехлетнего перерыва танцевальное шоу, в котором артисты театра, кино и телевидения со-



ревнуются между собой, проходя путь от новичков до профессионалов, возвращается на экраны.

За годы существования в шоу приняли участие сотни звезд. В этот раз на сцену «Танцев со звездами» выйдут Мария Порошина, Андрей Соколов, Алёна Бабенко, Андрей Чернышов, Иван Стебунов, Артём Ткаченко, Пётр Романов, Екатерина Варнава и Елена Летучая. Партнерами артистов станут профессиональные танцоры, среди которых именитые Евгений Папунаишвили, Денис Тагинцев, Екатерина Осипова, Инна Свечникова и другие. В состав звездного жюри войдут Дарья Златопольская, Николай Цискаридзе, Егор Дружинин и Игорь Рудник.

Зрителя ждет расширенная танцевальная программа, показ на 360 градусов и самая мультимедийная студия в стране.

Фото телеканала «Россия 1»

Стас Михайлов спелся с молодёжью

«Artik & Asti» и Стас Михайлов подготовили сюрприз для своих слушателей: записали совместную композицию «Возьми мою руку». Как нам удалось узнать, солисты группы «Artik & Asti» были удивлены, получили такое предложение от мэтра эстрады – ведь они работают в разных музыкальных стилях.

– Когда я увидел текст этой песни – сразу понял, что это должен быть дуэт, и какой примерно он должен быть: нужно было украсить ее женским вокалом и рэпом, – рассказал нам Стас Михайлов. – Так у нас с «Artik & Asti» и вышло. Уверен, что новая песня покорила всех наших поклонников.

Фото Вадима Тарканова



Васильев раскрыл тайну украшений

Ведущий передачи «Модный приговор» на Первом канале Александр Васильев большое внимание уделяет аксессуарам. У телеведущего есть любимые украшения, которые он носит чаще всего, – два перстня.

– Меня спрашивают о происхождении перстней, – рассказал нам телеведущий. – Они выполнены из серебра и украшены сердоликом. Сердолик – камень декабрьский. Я родился в декабре. Перстень на правой руке – это персидская работа, и на фарси там написано: «Помни о своем времени». Это можно назвать моим жизненным кредо.

Фото Вадима Тарканова



Первый канал разменял четверть века

Первый канал отмечает важную дату: 25 лет в эфире (напомним, что поначалу телеканал назывался ОРТ – «Общественное российское телевидение»). В честь такой даты к показу готовится фильм о ключевых событиях в истории телеканала, о людях,

которые его создали, и программах, без которых его невозможно представить.

Телеведущие, операторы, режиссеры и другие сотрудники канала расскажут, что осталось за кадром во время съемок и что запомнилось больше всего за эти годы. Самые интересные истории вспомнили Константин Эрнст, Александр Масляков, Максим Галкин, Дмитрий Дибров, Арина Шарапова, Юлия Меньшова, Алексей Пиманов, Елена Малышева и другие телезвезды.

Фото Вадима Тарканова



Глафира Тарханова изменилась ради роли

На телеканале «Россия 1» – премьера сериала «Паромщица». Главная героиня Надя попадает в тюрьму по ложному обвинению в убийстве. После освобождения ей придется не только искать человека, который ее подставил, но и пытаться вернуть свою семью.

Главные роли в фильме исполняют Глафира Тарханова, Вадим Андреев, Александр Ратников, Андрей Барило, Владимир Стержаков.

– Никто не знает, к чему приведет нас судьба, что случится завтра, – рассказала нам о своей роли Глафира Тарханова. – И с моей героиней как раз и происходит то, чего она ожидать никак не могла. Весь фильм она будет бороться за самого дорогого ей человека...

Чтобы показать, как меняется за годы героиня Глафиры Тархановой, гримеры пошли на небольшую хитрость: сделали ей короткую челку. Правда, у актрисы она была накладная. Кроме того, изменили ее образ и с помощью одежды.

Фото телеканала «Россия 1»

Евгений Миронов стал следователем

В Москве идут съемки сериала «Пробуждение», работа над которым велась на протяжении нескольких лет. По сюжету главный герой, следователь Павел Мохов, переживает трагедию: вместе с семьей он попадает в автомобильную катастрофу. После этого жизнь Павла оказывается разорвана на две параллельные реальности: в одной из них в катастрофе выжил его сын Кирилл, в другой – его жена Светлана. Каждое утро, проснувшись, Павел обнаруживает себя поочередно то в реальности с сыном, то с женой. Обе реальности настолько убедительны, что в течение фильма Павел проживает как бы две жизни.

Главную роль в проекте исполняет Евгений Миронов. Кроме того, в фильме заняты Александр Робак, Наталия Вдовина, Яна Сексте, Агрипина Стеклова и многие другие.

Фото Star Media



Михаил Галустян затмит Антонио Бандераса

13 апреля на канале СТС состоится премьера шоу «Миша портит всё». Прототипом скетчком стал британский проект «Адам портит все» с ведущим Адамом Коновером, у нас же роль главного персонажа исполнит популярный комик Михаил Галустян. Он сыграет эксперта, который будет спасать семью Горшковых от всего на свете, и тем самым портить им жизнь. Русский вариант будет несколько отличаться от английской версии. Например тем, что наш Миша будет появляться на экране не в одном образе, а в нескольких. Галустян примерит на себя роль Антонио Бандераса, Джима Керри и ряда других известных персонажей, в том числе и мультипликационных.

Фото PR СТС



Известный адвокат Павел Астахов возвращается на экран – в качестве ведущего судебного шоу телеканала Домашний «По делам несовершеннолетних с Павлом Астаховым».

Мы поговорили с Павлом Алексеевичем о просветительской роли телевидения и о проблемах трудных подростков.

Как себя вести в сложной ситуации

– Павел Алексеевич, вы успешный адвокат, занимаетесь общественной деятельностью. Почему снова решили вернуться на телевидение?

– Большинство наших граждан не знает и боится законов. Наши программы – это телевизионный правовой ликбез, который предметно показывает, как себя надо вести, если ты попал в сложную ситуацию: нужно не пугаться, а выяснить, в чем суть претензии, что стало основанием привлечения к ответственности, какие правила поведения ты нарушил, чего ты не знал, а должен был знать? Как правильно защищаться? Как собрать доказательства, как пригласить свидетелей, экспертов, специалистов, людей, которые будут выступать на твоей стороне? Как работать с адвокатом?

Павел АСТАХОВ:

Равнодушным не место в системе защиты детей



Корни преступления

– Чем будет отличаться программа «По делам несовершеннолетних» с вами в качестве ведущего от предыдущих выпусков?

– Мы хотим на практике показать и объяснить, как можно перевоспитывать трудных подростков. Для этого придется более скрупулезно разбираться в каждом деле, давать полное разъяснение юридического механизма, ведь подросток даже в суде

часто вообще не понимает, что он совершил.

Очень важно выяснить, что способствовало совершению преступления. Это серьезная работа, поэтому равнодушным людям не место в защите детей. Нужно понимать, что никто не растет в вакууме и не рождается преступником. У каждого преступления есть корни и общественно опасные последствия. Надо выявлять причины, которые способствовали совершению преступления. Кто-то не заметил, кто-то недосмотрел, кто-то вовремя не помог, кто-то не остановил,

а кто-то даже подстрекал. Много факторов, а главное – люди, у которых всегда есть имена. Часто в процессе рассмотрения дел выявляются еще виновные, соучастники преступления.

Материалы из жизни

– Как вы выбираете дела, которые будете разбирать в программе?

– Наша редакторская служба из потока писем и звонков отбирает самые интересные случаи. В России 4,5 миллиона детей живут в разделенных семьях, с одним из родителей. Им часто нужна помощь. Ежегодно подростки совершают около 50 000 преступлений. Десятки тысяч детей состоят на учете в инспекциях по делам несовершеннолетних за совершенные правонарушения. Все эти материалы мы будем тщательно анализировать и использовать.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Детали

«Каждый случай особенный»

– Как появилась идея программы «По делам несовершеннолетних»?

– Программа появилась в 2011 году, когда я уже стал Уполномоченным по правам детей при Президенте. Для меня открылось новое поле практической юриспруденции – защита детей, вступивших в конфликт с законом. Мы организовали систему работы и помощи таким детям. Одновременно стали разбираться в каждой ситуации досконально, сталкиваясь с большим количеством несправедливых юридических решений в отношении подростков. Каждый случай особенный, и подросткам можно помочь, используя законные правовые механизмы.

ОБРАЩАЕМ ВАШЕ ВНИМАНИЕ!
Оформить подписку вы можете
НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА
на сайте
[HTTPS://PODPISKA.POCHTA.RU](https://podpiska.pochta.ru)

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА на 2-е полугодие 2020 года!

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! Вы можете подписаться на все наши издания на 2-е полугодие 2020 года!

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях.



Стоимость подписки**
на «ТЕЛЕК Черноземье»
на 2-е полугодие 2020 г.

1 месяц	153,42 руб.
6 месяцев (26 номеров)	920,52 руб.

Подписной индекс **П2912**
в каталоге «Почта России»

Газета выходит
1 раз в неделю



Стоимость подписки
на «ДАЧА pressa.ru»
на 2-е полугодие 2020 г.

1 месяц	59,76 руб.*
6 месяцев (12 номеров)	358,56 руб.*

Подписной индекс **П2940**
в каталоге «Почта России»

Газета выходит
2 раза в месяц



Стоимость подписки
на «ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ pressa.ru»
на 2-е полугодие 2020 г.

1 месяц	57,49 руб.*
6 месяцев (12 номеров)	344,94 руб.*

Подписной индекс **П2961**
в каталоге «Почта России»

Журнал выходит
2 раза в месяц



Стоимость подписки
на «ДАЧНЫЙ СПЕЦ»
на 2-е полугодие 2020 г.

1 месяц	34,46 руб.*
6 месяцев (6 номеров)	206,76 руб.*

Подписной индекс **П2960**
в каталоге «Почта России»

Журнал выходит
1 раз в месяц



Стоимость подписки
на «ДОМАШНИЙ ПОВАР»
на 2-е полугодие 2020 г.

1 месяц	34,46 руб.*
6 месяцев (6 номеров)	206,76 руб.*

Подписной индекс **П5927**
в каталоге «Почта России»

Журнал выходит
1 раз в месяц

* Цены указаны по каталогу «Почта России» для жителей г. Москвы (с доставкой до почтового ящика). ВНИМАНИЕ: цена может незначительно меняться в зависимости от региона доставки. Уточняйте стоимость подписки в отделениях связи и на сайте <https://podpiska.pochta.ru> ** ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Черноземье» осуществляется ТОЛЬКО ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ Белгородской, Воронежской, Курской, Липецкой, Орловской и Тамбовской областей. РЕКЛАМА

ВОЗНИКЛИ ВОПРОСЫ ПО ПОДПИСКЕ? ЗВОНИТЕ В РЕДАКЦИЮ: 8 (495) 507-51-56

СЕКРЕТ УСПЕХА

Как избавиться от зависти?

Зависть – одно из самых сильных человеческих чувств. Если зависть переживается как лёгкое, мимолётное чувство, её называют белой. А когда зависть копится и начинает управлять человеком, речь идёт о чёрной зависти. Важно вовремя начать бороться с ней...



ПРИЗНАЙТЕСЬ СЕБЕ, ЧТО ВЫ ЗАВИДУЕТЕ. Зависть – обычное человеческое чувство, и в том, что вы завидуете, нет ничего ужасного и ненормального. Признавшись самому себе, что завидуете, вы сделаете первый шаг к избавлению от этого неприятного чувства.

НЕ СТОИТ ПРИЗНАВАТЬСЯ КОЛЛЕГЕ В СВОЕЙ ЗАВИСТИ, чтобы «облегчить душу». Такое признание, скорее всего, вызовет настороженность и разрушит доверие.

ПОЗДРАВЬТЕ КОЛЛЕГУ ОТ ДУШИ. Попробуйте перевести негатив в позитив. Подумайте о том, как долго коллега шел к успеху, как много для этого работал. Подойдите к нему и найдите искренние слова, чтобы поздравить или просто похвалить.

ПРОАНАЛИЗИРУЙТЕ ЧУЖОЙ УСПЕХ. Так вам станет ясно, что успех был заслужен, и острое чувство несправедливости будет не таким острым.

НАЙДИТЕ СВОЮ ВЫГОДУ. Если вы дружите с объектом вашей зависти, подумайте, что успешные друзья – это и ваш престиж и новые преимущества.

Анекдот

– Иваныч, ты ведёшь неправильный образ жизни!
– Вот только не надо мне завидовать!

Почему ваш уравновешенный когда-то муж превратился в ворчуна и брюзгу, который отравляет бесконечными замечаниями жизнь домочадцев?

Психологи единодушны во мнении: ворчуны брюзжат потому, что в душе они недовольны своей жизнью, эта неудовлетворенность и проявляется в виде критики, ворчания и скандалов. Следовательно, чтобы избавиться от мужниного ворчания, нужно помочь ему справиться с его неудовлетворенностью. Как это сделать?

1 Вернуть душевный покой

Ситуация. У мужа неприятности на работе, он испытывает стресс, но держит все в себе. В таком состоянии любая мелочь способна вывести его из себя. На работе он «держит марку», а дома расслабляется и легко раздражается, скандалит или изводит всех придирками.

Ваши действия. Помогите супругу осознать, что его раздражительность и рабочие неприятности взаимосвязаны. Если трудности преходящие, нужно помочь мужу вернуть уверенность в себе. Повторяйте каждый день, как вы его любите, говорите ему о его достоинствах. Если ситуация на работе всегда нервная и муж с ней не справляется, помогите ему найти другую работу, где он будет чувствовать себя спокойно и уверенно.

Каждая из нас ждёт чужих мечт! Теперь дело за малым: найти этого мечтателя...



2 Снизить тревожность

Ситуация. Возможно, ваш муж страдает от повышенной тревожности. Он сто раз проверяет, закрыта ли дверь, выключен ли газ, свет, утюг и т.п. Он заранее переживает, что вы опоздаете, хотя до поезда еще 3 часа. Он боится, что его обманут, и никому не доверяет. Он изводит вас придирками, советами, контролем. По сути же, его брюзжание – это боязнь жизни.

Ваши действия. Ваша цель – успокоить мужа, снизить уровень его тревожности. Если он тревожится из-за того, что вы опоздаете, предложите ему назначить время выхода из дома, которое его устроит и позволит не опоздать. Если он волнуется за сохранность материальных средств во время отдыха, предложите арендовать сейф и т.п. Все, что будет способствовать повышению безопасности, – вам в помощь, чтобы понизить тревожность и ворчливость супруга.

Замужем за ворчуном

Как с ним жить?

3 Повысить удовлетворённость своей жизнью

Ситуация. Порой мужское ворчание спровоцировано профессиональной нереализованностью, несбывшимися мечтами и планами.

Ваши действия. Помогите мужу реализовать себя в другой сфере. К примеру, нелюбимую работу можно компенсировать любимым увлечением: рыбалкой, баней, огородными и дизайнерскими затеями и т.п. Поддерживайте его начинания, подчеркивайте его успешность в этом деле.

4 Дать почувствовать своё внимание и восхищение

Ситуация. Супругу не хватает вашего внимания. Часто бывает так, что жена погружена в работу, уделяет внимание детям и любимому хобби, а на мужа времени не остаётся. И мужчина начинает брюзжать, так как этим способом он получает внимание жены.

Ваши действия. Стройте общие планы и стремитесь к их выполнению. Найдите общее увлечение.

Заведите традицию: посвящать общению со своим мужчиной наедине 20 минут ежедневно, чтобы мотивом общения было не только выражённое им недовольство. И не забывайте хвалить мужа!

Если муж критикует вас и делает обидные замечания в присутствии посторонних, значит, он либо стыдится вас, либо хочет унижить и самоутвердиться за ваш счет. Задумайтесь: стоят ли эти отношения постоянных унижений?

Если придирки мужа обижают

Помочь сможет откровенный рассказ о своих чувствах: «Я чувствую обиду, когда ты делаешь мне по 20 замечаний в день». Начинать высказывания с «Я...». Если начнете с «Ты...», то в ответ услышите: «А ты сама...».

Научитесь переводить упреки в шутку: это отличный способ не дать сформироваться обидам и комплексам, высмеять нелепость претензий. Например, «Я не королевская горничная, а если король хочет помочь королеве, швабра на кухне».

Эффективный прием для прекращения обидного ворчания – конкретизация. Задайте вопрос: «Что именно в том, как я готовлю, тебе не нравится?». Примите конструктив к сведению. Но чаще всего ворчун умолкает, так как конкретных претензий у него нет.

Попробуйте полностью скопировать его манеру поведения, слова и интонацию. Повод можете выбрать любой. Порой ворчуну бывает достаточно увидеть себя со стороны, чтобы изменить поведение.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Честное попугайское

Известно, что среди попугаев встречаются настоящие долгожители: волнистые попугайчики могут прожить 20 лет, ара – около 30, серый жако – 50, а какаду – даже 70. Крупная птица может стать вашим спутником на всю жизнь. При этом она очень привязывается к своему хозяину, поэтому к выбору такого питомца нужно относиться ответственно. Зато и радости от общения с попугаем хватит на всю жизнь. Это настоящие артисты: они обладают прекрасным чувством ритма, поэтому умеют танцевать, могут выучить несколько десятков слов и фраз. А некоторые даже способны обучаться счету.



Неизвестное

«Горе от ума» Комедия в стихах «Горе от ума» Александра Сергеевича Грибоедова сделала писателя классиком русской литературы. Но авторского текста, к сожалению, не сохранилось. Появившись, пьеса была запрещена и распространялась в списках, а опубликовали ее только спустя несколько десятилетий после смерти автора. На сегодняшний день сохранилось более 300 списков. Интересно знать, что междометие «Ох!» можно встретить на страницах произведения шесть раз, а возглас «Ах!» Александр Сергеевич употребил 54 раза.



Первый памятник

космонавтике В честь первого полёта человека в космос в России 12 апреля отмечают День космонавтики, а во всём мире – Международный день авиации и космонавтики. С тех пор, как в 1961 году на космическом корабле «Восток-1» старший лейтенант Юрий Алексеевич Гагарин впервые облетел Землю, этому событию было посвящено множество монументов, стел и так далее. Но мало кто знает, что первый памятный знак в честь этого события появился в Саратовской области около деревни Смеловка – на месте приземления аппарата с Гагариным. Прибывшие военные вкопали столб с табличкой, где было написано: «Не трогать! 12.04.61 г. 10 ч 55 м. моск. время».



Гигантская картина

Самая большая картина площадью 12 086,59 м² была создана Хунг Чи-Сунгом в Хуалянь, Тайбэй (столица Китайской Республики) 21 июня 2019 года. Это почти два футбольных поля! В 2001 году великая статуя Будды Бамиана была разрушена. Мастер самостоятельно создал огромную картину, чтобы сохранить дух мира Будды, желая всем счастья на Земле и молиться о примирении тысячелетних конфликтов. Работа была первоначально закончена 9 мая 2018 года, но недавно создатель добавил золотую точку на сердце Будды, чтобы символизировать единение и открыть сердце по всему миру.

Светлана СИДОРЧУК

Сергей Агапкин – известный йогатерапевт, ректор Института традиционных систем оздоровления, ведущий программы «О самом главном» на телеканале «Россия 1» – свою жизнь посвятил изучению возможностей человеческого организма и охотно делится своими знаниями с телезрителями.

Рецепт от болезней

– *Сергей Николаевич, вы работаете теледоктором десять лет – ровно столько, сколько существует передача «О самом главном». С чем чаще всего обращаются к вам телезрители?*

– Они ждут, что им расскажут некий волшебный рецепт от всех болезней (улыбается).

– *В этом нет ничего удивительного, все хотят быть здоровыми...*

– Это неправда. Многие ведут себя так, словно они бессмертны. Например, человеку после острого приступа говорят: «У вас повышенное давление. Принимайте вот такие таблетки, и проживете на 15 лет дольше, не станете инвалидом». Что делает человек на следующий день? Первым делом забывает принять лекарство. Так было всегда. Эта проблема еще в XI веке описана в тибетской медицине. Люди живут с ощущением, что впереди бесконечная жизнь. Хотя в действительности она может прерваться в любой момент, в лучшем случае сильно измениться. Обратите внимание на поведение людей в первую неделю после инфаркта. Все они в го-

Сергей АГАПКИН:

Здоровье трудящихся – дело рук их самих!

лос твердят: «Если бы мы знали, как это страшно, с юности бы занимались спортом, следили бы за питанием». Но проходит две недели, и все забывается. Люди возвращаются к тому же, что было, словно впереди вечность и всегда будет шанс что-то переиграть.

Бережём здоровье дома

– *Но есть же какие-то общие рекомендации по оздоровлению?*

– Универсальные советы давать очень сложно. Что касается физических нагрузок, то недавно было опубликовано большое 30-летнее исследование, где сказано о том, что, чем больше физкультуры, тем меньше рисков смерти от ряда заболеваний. Минимум, с которого начинается положительный эффект, – 150 минут в неделю (это может быть бег трусцой или скандинавская ходьба), максимум – 150 минут ходьбы или 75 минут бега ежедневно.

– *А что можно сделать для своего здоровья прямо сейчас, в условиях са-*

моизоляции, когда нет возможности выйти на прогулку, нет тренажеров?

– Как именно будет реализован этот объем движения, на самом деле не так уж важно. В домашних условиях возможен бег на месте в самых разных вариантах. Или ходьба с высоким подъемом ног. Включили сериал,

Совет на все времена

– *Какому правилу советуете следовать своим родным, а заодно телезрителям?*

– Еще в 1931 году выдающийся деятель советской медицины Николай Семашко говорил: «Здоровье трудящихся – дело рук их самих». С тех пор ничего не изменилось.

любую телепрограмму, и не просто переминаемся на месте, а маршируем, поднимая ногу. Плюс есть такие простые вещи, как приседания, отжимания, выпрыгивания. С точки зрения затрат энергии эти упражнения даже зачастую обходят бег трусцой. Поэтому особой проблемы в том, чтобы набрать необходимое количество движения дома, нет. Самое главное – не сидеть. Это действительно самое главное.

Практика и личный пример

– *Пропагандируя здоровый образ жизни, сами его придерживаетесь?*

– Занимаюсь йогой, гоняю на велосипеде.

– *Вы не просто занимаетесь, а довольно серьезно практикуете... Что лично вам даёт практика?*

– В пятиглавом варианте «Хатха-йоги Прадипики» есть хорошая фраза: «Нет болезни, которую нельзя было бы излечить правильной практикой йоги. И нет болезни, которую нельзя было бы приобрести неправильной практикой».

– *У вас пятеро детей. Кто-то из них занимается йогой?*

– Двое старших, но не так глубоко, как я. Скорее на потребительском уровне, хотя первый сын в свое время отучился на преподавательском курсе, при этом не преподает. Зато второй сын не учился, но имеет склонность к преподаванию, ему это нравится.

Наталья АНОХИНА



ПОДРОБНОСТИ

Не останавливайтесь на ходу

– *Есть мнение, что, выходя на пенсию, человек должен снижать нагрузки, беречь себя. Насколько верно такое суждение?*

– Все исследования показывают, что единственный вариант пережить пенсию – это за два-три года до ее достижения придумать себе хобби. Оно должно занять место работы. Остановиться после выхода на пенсию – очень плохая идея. Есть масса примеров, когда у людей после резкой остановки деятельности случались инфаркты и инсульты. И если раньше существовало мнение, что после случившегося надо снижать физические и эмоциональные нагрузки, больше отдыхать, то последние десятилетия во всем мире говорят прямо противоположное. Единственный способ избежать повторного инфаркта – это как можно быстрее «запустить» организм, заставить человека двигаться. Если он ограничит

движение, эта проблема через год приведет его обратно в больницу. Так что останавливаться нельзя. Человек в этом смысле похож на машину, которая едет под горку. Если в какой-то момент ее остановить, не факт, что удастся завести снова.

– *Все знают, что, скажем, для поджелудочной железы нельзя много есть, нельзя жирное, жареное, острое. Но люди, оказавшиеся в группе риска, всё равно едят. Как избежать конфликта между разумом и поведением?*

– Включить разум. И желательно не выключать его.

– *Правда, что интеллектуальная деятельность влияет на продолжительность жизни?*

– На продолжительность почти никак, а вот на сохранность очень даже. Интеллектуальная деятельность позволяет на склоне лет не впасть в маразм. Это ее основная задача.

Фото пресс-службы телеканала «Россия 1»

Сергей Бурунов открыл академию

На телеканале TNT – премьера очередного сезона сериала «Полицейский с Рублёвки». В новых сериях Гриша Измайлов (его в предыдущих сезонах играл Александр Петров) уволился из полиции, наконец женился на своей любимой девушке Алёне и уехал в романтическое бессрочное путешествие по всему миру. Поэтому все акценты смещаются на полковника Владимира Яковлева в исполнении Сергея Бурунова.

По сюжету в самом престижном районе страны открывает свои двери Академия полиции Российской Федерации. Возглавит новую структуру легендарный полковник Владимир Яковлев, который в кратчайшие сроки должен воспитать лучшие кадры в стране. И он делает все, чтобы оправдать возложенное на него доверие.

Вместе с ним воспитывать новые кадры будут сотрудники ОМВД «Барвиха Северное» Игорь Мухич (Роман Попов), Алиса Рыбкина (Рина Гришина) и другие известные герои этого сериала.

Владимир Маркони проверит всё на себе

На Первом канале – премьера нового развлекательного ток-шоу «Проверено на себе».

Его ведущие блогер Владимир Маркони и радиоведущая Елена Абиатаева решают злободневные проблемы, которые всем нам периодически подбрасывает жизнь. Темы выпусков – самые разнообразные, но волнующие каждого. Что делать, если зима выдалась теплая, а счет за отопление прислали огромный? Как не растерять спортивную форму, оказавшись на карантине? С помощью ученых и экспертов в студии ведущие проверяют идеи и теории, прочно обосновавшиеся в массовом сознании.



Фото Максима Ли

Режиссёр Эдуард Бордуков, продюсеры Елена Гликман и Михаил Дегтярь решили снять фильм «На острие».

В главных ролях здесь снимаются яркие звезды российского кинематографа: Светлана Ходченкова, Стася Милославская, Сергей Пускепалис, Софья Эрнст, Алексей Барабаш и другие популярные актеры и актрисы.

Ради медали

В центре сюжета – лучшая саблистка мира Александра Покровская. Для полного счастья ей не хватает только одного: взять золотую медаль на предстоящей Олимпиаде. И тут совершенно неожиданно на ее пути встает другая спортсменка – молодая, талантливая и амбициозная Кира Егорова. Она из провинции, но сумела не только стремительно покорить Москву, но и одержать победы практически на всех соревнованиях. У нее тоже есть мечта – быть первой. Между этими героинями и началась отчаянная схватка – не только на турнирах, но и в жизни.

Продюсеры фильма уточняют: реальных прототипов у главных героинь не было. Все события, судьбы и конфликты в фильме – вымышленные. Конечно, кроме факта участия нашей сборной в Олимпиаде.

Прежде чем приступить к съемкам, команда постаралась максимально близко познакомиться с этим видом спорта.

– Мы начали с того, что сами вместе с нашим режиссером Эдуардом Бордуковым посетили несколько фехтовальных турниров: начиная от московских и заканчивая международными, – рассказала нам продюсер фильма Елена Гликман. – В фехтовании много тонкостей...

Светлана Ходченкова взялась за саблю



Героиня Светлана Ходченковой завоевала почти все возможные титулы, и теперь её цель – олимпийское золото.



Героиня Стаси Милославской – молодая амбициозная спортсменка.



Сергей Пускепалис сыграл тренера главных героинь.

Сложный выбор

Главные роли в фильме «На острие» – опытной фехтовальщицы Александры Покровской, которая во что бы то ни стало мечтает получить олимпийское золото, и молодой и рьяной саблистки Киры Егоровой, стремящейся к победе любой ценой, – играют Светлана Ходченкова и Стася Милославская.

В роли Александры Покровской Эдуард Бордуков еще во время работы над сценарием видел именно Светлану Ходченкову. Несмотря на это, режиссер все равно решил провести пробы с актри-

сой, в ходе которых лишь убедился в правильности своего выбора.

А вот на роль Киры Егоровой пришлось проводить кастинг.

– Выбор был непростым, – поясняет нам режиссер. – Но в итоге мы сделали правильный выбор, и Светлана Ходченкова со Стасей Милославской прекрасно сработались в паре.

По сценарию обеих спортсменок трениру-

ет один и тот же тренер Егоров – его роль исполнил Сергей Пускепалис.

– В этом фильме, в отличие от многих других, он появится в непривычном для его поклонников образе, – говорит продюсер Елена Гликман. – Его герой – достаточно жесткий и непредсказуемый в некоторых моментах человек...

Мастерство и скорости

Все технически сложные моменты на съемках связаны с трюками и съемками с саблей, потому что это опасное оружие. Вся

Детали «Выбрала для себя пример»

Когда Стася Милославская готовилась к съемкам и смотрела соревнования, она выбрала для себя пример – им стала олимпийская чемпионка Яна Егорян.

– Мне понравилась ее энергия, ее поведение на турнирах, я даже сама ей написала в Instagram – рассказала о фильме и предложила встретиться, – поделилась с нами Стася. – Было невероятно интересно с ней пообщаться. Фехтование мне преподавали еще во время учебы в школе-студии МХАТ. На тот момент я даже и представить не могла, что в будущем сыграю настоящую спортсменку-фехтовальщицу.

Кстати Страсти по фехтованию

В постановке сцен поединков принимали участие консультанты из Федерации фехтования России, они также помогли команде проекта с дублерами.

Во время подготовки к съемкам Светлана Ходченкова и Стася Милославская брали уроки фехтования у профессиональных тренеров.

группа соблюдала технику безопасности. Даже оператор на площадке работал в специальной защитной маске.

– Нам нужно было научиться рассчитывать шаги, скорость, дистанцию, иначе легко можно было нанести травму своему партнеру, хотя на нас и была защита, – рассказала нам Светлана Ходченкова. – Для абсолютной достоверности нам необходимо было научиться виртуозно, одним движением, надевать маску. Мы долго отработывали и оттачивали фехтовальные стойки, положение рук и спины, держание сабли, уколы и удары. Фехтование – это запредельные скорости, зачастую человеческий глаз даже не успевает зафиксировать момент укола. Было, конечно, очень сложно добиться таких движений...

Где снимали фильм

Большую часть картины снимали в Москве. В частности, соревнования – в столичном Дворце спорта «Динамо». Но съемочной группе пришлось также отправиться во Францию, где были найдены локации для сцен международных турниров. Специально для съемок команда арендовала спортивное оборудование и настоящие фехтовальные дорожки. Это очень специфическая техника, ее тяжело найти, и она практически постоянно занята на соревнованиях.

Чем закончится история противостояния двух спортсменок – пусть останется тайной. Но продюсеры и режиссер обещают, что финал фильма будет захватывающим.

Валерия ХВАЦЕВСКАЯ

фото: пресс-служба фильма «На острие» (предоставлены ИА «СТОЛИЦА»)



Найди 10 отличий

Посадите дерево!

Весна – лучшее время для посадки деревьев. Хорошо, когда вам помогают дети.

Ответы: Однако справа, бантик у девочки, подкова ботинка у мальчишка, прищипка у него же, веточка на деревце, веточка снизу у него же, лопата у мужичков, травка на кустике слева.

Для того чтобы не заболеть, нужен сильный организм.

Амы после зимы в большинстве своем ослаблены, ресурсы организма ограничены. Поэтому его необходимо поддержать. Сделать это можно и нужно в том числе с помощью сбалансированного питания и продуктов, укрепляющих иммунитет. В первую очередь нашему организму весной нужны витамины (особенно С, D, группы В) и минералы (цинк, железо, медь, селен), а также аминокислоты, незаменимые жирные кислоты и некоторые другие вещества. Все это есть в определенных продуктах, которые нужно включать в ежедневный рацион.

Содержат фитонциды и природные антибиотики. Повышают сопротивляемость организма, обладают мощным антисептическим действием.

Чемпионы по содержанию витамина С – основы здорового иммунитета; содержат эфирные масла, обладают бактерицидными свойствами.

Лук, чеснок, хрен, горчица



Цитрусовые: лимоны, апельсины, мандарины, лаймы



Овощи



Фрукты



Богаты витаминами, минералами, клетчаткой и фитонутриентами – веществами, защищающими растения от внешних угроз, крайне полезными и для человека.

Продукты пчеловодства: мед, прополис, перга, маточное молочко



Содержат огромное количество полезных веществ, витаминов и минералов, являются природными антисептиками, обладают бактерицидными свойствами.

Брокколи, лук, помидоры содержат кверцетин – вещество, способствующее выработке антител к вирусам. Цветные овощи – красные, желтые – содержат бета-каротин, укрепляющий межклеточные мембраны и иммунную систему.

Имбирь, зелёный чай



Ягоды



Содержат витамины и антиоксиданты, повышающие сопротивляемость организма.

Содержит полный набор аминокислот, необходимых для полноценного сопротивления организма вирусным инфекциям. Отличное средство для профилактики инфекционных заболеваний и укрепления организма.

Куриный бульон



В отсутствие солнечного света (то есть зимой) витамин D не вырабатывается, поэтому его необходимо восполнить с помощью продуктов, которые помимо витамина D содержат незаменимые жирные кислоты омега-3.

Содержит полноценный животный белок, а также железо, цинк и селен, которые помогают организму бороться с возможным заражением.

Говядина



Скумбрия, лосось, сельдь, печень трески, масла (льняное, подсолнечное)



Способствуют укреплению иммунитета и защитных функций организма, обладают антиоксидантными свойствами, содержат полифенолы, помогающие избежать повреждения клеток и предотвращающие иммунную дисфункцию.

– Эх, сколько планов было пару часов назад!
– А потом?
– Потом я поела.



Светлана ИВАНОВА

ПОДРОБНОСТИ

3 травяных сбора для красивой кожи

Выбрать антивозрастной травяной сбор поможет врач-косметолог. Правильно подобранные травы предупреждают и замедляют процессы старения. Результат заметен через месяц после применения. Сегодня мы расскажем о трёх из них.

ШАЛФЕЙ. Помогает избавиться от пигментных пятен, тонизирует и освежает кожу, регулирует работу сальных желез, уменьшает количество угрей и купероз.

ДУШИЦА (ОРЕГАНО). Освежает цвет лица, снимает воспаление, стимулирует выработку коллагена (белок, который отвечает за упругость кожи). Помогает при лечении угревой сыпи, микротрещин.
РОЗМАРИН. Нейтрализует негативное влияние солнечных лучей, повышает эластичность кожи, делает ее мягкой и упругой.

Важно!

Перед началом процедур посоветуйтесь со специалистами. Могут быть противопоказания или индивидуальная непереносимость.

Как использовать

КОСМЕТИЧЕСКИЙ ЛЁД. Залить сбор стаканом горячей воды. Настаивать не менее 1 часа. Добавить пару капель эфирного масла и процедить. Разлить по формам и поместить в морозилку. Кубиком льда протирать лицо по лимфотокам утром и вечером.
МАСКА. 2 ст. л. сухой травы залить стаканом кипятка. Настоять 1 час. Процедить. Добавить крахмал до состояния сметаны или капнуть 4-5 капель в ночной крем. Наносить на 15-20 минут.

ОТВАР. Залить 1,5 ч. л. сухой травы 1 стаканом кипятка и томить на водяной бане 20-30 минут. Процедить, остудить. Умываться утром и вечером.
НАСТОЙ ДЛЯ ВАННЫ. Высушенный травяной сбор (столовая ложка на 500 мл) залить кипятком и настоять под крышкой 20-30 минут.
ВАННА. Оптимальная температура воды – 36-38 градусов (100-250 мл настоя на 200 л воды). При такой температуре растворяется кожное сало, удаляются омертвевшие клетки, снимается стресс. Принимать не чаще чем три раза в неделю по 15-25 минут до еды или через пару часов после.

Любовь АНИНА

Популярная актриса Алёна Ивченко, сыгравшая в сериале «Магомаев» (Первый канал) министра культуры СССР Екатерину Фурцеву, поделилась впечатлениями от необычного блюда, которое попробовала в Мексике.

И рассказала, как нужно готовить настоящие белорусские драники.

Профессия обязывает, но не заставляет

– Алёна, следите ли вы за своим питанием, и насколько строго?

– За питанием я, конечно, слежу – тем более что актерская профессия обязывает. Но я бы не сказала, что делаю это строго. Скорее, придерживаюсь позиции умеренности: есть можно все, вопрос – в каком количестве.

– Бывает очень не просто отследить это самое количество. Как быть: считать калории?

– Если основу вашего питания составляют овощи, то неважно, сколько их вы едите. Мой организм овощи может поглощать в бесконечном количестве. А дальше добавляйте к ним столько вкусовых радостей, сколько захотите – просто не забывайте, что это дополнительные радости, а не основа вашего рациона питания.

– Соблюдаете ли вы режим в питании?

– Я предпочитаю слушать свое тело, и если оно в данный момент есть не хочет, его не надо

«У меня есть одно правило, которое я стараюсь соблюдать: каждое утро натошак я выпиваю три стакана теплой воды – это сродни умыванию».

Алёна ИВЧЕНКО:

Я – «сырная душа»



Рецепт от звезды



– Секрет драников очень простой: ничего, кроме тертого картофеля и соли. Когда в ресторанах в драники добавляют яйцо и муку, для меня это уже не тот вкус. Хотя я понимаю, что они это делают, чтобы придать блюду презентабельную форму. Моя подруга, которая тоже родом из Минска, а сейчас работает шеф-поваром в Сан-Диего, для того, чтобы тертая картошка не темнела, добавляет в нее ложку сметаны. А учитывая, что драники я всегда ем со сметаной, такое трактование для меня вполне допустимо.

ЛЮБИМЫЕ ДРАНИКИ АЛЁНЫ ИВЧЕНКО

кормить. Также я стараюсь избегать жесткости в своих привычках – люблю, когда все подвижно. Сегодня мне хочется одного, завтра – другого, и это прекрасно, и я не вижу смысла создавать искусственные ограничения. Хотя у меня есть одно правило, которое я стараюсь соблюдать: каждое утро натошак я выпиваю три стакана теплой воды – это сродни умыванию, которое еще и запускает все очистительные функции организма. Да и вообще, чем больше воды, тем лучше. Я уже давно отказалась от соков и молочных продуктов и выбираю чай, кофе и воду. Хотя иногда мне доставляет огромное удовольствие свежевыжатый апельсиновый или огуречный сок.

Чудеса с мёдом

– Из каких продуктов обычно состоит ваш завтрак?

– Чаще всего мой завтрак – это кофе эспрессо, сыр и свежий огурец. Иногда к этому хочется добавить яйцо всмятку.

– Какие сыры вы особенно любите?

– Я люблю твердые сыры – такие, как грюйер и чеддер, а из мягких предпочитаю острую горгонзолу и бри. Я вообще «сырная душа»: обожаю сыры, и они всегда есть в моем доме.

– Что ещё, кроме сыров, всегда можно встретить на вашей кухне?

– Дома всегда есть огурцы, качественные чай и кофе, и обязательно –



травы. А еще – много разного меда, который я привожу из поездок. В том числе манука – этот мед производят только в Новой Зеландии, и уникальность его в том, что он содержит природный антибиотик, так что, конечно, я его использую для здоровья, а не просто для удовольствия. Если вдруг я ощущаю легкую простуду, то ложка этого меда перед сном творит чудеса, и с утра я просыпаюсь здоровым человеком. Этот мед я привожу из Англии, где теперь живет моя мама. До этого она много лет прожила в Новой Зеландии, где и познакомилась с этим медом.

Лишь бы ингредиенты нравились

– Расскажите, пожалуйста, об английской кухне.

– В свою первую поездку в Англию – 20 лет назад – я была обескуражена тем, насколько скучна и неинтересна английская еда. Сегодняшний «продуктовый» Лондон – совсем

иной: с огромным выбором кафе и ресторанов, в которых есть все и прекрасного качества.

– Любите ли вы пробовать новые блюда в путешествиях?

– Прежде чем заказать что-то новое, я всегда смотрю на ингредиенты, и если мне нравится состав – с удовольствием пробую. А иногда могу полностью доверить выбор своим друзьям. Из последнего, что меня очень впечатлило, – это был костный мозг, который я попробовала в Мексике, в Тихуане, в замечательном ресторане «Цезарь», в котором, собственно, и родился знаменитый одноименный салат. Я сама бы никогда себе это не заказала – настояла подруга. Она хорошо знает этот ресторан, и я очень признательна, что она меня уговорила, – это феноменально вкусно!

– И как подают этот костный мозг?

– Это выглядит довольно первобытно: его подают прямо в трубчатой кости, довольно крупной. К ней подается специальная вилка, чем-то напоминающая устричную.

Елена СОКОЛОВА

ПОДРОБНОСТИ

Меню зависит от сезона

– Алёна, а какое блюдо из вашего детства вы до сих пор считаете самым любимым?

– Мой единственный «пищевой наркотик» с самого детства – это драники. Ничто на свете я не люблю так сильно. Помню, когда мама еще жила в Минске и я студенткой приезжала к ней на каникулы, то, зная, что мама обязательно приготовит

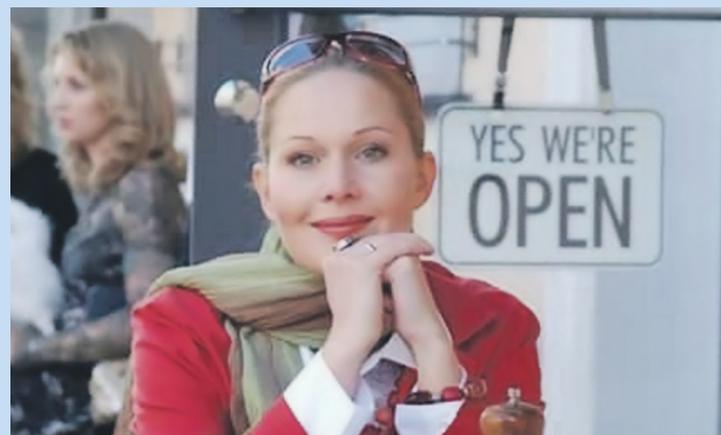
драники, просто умоляла ее не готовить много, потому что я обязательно съем все! Остановиться просто невозможно!

– А сейчас готовите драники?

– Да, но крайне редко. Жареная картошка – совсем не то, что способствует стройности. Но без ложной скромности могу сказать, что получается у меня это изумительно!

– Какое блюдо вы приготовите для своих гостей?

– Я всегда ориентируюсь на то, что любят мои гости, а также на то, какие продукты я сегодня могу купить свежими. На столе обязательно будет что-то легкое – например, огромная миска свежего салата, а все остальное зависит от сезона, повода и настроения...



Нагрузки рабочей недели редко кому дают возможность насладиться по-настоящему изысканным завтраком. Другое дело – суббота, воскресенье или просто выходной день.

Никуда не нужно спешить, никуда не нужно бежать – отличный повод приготовить что-нибудь особенное, пусть даже придется повозиться.

ЗАВТРАК ВЫХОДНОГО ДНЯ – повод для творчества

Кстати Императорский завтрак

Как отмечали некоторые современники, на завтрак у Николая II был кофе, чай, шоколад, масло, ветчина, бекон и яйца на выбор. К первому завтраку (а это было в 6-7 часов) будили удачливом деревянном молотке в дверь всех домочадцев царя, и буквально через полчаса после «подъема» накрывался стол для завтрака. Для общего завтрака с приглашенными стол накрывался в 13 часов. Этот завтрак начинался с закуски стоя у специального закусочного столика: икра, селедка, вареное мясо, балык, маленькие бутерброды. Не исключалась пара горячих блюд. Например, таких как горячая ветчина. Подавали яйца, рыбу, овощи, сыры, фрукты. Трапезу завершала чашечка кофе.

Кугель из пшена с творогом и изюмом



Еврейская кухня.

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 200 г пшена, 200 г творога, 450 мл молока, 3 яйца, 40 г сливочного масла, 100 г изюма, 3 ст. л. сахара, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 189 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Вечером пшено промыть до прозрачной воды, залить чистой водой и оставить на ночь.

2 Утром воду слить и обжарить пшено на сливочном масле (30 г) до золотистого цвета (~5 минут).

3 Довести до кипения молоко, всыпать поджаренное пшено, варить под крышкой на самом слабом огне, периодически помешивая, до готовности.

4 В блендере смешать яйца, творог, сахар, взбить до однородности.

5 Смешать пшеничную и творожную массы, посолить, добавить изюм.

6 Выложить полученную массу в смазанную маслом форму для выпечки.

7 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке ~45 минут – до золотистой корочки.



ПОСЛОВИЦЫ

Не поешь толком – будешь волком.
Что в рот полезло, то и полезно.
Без соли невкусно, а без хлеба несытно.
Ранняя птичка съедает завтрак опоздавшей.



За столом мужчина и женщина.
Она: – Сделай мне бутерброд с маслом.
Она намазывает хлеб, он съедает и просит ещё.
Она: – Не буду. Это была демонстрационная версия. Лицензионную версию ты сможешь приобрести только после регистрации брака.



Кайзершмаррн с рисом



Австрийская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 120 г риса, 3 яйца, 100 г муки, 1-2 ст. л. сахара, 20 г сливочного масла, 1 стакан молока, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 202 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Рис сварить до готовности, воду слить.

2 Отделить желтки от белков, растереть с сахаром.

3 Смешать рис, молоко, растертые с сахаром желтки, муку, посолить, перемешать.

4 Белки взбить в пышную пену, осторожно ввести в полученную массу.

5 На сковороде распушить сливочное масло, выложить всю рисовую массу, жарить до золотистой корочки (~3 минуты).

6 Разделить кайзершмаррн на 4 части, каждую перевернуть и жарить до готовности.

7 Подавать с любым сладким соусом или фруктовым джемом.



Йоркширский пудинг



Британская кухня.

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 160 г муки, 200 мл молока, 1 яйцо, 25 г сливочного масла, 1 ст. л. сахара, 100 г творожного сыра, 1 апельсин, 1 ст. л. сахарной пудры, щепотка соли.

Калорийность (на 100 г): 190 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Яйцо взбить с солью в половине молока, добавить муку, размешать до однородности, влить оставшееся молоко, перемешать.

2 Готовому тесту дать постоять 30 минут.

3 Формочки для маффинов смазать маслом, разложить тесто, заполняя не более половины формочки.

4 Выпекать в разогретой до 200 градусов духовке 20-25 минут.

5 Снять с апельсина цедру с помощью мелкой терки, выжать сок.

6 Соединить творожный сыр, апельсиновую цедру, сок и сахарную пудру, перемешать до однородности.

7 Полученную смесь заполнить ямки, которые образуются на готовых пудингах.



Креспу



Французская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 10 яиц, 60 мл молока, 3 спелых помидора, 100 г бекона, пучок шпината или щавеля, горсть оливок, 100 г шампиньонов, 1 зубчик чеснока, 2 ст. л. сливочного масла, 3 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. прованских трав, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 155 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 С помидоров снять шкурку, один нарезать мелкими кубиками, два помидора разбить в блендере.

2 В сковороде разогреть 1 ст. л. растительного масла, слегка обжарить мелко нарезанный чеснок, добавить разбитые в



блендере томаты и прованские травы, посолить, поперчить, приготовить соус (~5-7 минут).

3 Грибы и бекон нарезать кубиками, оливки – колечками, шпинат порвать руками.

4 Яйца взбить с молоком и солью, разлить по восьми одинаковым чашкам.

5 В две чашки добавить кубики помидоров, в две – шпинат и оливки, в две – шампиньоны, в две – бекон.

6 Пожарить восемь яичниц на смеси сливочного и оливкового масла.

7 Готовые яичницы промазывать томатным соусом (кроме верхней) и складывать стопкой – в виде торта.

8 Подавать креспу горячим.

Творожные панкейки



Американская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 340 г творога, 1 стакан муки, 6 яиц, 60 г сахара, 1 апельсин, 80 г размягченного сливочного масла, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 223 кКал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Отделить желтки от белков.

2 С апельсина снять цедру, выжать сок.

3 Творог, желтки, сок, масло сложить в чашу блендера, взбить до однородности.

4 Добавить муку, сахар, соль, апельсиновую цедру, взбить еще раз.

5 Белки взбить в пышную крепкую пену.

6 Ввести взбитые белки в творожную массу.

7 Жарить панкейки на смазанной маслом сковороде до золотистого цвета (с двух сторон).

8 Готовые панкейки складывать стопкой на теплой тарелке.



7 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	REN
 <p>14.30 «Проверено на себе». (16+)</p>	 <p>14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)</p>	 <p>06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)</p>	 <p>20.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+)</p>	 <p>15.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p>	 <p>20.00 «КАЗИНО «РОЯЛЬ»». (16+)</p>		
<p>05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Доброе утро» 09.55 Модный приговор. (6+) 10.55 Жить здорово! (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 14.30 Премьера. «Проверено на себе». (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское / Женское. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.30 На самом деле. (16+) 19.40 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «ИЩЕЙКА». (12+) 22.30 Премьера сезона. «Док-ток». (16+) 23.30 Вечерний Ургант (16+) 00.10 Познер. (16+) 01.10 Проверено на себе. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России 09.00 Вести 09.25 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.25 Вести. Местное время 11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+) 12.50 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.25 Вести. Местное время 14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+) 17.00 Вести. Местное время 17.25 «60 минут». (12+) 18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+) 20.00 Вести 20.45 Вести. Местное время 21.00 «ПАРОМЩИЦА». (12+) Неожиданные действия Аллы приводят к тому, что Надю вновь увозят в полицию! 23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 02.00 «НА ДАЛЬНЕЙ ЗАСТАВЕ». (12+)</p>	<p>05.15 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+) 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.00 Сегодня 08.25 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». (16+) 09.15 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СУДЬБЫ». (16+) 13.00 Сегодня 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 14.00 Место встречи 16.00 Сегодня 16.25 Основано на реальных событиях. (16+) 17.10 ДНК. (16+) 18.15 «ПЁС». (16+) 19.00 Сегодня 19.40 «РИКОШЕТ». (16+) 21.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+) 23.10 «ПЛАУТИНА». (16+) 00.10 Сегодня 00.20 Поздняков. (16+) 00.30 Мы и наука. Наука и мы. (12+) 01.30 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СУДЬБЫ». (16+)</p>	<p>06.00 05.45 Ералаш. (0+) 06.20 «Приключения Вуди и его друзей». (0+) 06.35 «Охотники на троллей». (6+) 07.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+) 08.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+) 09.25 «ИСТОРИЯ ЗОЛУШКИ». (12+) 11.20 «Стань легендой! Биг-фут Младший». (6+) 13.15 «Кот в сапогах». (0+) 15.00 «Хороший динозавр». (12+) 16.45 «ТОР-2. ЦАРСТВО ТЬМЫ». (12+) 19.00 «КОРНИ». (16+) 20.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+) 22.20 «БЭТМЕН. НАЧАЛО». (16+) 01.05 «Кино в деталях». (18+) 02.05 «ЧЕЛОВЕК В ЖЕЛЕЗНОЙ МАСКЕ». (0+) 04.10 «Шоу выходного дня». (16+) 04.55 Мультфильмы. (0+)</p>	<p>07.00 ТНТ. Gold. (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.15 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.30 Бородина против Бузовой. (16+) 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+) 13.30 «Холостяк». (16+) 15.00 «САШАТАНЯ». (16+) 16.30 «ОЛЬГА». (16+) 18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 20.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ РУБЛЕВКИ-5». (16+) Вернувшись из отпуска, глава отдела полиции Барвихи Владимир Яковлев получает новое назначение... 21.00 «Где логика?» (16+) 22.00 «ЗВОНИТЕ ДИКА-ПРИО». (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.05 «Stand Up». (16+) 03.40 «Открытый микрофон». (16+) 06.10 ТНТ. Best. (16+)</p>	<p>05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 Документальный спецпроект. (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «КАЗИНО «РОЯЛЬ»». (16+) 23.30 «Неизвестная история». (16+) 00.30 «КВАНТ МИЛОСЕРДИЯ». (16+)</p>		

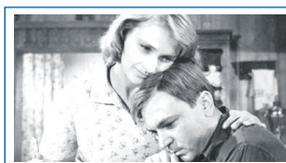
ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ			
ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР	ОТР
<p>05.00 «Орел и решка. Рай и Ад-2». (16+) 07.35 «Утро Пятницы». (16+) 08.50 22.45 «ДОКТОР ХАУС». (16+) 11.25 «На ножах». (16+) 13.20 «Голубая планета-2». (16+) 14.25 «Орел и решка. Америка». (16+) 15.35 «Орел и решка. Ивлеева VS Бедняков». (16+) 16.00 20.00 «Орел и решка. Чудеса света». (16+) 18.00 19.00 «Орел и решка. Безумные выходные». (16+) 21.00 «Мир наизнанку. Вьетнам». (16+) 01.25 Пятница News». (16+)</p>	<p>06.00 01.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+) 07.45 «Дорожные войны» 09.00 18.35 «Остановите Витю!» (16+) 09.30 11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+) 10.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+) 12.00 00.00 «+100500». (16+) 13.30 04.20 «Улетное видео» 14.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+) 15.00 «Утилизатор». (12+) 16.00 «КВН на бис и КВН. Вышший бал». (16+) 19.00 «Дорога». (16+) 21.00 «Летучий надзор» 23.00 «Опасные связи». (18+) 02.40 «СВЕТОФОР». (16+)</p>	<p>05.20 11.20 «Загадочная планета». (12+) 06.00 «Архивариус». (12+) 06.05 23.50 «ПравДа?» (12+) 07.00 «Пять минут для размышлений». (12+) 07.05 08.00 22.05 «УМНОЖАЮЩИЙ ПЕЧАЛЬ». (12+) 09.00 «Мультфильм». (0+) 09.20 «ЕВА». (12+) 10.20 11.05 17.05 «100 чудес света». (12+) 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 Новости 12.05 13.20 19.00 20.30 «ОТРАЖЕНИЕ» 15.15 02.05 «МАРГО: ОГНЕННЫЙ КРЕСТ». (12+) 18.05 «Активная среда» 18.30 «Вспомнить всё». (12+)</p>	<p>05.00 «Мини-Маппетсы». (0+) 05.25 «Изысканная Нэнси Кленси». (0+) 05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.15 «Русалочка» (субтитры). (6+) 06.40 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+) 07.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 07.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+) 08.10 «Пёс Пэт». (6+) 08.25 «Первый спасательный отряд». (6+) 08.55 «Герои в масках». (0+) 09.25 «ПУПС». (0+) 10.00 «Дружные мопсы». (0+) 10.30 «Блуди». (0+) 11.00 «София Прекрасная». (0+) 11.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+) 12.00 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 13.05 «Пёс Пэт». (6+) 13.15 «Утиные истории». (6+) 14.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 15.10 «Финес и Ферб». (6+) 16.10 «Семейка Крудс. Начало». (12+) 16.35 «Гравити Фолз». (12+) 17.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+) 18.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 19.30 «Астробой». (12+) 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 23.00 «Стражи Галактики» (12+) 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+) 01.45 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ ПЛЭЙС». (6+) 02.50 «Астробой». (12+) 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)</p>

ДЕТСКИЕ	
КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
<p>05.00 «Мини-Маппетсы». (0+) 05.25 «Изысканная Нэнси Кленси». (0+) 05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.15 «Русалочка» (субтитры). (6+) 06.40 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+) 07.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 07.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+) 08.10 «Пёс Пэт». (6+) 08.25 «Первый спасательный отряд». (6+) 08.55 «Герои в масках». (0+) 09.25 «ПУПС». (0+) 10.00 «Дружные мопсы». (0+) 10.30 «Блуди». (0+) 11.00 «София Прекрасная». (0+) 11.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+) 12.00 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 13.05 «Пёс Пэт». (6+) 13.15 «Утиные истории». (6+) 14.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 15.10 «Финес и Ферб». (6+) 16.10 «Семейка Крудс. Начало». (12+) 16.35 «Гравити Фолз». (12+) 17.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+) 18.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 19.30 «Астробой». (12+) 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 23.00 «Стражи Галактики» (12+) 00.00 «ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ!» (6+) 01.45 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ ПЛЭЙС». (6+) 02.50 «Астробой». (12+) 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)</p>	<p>05.00 «Ранние пташки». (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Чик-зарядка». (0+) 07.35 «Маджикки». (0+) 08.05 «Лукас и Эмили». (0+) 08.45 «Три кота». (0+) 09.20 Лабораторию. Маленькие исследователи. (0+) 09.45 «Радужный мир Руби». (0+) 10.10 «Ну, погоди!» (0+) 10.55 «Приключения Ам Няма». (0+) 11.00 «Роботар Поли и его друзья». (0+) 11.40 «Роботы-поезда». (0+) 12.15 «Тобот Атлон». (6+) 12.40 «Металлоны». (6+) 13.05 «ЛЕГО. Мир Юрского периода». (0+) 13.30 «Аркадия Паровозов спешит на помощь!» (0+) 13.35 «Турбозавры». (0+) 14.00 Навигатор. (0+) 14.10 «Элвин и бурундуки». (6+) 14.35 Как устроен город. (0+) 14.40 «Фиксики». (0+) 15.40 Зелёный проект. (0+) 16.00 «Бурёнка Даша». (0+) 16.10 «Приключения Барби в доме мечты». (0+) 16.30 «Простоквашино». (0+) 17.35 «Пластинки». (0+) 17.40 «Суперкрылья». (0+) 18.10 «Щенячий патруль». (0+) 19.00 «Фееринки». (0+) 19.40 «Царевны». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Маша и Медведь». (0+) 22.00 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+) 22.25 «Фьюжен Макс». (6+) 22.50 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+) 23.35 «Новые Луни Тюнз». (6+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ			
DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC	NG
<p>06.00, 01.30 Дальнейший в Америке. (12+) 06.50, 13.45, 20.10 Махинаторы. (12+) 07.40, 08.05, 15.05, 19.15, 19.40 Как это сделано? (12+) 08.30, 08.56, 15.35, 16.00, 22.55, 00.40, 01.05 В погоне за классикой. (12+) 09.22, 09.48 Битвы кладбищенских скелетов. (12+) 10.14 Разрушители легенд: Сжатие танкера. (16+) 11.06 Битвы роботов: Турбулентный шоу. (12+) 11.58 Охота за драгоценными камнями. (12+) 12.50, 05.15 Аляска: семья из леса. (16+) 14.40 Как это устроено: автотомобили мечты. (12+) 16.30, 16.55 Охотники за реликвиями. (16+) 17.25, 03.45 Рыбалка голыми руками. (12+) 18.20 Золотая лихорадка. (16+) 21.05 Стальные парни. (12+) 22.00 Махинаторы: машина мечты. (12+) 23.50, 04.30 Голые и напуганные. (16+) 02.15, 02.40 Гаражное золото. (12+) 03.00, 03.25 Как это устроено? (12+)</p>	<p>06.00, 06.55, 07.55 Тридцатилетняя война - Железный век. (12+) Документальный сериал, Германия, 2017 г. 08.50, 09.55, 10.55 Тайны шести жен. (16+) Документальный сериал, Великобритания, 2016 г. 11.55, 12.40, 13.30, 14.15 Настоящая игра престолов. (12+) Документальная драма, Франция, 2017 г. 15.05, 16.10, 17.15 Королевский двор изнутри. (12+) Документальный сериал, Великобритания, 2013 г. 18.25 Творцы XX столетия. (12+) 19.20 Взлет и падение: поворотные моменты Второй мировой войны. (12+) Документальный сериал, Австралия, 2019 г. 20.15 Музейные тайны. (12+) Документальный сериал, Великобритания, 2016 г. 21.00 Священные сокровища в руках Гитлера Документальный фильм, Франция, 2019 г. 21.55 Карты убийства (12+) 22.45 Творцы XX столетия. (12+) 23.40, 00.30 Запретная история. (12+) 01.15, 02.10 Спецназ древнего мира. (16+) 03.05, 03.30 Невероятные изобретения. (6+) 03.55, 04.40 Музейные тайны. (12+) 05.25 Невероятные изобретения. (12+)</p>	<p>06.00 Делай ставки и взрывай. (16+) 06.20 Осушить океан. (16+) 07.10 Шоссе через ад. (16+) 08.00 Мегалопольсы. (16+) 08.55 Космос: возможные миры. (16+) 09.45, 10.40 Крупнейший в мире ремонт. (16+) 11.35 Авто - SOS. (16+) 12.30 Год в открытом космосе. (16+) 13.20 Затерянные города с Альбертом Лином: Крепость рыцарей-тамплиеров. (16+) 14.10 Инстинкт выживания. (16+) 15.00, 15.55 Расследования авиакатастроф. (16+) 16.45 Граница. (16+) 17.35 Секунды до катастрофы. (16+) 18.30 Космос: возможные миры. (16+) 19.20, 19.50 Тайные истории. (16+) 20.15 Свидетели катастроф: Страшный пожар в Португалии. (16+) 21.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 22.00 Спасти Титаник: сокровища с глубины. (16+) 22.50, 23.35, 00.15 Апокалипсис. (16+) 00.55 Спасти Титаник: сокровища с глубины. (16+) 01.40 Авто - SOS. (16+) 02.25, 03.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 03.55 Спасти Титаник: сокровища с глубины. (16+) 04.40 Сборник «Игр разума». (16+) 05.25 Научные глупости: лучшее за 2018 г. (16+)</p>	

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

РОССИЯ **К** КИНО
РОССИЯ К
Культура



07.50 «СУДЬБА
ЧЕЛОВЕКА»

- 06.30 Пешком...
- 07.00 20.05 Правила жизни
- 07.25 09.55 14.55 16.45 18.40
Большие маленькие
«Красивая планета»
- 07.35 «СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА»
- 09.25 «Другие Романовы»
- 10.00 15.00 19.30 Новости
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10 01.15 ХХ век
- 12.25 18.45 Власть факта
«Репортажи из будущего»
- 13.45 «Сцена жизни»
- 14.25 Мультфильмы
- 15.10 «Дело N»
- 15.45 Агора
- 16.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА. ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРОЯТНЫЕ»
- 18.05 Шедевры хоровой музыки
- 19.45 Открытый музей
- 20.30 Спокойной ночи, малыши!
- 20.45 «Иисус Христос»
- 21.35 Сати. Нескучная классика...
- 22.15 «КОНЕЦ ПАРАДА»

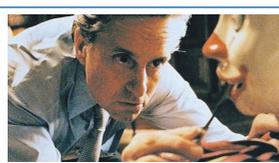
ТВЦ



06.20 «ДАМСКОЕ ТАНГО»,
(12+)

- 06.00 «Ералаш» (6+)
- 06.20 «ДАМСКОЕ ТАНГО», (12+)
- 08.00 «Настроение» (16+)
- 08.15 «АФОНЯ», (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО», (12+)
- 13.40 «Мой герой», (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ОТЕЦ БРАУН», (16+)
- 16.55 «Естественный отбор», (12+)
- 17.50 22.00 События
- 18.10 «СЕЛФИ С СУДЬБОЙ», (12+)
- 22.35 Спецрепортаж. (16+)
- 23.05 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38. (16+)
- 00.45 «90-е». (16+)
- 01.30 «Знак качества». (16+)
- 02.10 «Вся правда». (16+)
- 02.35 «Брежнев, которого мы не знали», (12+)
- 03.15 «ОТЕЦ БРАУН», (16+)
- 04.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)

ТВ-3



23.00 «ИГРА»,
(16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.20 «Слепая». (16+)
- 11.00 Гадалка. (16+)
- 12.00 Не ври мне. (12+)
- 15.00 Мистические истории. (16+)
- 16.00 Гадалка. (16+)
- 17.00 «Очевидцы». (16+)
- 17.30 «Слепая». (16+)
- 18.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- У доктора Мерфи и доктора Резник пациентка с банальным воспалением пальца после неудачного маникюра. Но в процессе все оказывается гораздо сложнее.
- 20.30 «КАСЛ», (12+)
- Касл получает лицензию на работу частным сыщиком и начинает собственное расследование преступления, над которым работает команда Беккет. Убита воспитательница элитного детского сада...
- 23.00 «ИГРА», (16+)
- 01.45 «ПОМНИТЬ ВСЕ», (16+)

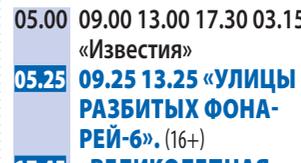
ДОМАШНИЙ



12.15 «Понять. Простить»,
(16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 07.05 «По делам несовершеннолетних». (16+)
- 08.05 «Давай разведемся!» (16+)
- 09.10 «Тест на отцовство». (16+)
- 11.10 «Реальная мистика». (16+)
- 12.15 «Понять. Простить». (16+)
- 14.05 «Порча». (16+)
- 14.35 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)
- 19.00 «КРОВЬ АНГЕЛА», (16+)
- Украина, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Олеся Фатахова, Антон Батырев, Лиза Курбанмагомедова, Олег Мазуров.
- 23.10 «ДЫШИ СО МНОЙ», (16+)
- 02.10 «Порча». (16+)
- 02.40 «Понять. Простить». (16+)
- 04.05 «Реальная мистика». (16+)
- 04.55 «Тест на отцовство». (16+)

5

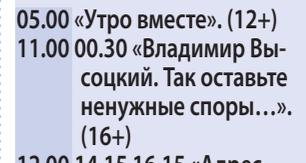


09.00 13.00 17.30 03.15
«Известия»

- 05.00 09.00 13.00 17.30 03.15
«Известия»
- 05.25 09.25 13.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-6», (16+)
- 17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2», (16+)
- 18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА», (16+)
- 19.20 00.30 «СЛЕД», (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3», (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ», (16+)
- 03.25 04.05 «СТРАСТЬ-2», (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 06.00 «Сегодня утром», (12+)
- 08.00 13.00 18.00 21.15
Новости дня
- 08.20 «Сделано в СССР». (6+)
- 08.40 «Резидент Мария»
- 09.40 10.05 13.15 «КРАПОВЫЙ БЕРЕТ», (16+)
- 10.00 14.00 Военные новости
- 14.05 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА» (16+)
- 15.40 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ», (16+)
- 18.30 «Спецрепортаж», (12+)
- 18.50 «Ленд-лиз». (6+)
- 19.40 «Скрытые угрозы»
- 20.25 «Загадки века». (12+)
- 21.30 «Открытый эфир»
- 23.05 «Между тем». (12+)

ГУБЕРНИЯ

ВОРОНЕЖ



05.00 «Утро вместе», (12+)

- 11.00 00.30 «Владимир Высокский. Так оставьте ненужные споры...», (16+)
- 12.00 14.15 16.15 «Адрес истории», (12+)
- 12.15 «Формула здоровья», (12+)
- 12.45 «Долгожители», (12+)
- 13.00 «Монограмма Вольховского», (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости», (12+)
- 14.30 «День вместе», (12+)
- 15.00 «Мастер-класс», (12+)
- 15.45 03.15 «Собрание сочинений», (12+)
- 16.30 «Медицинская правда», (12+)
- 17.00 03.30 «Заметные люди», (12+)
- 17.45 «Да! Еда!», (12+)
- 18.00 Актуальная тема (12+)
- 19.00 21.15 02.15 «Депутатский журнал», (12+)
- 19.15 22.00 03.00 «Полицейский вестник», (12+)
- 19.45 21.45 «Мастера», (12+)
- 20.00 22.15 «Область спорта», (12+)
- 20.15 «Такие разные», (12+)
- 21.00 «Арт-проспект», (12+)
- 22.30 «интервью», (12+)
- 22.45 «ХРОНИКА НОЧИ», (16+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 Баскетбол. «Химки» (Россия) - «Маккаби» (Израиль). Евролига. Мужчины. (0+)
- 08.10 22.15 Все на Матч!
- 09.10 Футбол. ЦСКА - «Краснодар». Российская Премьер-лига. (0+)
- 11.00 «После футбола» с Георгием Черданцевым. (12+)
- 12.00 14.30 17.00 Новости
- 12.05 «Наши победы», (12+)
- 12.35 Футбол. Чемпионат мира-1994. (0+)
- 14.35 22.45 Специальный репортаж. (12+)
- 15.05 Хоккей. Чемпионат мира среди молодежных команд. (0+)
- 17.05 Футбол. Олимп - Кубок России по футболу сезона 2019-2020. (0+)
- 20.00 8-16
- 21.00 «Евротур». (12+)
- 21.30 «Открытый показ». (12+)
- 23.05 Тотальный футбол
- 00.05 Профессиональный бокс. (16+)
- 01.40 «ЛЕВША», (16+)

EUROSPORT 1

- 00.00, 21.30 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)
- 01.00, 02.30, 15.00 Велоспорт. (12+)
- 04.00 Теннис. «Ролан Гаррос»-2019. Обзор. (6+)
- 05.00 Теннис. US Open-2019. Обзор. (6+)
- 06.00 Теннис. Australian Open. Обзор. (6+)
- 07.00, 08.00 Теннис. Australian Open. (6+)
- 09.30 Автогонки. «24 часа Лемана»-2019. Обзор. (12+)
- 10.30 Автогонки. Формула Е. Обзор сезона. (12+)
- 11.30, 12.00 Ралли-Рейд. Даккар. (12+)
- 12.30 Снукер. Northern Ireland Open. (6+)
- 16.30 Велоспорт. Милан - Сан-Ремо-2018. (12+)
- 18.00 Велоспорт. Страде Бьянке-2019. (12+)
- 19.30 Велоспорт. Милан - Сан-Ремо-2019. (12+)
- 21.00 Олимпийские игры. «Вопреки всему». (12+)
- 22.30 Олимпийские игры. Shredding Monsters. (12+)
- 23.30 Теннис. Australian Open-2017. (6+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00, 04.00 Наше. (16+)
- 06.05, 11.35, 17.00, 01.55 PRO-клип. (16+)
- 06.10, 11.40, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
- 07.00 Каждое утро. (16+)
- 09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 10.00, 18.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
- 10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
- 12.30, 18.30, 22.45 Место под Солнцем. (16+)
- 13.45 Русский чарт. (16+)
- 14.50 DFM - Dance chart. (16+)
- 15.50 Сделано в 90-х. (16+)
- 19.30 Золотая дюжина. (16+)
- Захватывающее путешествие во времени с самыми объективными и авторитетными ведущими.
- 20.35 PRO-новости. (16+)
- 20.40 «Дискотека 80-х» (16+)
- 23.45 Top 30. (16+)
- 02.00 Неспиннер. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000

- 06.10 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». (16+)
- 08.50 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
- 11.05 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
- 13.30 «МАТИЛЬДА». (6+)
- 15.10 «МАСКА ЗОРРО». (12+)
- 17.45 «ЛЕГЕНДА ЗОРРО». (16+)
- 20.10 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- США, 2010 г. В ролях: Эштон Кутчер, Кэтрин Хайгл, Том Селлек, Кэтрин О'Хара
- 22.00 «МИЛЛИОН ДЛЯ ЧАЙНИКОВ». (16+)
- 23.45 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
- 01.35 «КОЛЕСО ЧУДЕС». (16+)
- 03.10 «РЕАЛЬНЫЕ УПЫРИ». (16+)
- 04.35 «СЕМЕЙКА ДЖОНСОВ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 07.20 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 09.25 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЕМ». (16+)
- 11.15 «ПОБЕГ». (16+)
- 13.30, 14.25 «МОСГАЗ». (16+)
- 15.20 «В ДВИЖЕНИИ». (16+)
- 17.05 «Таёжная сказка». Мультфильм. (6+)
- 17.15 «ТАНКИ». (12+)
- 19.00, 19.55 «ПАЛАЧ». (16+)
- 21.00 «КОРОЛЕВ». (12+) Россия, 2007 г. В ролях: Сергей Астахов, Наталья Фатеева, Виктория Толстоганова, Сергей Юрский, Александр Голобородько
- 23.10 «ГЛАВНЫЙ». (6+) Россия, 2015 г.
- 01.05 «БАРМЕН». (16+)
- 02.45 «ДЕНЬ ДУРАКА». (16+)
- 04.15 «ЕКАЛИ ДВА ШОФЁРА». (12+)
- 04.35 «СЕМЕЙКА ДЖОНСОВ». (16+)
- 05.50 «КОРОЛЕВ». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «ЗАЩИЩЕННЫЕ». (16+)
- 02.30 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)
- 03.55 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЕ!» (16+) Комедия, Россия, 2018 г.
- 05.20 «(НЕ)ЖДАНЫЙ ПРИНЦ». (16+)
- 07.00 «ОПЕРАЦИЯ «ТУШЕНКА»». (16+)
- 09.05 «ЭЙР АМЕРИКА». (16+)
- 11.15 «БЕСПРЕДЕЛ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ». (12+)
- 12.55 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
- 14.50 «САБРИНА». (12+)
- 17.20 «РЫБКА ПО ИМЕНИ ВАНДА». (16+)
- 19.30 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ» (12+)
- 21.55 «ОДНАЖДЫ ПРЕСТУПИВ ЗАКОН». (6+)
- 23.40 «НЕ ГРОЗИ ЮЖНОМУ ЦЕНТРАЛУ, ПОПИВАЯ СОК У СЕБЯ В КВАРТАЛЕ». (16+)

SONY CHANNEL

- 06.00, 15.20, 16.05 Проект Подиум. (16+)
- 06.40, 14.15, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
- 07.40, 16.50 Холода. (16+)
- 08.35 «У ЗЕРКАЛА ДВА ЛИЦА». (16+) США, 1996 г.
- 10.40, 11.50, 12.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
- 13.30, 18.10 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
- 20.00, 20.45, 00.00, 00.45 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 21.30, 21.55, 03.05, 03.25 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
- 22.20, 02.20 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- 23.05, 01.30 «ЧУЖЕСТРАНКА» (16+) США, 1997 г.

ДОМ КИНО

- 05.40 «КАДРИЛЬ». (12+)
- 07.20 «СВАТЫ». (16+)
- 11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 13.30 Ко дню рождения Василия Меркурьева. «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (6+)
- 15.20 «СПОРТЛОТ-82». (6+) СССР, 1982 г. В ролях: Альгис Арлаускас, Светлана Аманова, Михаил Луговкин
- 17.05 «ПРИЗРАК». (6+) Россия, 2015 г. В ролях: Фёдор Бондарчук, Семен Трекунов, Ян Цапкин, Анна Антонова
- 19.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 01.35 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)
- 02.50 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)

ФЕНИКС+ КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+) Сериал. Семейная сага, Россия, 2006 г. В ролях: Лариса Лужина, Сергей Николенко
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (18+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «НАВИГАТОР». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «УХОДЯЩАЯ НАТУРА». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Сергей Колтаков, Игорь Скляр, Лика Нифонтова

СУПЕР

- 06.00 «ОСТРОВ». (16+) Сериал. Комедия, Россия, 2016-2018 гг.
- 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 07.55 Прогноз погоды. (0+)
- 08.00 «РОДИТЕЛИ» (субтитры). (12+)
- 10.00 «ГРАНД» (субтитры). (16+)
- 17.30 «ГРАНД». (16+)
- 19.25 Прогноз погоды. (0+)
- 19.30 «ГРАНД». (16+)
- 22.00 «ПАПАШИ». (16+) Сериал. Комедия, Россия, Украина, 2011 г. В ролях: Роман Мадянов, Сергей Газаров, Наталья Ноздрина, Татьяна Долиева
- 23.00 «КОРАБЛЬ». (16+)
- 01.00 «ОСТРОВ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00, 00.05 День Патриарха. (0+)
- 05.15 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.30 Общее дело. Возрождение храмов Севера. Специальный проект телеканала СПАС. (0+)
- 05.45 Вера в большом городе. (16+)
- 06.45 Я хочу ребенка. (12+)
- 07.15 «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (0+)
- 08.45, 04.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.25, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 09.55, 22.15 Реакция. (12+)
- 10.30 Русский обед. (6+)
- 11.30 «РАДУГА». (12+)
- 13.30 Прямая линия. Ответ священника. Специальный выпуск (субтитры). (0+)
- 15.00 «АЛПЫЙСКАЯ СКАЗКА». (0+)
- 17.05, 17.55 «КОЛЫБЕЛЬНАЯ ДЛЯ МУЖЧИН». (0+)
- 17.30, 21.30, 01.50 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 19.00, 00.50 Завет. (6+)
- 20.00, 02.50 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 22.50 Прямая линия жизни. (0+)
- 00.20 Благовещение. Цикл: Праздники. (12+)
- 02.35 Псалтирь. Кафизма 8. (0+)
- 04.05 Щипков. (12+)

Православный календарь

6 апреля
Седмица 6-я Великой поста (седмица ваий). Глас 1. Предпразднство Благовещения Пресвятой Богородицы. Прп. Захарии монаха.



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

Постный день.

« Бог попускает умножаться бедствиям не для того, чтобы потопить нас, но чтобы сделать нас более опытными и яснее показать Свою силу.»
Иоанн Златоуст

ПЕРВЫЙ



15.15 Давай поженимся! (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 «Доброе утро»
09.55 Модный приговор. (6+)
10.55 Жить здорово! (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Время покажет. (16+)
14.30 01.10 «Проверено на себе». (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское / Женское. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 На самом деле. (16+)
19.40 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.30 «ИЩЕЙКА». НОВЫЙ СЕЗОН. (12+)
22.30 «Док-ток». (16+)
23.30 Вечерний Ургант (16+)
00.10 Право на справедливость. (16+)
01.40 На самом деле. (16+)

РОССИЯ 1



18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
17.00 Вести. Местное время «60 минут». (12+)
17.25 «60 минут». (12+)
18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
20.00 Вести
20.45 Вести. Местное время
21.00 «ПАРМЩИЦА». (12+)
Приехавшая в гости мама Сони понимает, что дочь врёт по поводу беременности.
23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.00 «НА ДАЛЬНОЙ ЗАСТАВЕ». (12+)

НТВ



19.00 Сегодня

- 05.15 «МОСКВА. ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОКРУГ». (16+)
06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
08.00 Сегодня
08.25 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)
09.15 «МОРСКИЕ ДЬЯВолы. СУДЬБЫ». (16+)
10.00 Сегодня
10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВолы. СУДЬБЫ». (16+)
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 Место встречи
16.00 Сегодня
16.25 Основано на реальных событиях. (16+)
17.10 ДНК. (16+)
18.15 «ПЁС». (16+)
19.00 Сегодня
19.40 «ПЁС». (16+)
21.00 «РИКОШЕТ». (16+)
23.10 «ПАУТИНА». (16+)
00.10 Сегодня
00.15 Крутая история (12+)
01.15 «МОРСКИЕ ДЬЯВолы. СУДЬБЫ». (16+)

СТС



20.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ. ДРУГАЯ ВОЙНА». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.20 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
06.35 «Охотники на троллей». (6+)
07.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)
08.00 «КОРНИ». (16+)
09.00 «Уральские пельмешки». (16+)
09.05 «КУХНЯ». (12+)
16.30 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+)
19.00 «КОРНИ». (16+)
20.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ. ДРУГАЯ ВОЙНА». (16+)
США, 2014 г. Фантастический боевик.
22.40 «ТЁМНЫЙ РЫЦАРЬ». (16+)
01.40 «Дело было вечером». (16+)
02.35 «БЭТМЕН. НАЧАЛО». (16+)
04.40 «6 кадров». (16+)
05.00 «В лесной чаще». (0+)
05.20 «Валидуб». (0+)
05.40 «Лесная история». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)

- 07.00 ТНТ. Gold. (16+)
09.00 Дом-2. Lite. (16+)
10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)
11.30 Бородина против Бузовой. (16+)
12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
15.00 «САШАТАНЯ». (16+)
16.30 «ОЛЬГА». (16+)
18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
20.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ-5». (16+)
В Москве готовятся провести конкурс талантов, который будет курировать сам министр МВД.
21.00 Импровизация. (16+)
22.00 «ЗВОНИТЕ ДИКА-ПРИО». (16+)
23.00 Дом-2. Город любви. (16+)
00.00 Дом-2. После заката. (16+)
01.05 «Stand Up». (16+)
03.40 «Открытый микрофон». (16+)
06.10 ТНТ. Best. (16+)

РЕН



20.00 «007: КООРДИНАТЫ «СКАЙФолЛ»». (16+)

- 05.20 04.40 «Территория заблуждений». (16+)
06.00 15.00 «Документальный проект». (16+)
07.00 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
09.00 «Неизвестная история». (16+)
10.00 Засекреченные списки. (16+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
17.00 03.50 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 03.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
20.00 «007: КООРДИНАТЫ «СКАЙФолЛ»». (16+)
00.30 «007: СПЕКТР». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Сетка программ для категории 'ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ' на каналах Пятница, Че!, ОТР, Ю, Мир, Победа.

ДЕТСКИЕ

Сетка программ для категории 'ДЕТСКИЕ' на каналах Disney Channel, Карусель.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

Сетка программ для категории 'ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ' на каналах Discovery Channel, History, National Geographic, NG.

РОССИЯ РОССИЯ К Культура



08.40 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА»

- 06.30 **Лето господне**
- 07.00 20.05 **Правила жизни**
- 07.30 20.45 «Иисус Христос»
- 08.15 «Ну, погоди!»
- 08.40 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА»**
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10 01.50 XX век
- 12.05 «Дороги старых мастеров»
- 12.15 18.45 01.05 «Тем временем. Смыслы»
- 13.00 «О чем молчат львы»
- 13.40 «Острова»
- 14.25 Мультфильмы
- 15.10 Пятое измерение
- 15.45 Белая студия
- 16.30 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА. ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРОЯТНЫЕ»**
- 17.45 Шедевры хоровой музыки
- 19.45 Открытый музей
- 20.30 Спокойной ночи, малыши!
- 21.35 «Земляничная поляна Святослава Рихтера»
- 22.15 «КОНЕЦ ПАРАДА»**
- 23.15 «Фотосферы»

ТВЦ



08.50 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)

- 06.00 «Ералаш» (6+).
- 06.10 «СУДЬБА МАРИНЫ».** (0+)
- 08.05 «Настроение» (16+)
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 08.50 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ».** (12+)
- 10.35 «Юрий Назаров. Злосчастный триумф». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО».** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 **Город новостей**
- 15.05 «ОТЕЦ БРАУН».** (16+)
- 16.55 «Естественный отбор». (12+)
- 17.50 22.00 События
- 18.10 «ЖДИТЕ НЕОЖИДАННОГО».** (12+)
- 22.35 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 23.05 01.30 «Пельтцер. Бабушка-скандал» (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38. (16+)
- 00.45 «Прощание». (16+)

ТВ-3



23.00 «ШПИОН». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.20 «Слепая». (16+)
- 11.00 Гадалка. (16+)
- 12.00 Не ври мне. (12+)
- 15.00 Мистические истории. (16+)
- 16.00 Гадалка. (16+)
- 17.00 «Очевидцы». (16+)
- 17.30 «Слепая». (16+)
- 18.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР».** (16+)
- Лия и Шон выбирают домашнего питомца. А у подруги доктора Браун рак в последней стадии. Девушку нельзя вылечить, но можно облегчить боли.
- 20.30 «КАСЛ».** (12+)
- С разрешения окружного прокурора, Касл возвращается в участок для содействия в новом расследовании. Подозрение в убийстве молодой девушки падает на пластического хирурга...
- 23.00 «ШПИОН».** (16+)
- 01.30 «ТВ-3 ведет расследование». (16+)
- 04.45 «Тайные знаки». (16+)

ДОМАШНИЙ



14.25 «Порча». (16+)

- 06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)
- 07.20 «По делам несовершеннолетних». (16+)
- 08.20 «Давай разведёмся!» (16+)
- 09.25 «Тест на отцовство». (16+)
- 11.25 «Реальная мистика». (16+)
- 12.35 «Понять. Простить». (16+)
- 14.25 «Порча». (16+)
- 14.55 «КРОВЬ АНГЕЛА».** (16+)
- 19.00 «НИТИ ЛЮБВИ».** (16+)
- Россия, 2014 г. Мелодрама.
- 23.00 «ДЫШИ СО МНОЙ».** (16+)
- 02.00 «Порча». (16+)
- 02.30 «Понять. Простить». (16+)
- 03.55 «Реальная мистика». (16+)
- 04.50 «Тест на отцовство». (16+)
- 06.25 «б кадров». (16+)

5

- 05.00 09.00 13.00 17.30 03.20 «Известия»
- 05.30 «ГОРОД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ».** (16+)
- 09.25 13.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-2».** (16+)
- 17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2».** (16+)
- 18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА».** (16+)
- 19.20 00.30 «СЛЕД».** (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоги»
- 01.20 «ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)
- 03.30 «СТРАСТЬ-2».** (16+)



ЗВЕЗДА

- 06.00 «Сегодня утром». (12+)
- 08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня
- 08.30 18.30 «Специальный репортаж». (12+)
- 08.50 «Не факт!» (6+)
- 09.25 10.05 13.15 14.05 «В ЗОНЕ РИСКА».** (16+)
- 10.00 14.00 Военные новости
- 18.50 «Ленд-лиз». (6+)
- 19.40 «Легенды армии». (12+)
- 20.25 «Улика из прошлого». (16+)
- 21.30 «Открытый эфир»
- 23.05 «Между тем». (12+)
- 23.40 «КАРАВАН СМЕРТИ».** (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 00.30 «Знахарки». (12+)
- 11.45 15.30 «Полицейский вестник». (12+)
- 12.00 14.15 16.15 21.00 00.15 02.00 04.45 «Адрес истории». (12+)
- 12.15 Область спорта (12+)
- 12.30 17.45 «Такие разные». (12+)
- 13.15 «Депутатский журнал». (12+)
- 13.30 03.45 «Открытая наука». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)
- 14.30 «День вместе с Фантой». (12+)
- 15.00 «Мастер-класс». (12+)
- 15.45 19.00 «Точка зрения ЛДПР». (12+)
- 16.30 «Медицинская правда». (12+)
- 17.00 01.15 «Заметные люди». (12+)
- 18.45 20.45 00.00 «Агентство хороших новостей. Мир». (12+)
- 19.15 21.15 «Мастера». (12+)
- 20.00 22.00 03.00 «Квадратный метр». (12+)
- 20.15 22.15 03.15 «Легенды спорта». (12+)
- 21.45 02.45 «Долгожители». (12+)
- 22.45 «СОСЕДИ».** (16+)

СПОРТ

- МАТЧ!** МАТЧ! ТВ
- EUROSPORT 1
- 06.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
- 08.05 15.55 19.30 22.00 Все на Матч!
- 09.10 Футбол. Российская Премьер-лига. (0+)
- 11.00 8-16. (12+)
- 12.00 «Наши победы». (12+)
- 12.35 Футбол. Чемпионат Европы-2000. Отборочный турнир. (0+)
- 14.30 Тотальный футбол. (12+)
- 15.30 16.45 Специальный репортаж. (12+)
- 15.50 19.25 Новости
- 17.15 Хоккей. Россия - Канада. Чемпионат мира среди молодежных команд-2019. (0+)
- 20.00 Футбол. Суперкубок УЕФА-2008. (0+)
- 22.45 Футбол. Нидерланды - Россия. Чемпионат Европы-2008. 1/4 финала. (0+)
- 02.00 Футбол. Испания - Россия. Чемпионат мира-2018. 1/8 финала. (0+)
- 05.15 «Идеальная команда». (12+)
- 01.00, 02.30 Теннис. «Ролан Гаррос»-2017. (6+)
- 04.00, 06.00, 08.00 Теннис. US Open-2017. Женщины. (6+)
- 09.30 Автогонки. World Endurance Championships. Фудзи. Обзор. (12+)
- 10.30 Автогонки. Формула Е. Саудовская Аравия. Обзор. (12+)
- 11.30, 12.00 Ралли-Рейд. Даккар. (12+)
- 12.30 Снукер. UK Championship-2019. Финал. (6+)
- 15.00 Велоспорт. Ез Харелбеке-2018. (12+)
- 16.30 Велоспорт. Гент - Велвелгем-2018. (12+)
- 18.00 Велоспорт. Ез Харелбеке-2019. (12+)
- 19.30 Велоспорт. Гент - Велвелгем-2019. (12+)
- 21.00 Олимпийские игры. «Впреки всему». (12+)
- 21.30 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)
- 22.30, 23.00 Олимпийские игры. «Олимпийский форпост». (12+)
- 23.30 Теннис. «Ролан Гаррос-2017». Обзор. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
- 05.00 Сделано в 90-х. (16+)
- 06.05, 11.30, 17.00, 01.55 PRO-клип. (16+)
- 06.10, 11.35, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
- 07.00, 08.50, 12.25, 15.05, 20.35 PRO-новости. (16+)
- 07.05 Каждое утро. (16+)
- 09.00 R'n'B чарт. (16+)
- 10.00, 13.35, 18.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
- 10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
- 12.30, 18.30, 22.45 Место под Солнцем. (16+)
- 14.00 Тор чарт Европы плус. (16+)
- 15.10 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 19.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
- 20.40 «Дискотека 80-х». Фестиваль «Автораддио»-2017. (16+)
- 23.45 Тор 30. (16+)
- 02.00 Наше. (16+)
- 04.00 Караокинг. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

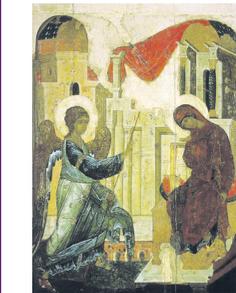
- TV1000
- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- ДОМ КИНО
- ДОМ КИНО
- супер
- СУПЕР
- 06.10 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
- 08.00 «МИЛЛИОН ДЛЯ ЧАЙНИКОВ». (16+)
- 09.45 «РЕЗНЯ». (16+)
- 11.10 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
- 13.00 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
- 14.45 «СЕМЕЙКА ДЖОНСОН». (16+)
- 16.30 «РЕАЛЬНЫЕ УПЫРИ». (16+)
- 18.10 «СЕРДЦЕЕД». (16+)
- 20.10 «ЛЖЕЦ, ЛЖЕЦ». (12+)
- США, 1997 г. В ролях: Джим Кэрри, Мора Тирни, Джастин Купер, Кэри Элвес, Энн Хэйн
- 21.45 «УЛЫБКА МОНЫ ЛИЗЫ». (12+)
- США, 2003 г.
- 00.00 «ТАЛЛИ». (18+)
- 01.45 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
- 03.30 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)
- 07.50 «ГЛАВНЫЙ». (6+)
- 10.05 «ТАНКИ». (12+)
- 11.50 «БАРМЕН». (16+)
- 13.25, 14.20 «ПАЛАЧ». (16+)
- 15.25 «Гуси-Лебеди». Мультфильм. (6+)
- 15.40 «ПЯТНИЦА». (16+)
- 17.15 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
- 19.00, 20.00 «ПАЛАЧ». (16+)
- 21.00 «ЛЮБИ МОМЕНТ!». (16+)
- Россия, 2019 г. В ролях: Юлия Топольницкая, Алексей Кортнев, Юрий Быков, Валерия Федорович
- 22.20 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)
- 23.45 «КУХНЯ В ПАРИЖЕ». (12+)
- 01.45 «КУХНЯ. ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА». (12+)
- 03.45 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 04.50 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (6+)
- 07.20 «СВАТЫ». (16+)
- 11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 13.40 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- 15.30 «ГАРАЖ». (12+)
- 17.20 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+) СССР, 1973 г.
- 19.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 01.40 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ»». (12+)
- 03.15 «ПРЕДЧУВСТВИЕ ЛЮБВИ». (12+)
- 04.20 «ТАЙНА «ЧЕРНЫХ ДРОЗДОВ»». (12+)
- 06.00 «ОСТРОВ». (16+)
- 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 07.55 Прогнозик погоды. (0+)
- 08.00 «РОДИТЕЛИ» (субтитры). (12+)
- 11.00 «ПАПАШИ». (16+)
- 12.00 «ИП ПИРОГОВА» (субтитры). (16+)
- 14.00 «ГРАНД». (16+)
- 16.00 «ФИТНЕС». (16+)
- 18.00 «ДЕФОНЧИ». (16+)
- Ситком, Россия, 2012-2014 гг. В ролях: Алексей Воробьев, Галина Боб
- 19.25 Прогнозик погоды. (0+)
- 19.30 «ДЕФОНЧИ». (16+)
- 20.00 «ГРАНД». (16+)
- 22.00 «ПАПАШИ». (16+)
- 23.00 «КОРАБЛЬ». (16+)
- 01.00 «ОСТРОВ». (16+)
- 06.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)
- 08.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ няня». (0+) Сериал. Комедия, Россия, 2004 г. В ролях: Сергей Жигун, Анастасия Заворотнюк, Борис Смолкин, Любовь Полищук, Ольга Прокофьева
- 15.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- 18.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)
- 23.00 Сердца за любовь. (16+) Шоу знакомств.
- 01.00 Даешь молодежь! (16+)
- 03.15 «РАНЕТКИ». (16+)
- 04.50 Ералаш. (0+)
- 05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
- 05.00, 00.15 День Патриарха. (0+)
- 05.15 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.30, 00.30 ВЧК против патриарха Тихона. (12+)
- Документальный фильм Юрия Занина рассказывает о репрессиях советской власти против Русской православной церкви и патриарха Тихона.
- 06.00 Встреча (субтитры). (12+)
- 07.00, 17.30, 21.30, 02.00 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 07.45, 19.00, 01.00 Завет. (6+)
- 08.50, 22.15 Реакция. (12+)
- 09.25 Благословение. Цикл: Праздники. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 13.00, 20.00, 03.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 14.30, 15.00 Монастырская кухня. (0+)
- 15.30 «КОЛЫБЕЛЬНАЯ ДЛЯ МУЖЧИН». (0+)
- 17.00, 17.55 «РАДИ НЕСКОЛЬКИХ СТРочЕК». (0+)
- 22.50 Битва за Москву. Цикл: Великая война. (12+)
- 23.45 Зачем Бог?! (12+)
- 02.45 Псалтирь. Кафизма 9. (0+)
- 04.15 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 04.45 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

7 апреля
Седмица 6-я Великой поста
(седмица вай). Глас 1.
Благословение Пресвятой Богородицы.



Преставление свт. Тихона, патриарха Московского и всея Руси. Прп. Саввы Нового. Иконы Благословения Божией Матери.

Постный день. Разрешается рыба.

«...По образу и по подобию Божию создал нас Бог, и всякий христианин обязан соблюдать себя, и хранить, и чтить в себе образ Божий, и святить делами добрыми так, чтобы мог он сказать: да святится во мне имя Твое, Господи!»
Ефрем Сирин

ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	НТВ	СТС	СТС	ТНТ ГУБЕРНИЯ	РЕН
 <p>18.30 На самом деле. (16+)</p>	 <p>12.50 «60 минут». (12+)</p>	 <p>00.15 Последние 24 часа. (16+)</p>	 <p>20.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ. ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+)</p>	 <p>16.30 «ОЛЬГА». (16+)</p>	 <p>20.00 «ВЕЛИКАЯ СТЕНА». (12+)</p>		
<p>05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.25 «Доброе утро» 09.55 Модный приговор. (6+) 10.55 Жить здорово! (16+) 12.00 Новости (с субтитрами) 12.15 Время покажет. (16+) 14.30 00.10 «Проверено на себе». (16+) 15.00 Новости (с субтитрами) 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское / Женское. (16+) 18.00 Вечерние новости (с субтитрами) 18.30 На самом деле. (16+) 19.40 Пусть говорят. (16+) 21.00 Время 21.30 «ИЩЕЙКА». (12+) 22.30 «Док-ток». (16+) 23.30 Вечерний Ургант (16+) 00.40 На самом деле. (16+) 01.45 Время покажет. (16+) 03.00 Новости 03.05 Время покажет. (16+)</p>	<p>05.00 Утро России 09.00 Вести 09.25 Утро России 09.55 О самом главном. (12+) 11.00 Вести 11.25 Вести. Местное время 11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+) 12.50 «60 минут». (12+) 14.00 Вести 14.25 Вести. Местное время 14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+) 17.00 Вести. Местное время 17.25 «60 минут». (12+) 18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+) 20.00 Вести 20.45 Вести. Местное время 21.00 «ПАРМЩИЦА». (12+) Костя заявляет, что хочет жить с мамой. Алла построена. 23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+) 02.00 «НА ДАЛЬНОЙ ЗАСТАВЕ». (12+)</p>	<p>05.15 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+) 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+) 08.00 Сегодня 08.25 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». (16+) 09.15 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+) 10.00 Сегодня 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+) 13.00 Сегодня 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 14.00 Место встречи 16.00 Сегодня 16.25 Основано на реальных событиях. (16+) 17.10 ДНК. (16+) 18.15 «ПЁС». (16+) 19.00 Сегодня 19.40 «РИКОШЕТ». (16+) 21.00 «ПАУТИНА». (16+) 00.10 Сегодня 00.15 Последние 24 часа. (16+) 01.10 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+) 06.20 «Приключения Вуди и его друзей». (0+) 06.35 «Охотники на троллей». (6+) 07.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+) 08.00 «КОРНИ». (16+) 09.00 «Уральские пельмешки». (16+) 09.05 «КУХНЯ». (12+) 16.15 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ. ДРУГАЯ ВОЙНА». (16+) «КОРНИ». (16+) 19.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ. ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+) США - Германия, 2016 г. Фантастический боевик. 22.55 «ТЁМНЫЙ РЫЦАРЬ. ВОЗРОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ». (16+) 02.10 «Дело было вечером». (16+) 03.00 «СТАВКА НА ЛЮБОВЬ». (12+) 04.25 «6 кадров». (16+) 04.45 Мультфильмы. (0+) 05.45 Ералаш. (0+)</p>	<p>07.00 ТНТ. Gold. (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.15 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.30 Бородина против Бузовой. (16+) 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+) 13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+) 15.00 «САШАТАНЯ». (16+) 16.30 «ОЛЬГА». (16+) 18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+) 20.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ-5». (16+) Володя Яковлев попадает в лазарет... 21.00 «Однажды в России». (16+) 22.00 «ЗВОНИТЕ ДИКАРИО». (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.05 «Stand Up». (16+) 03.40 «Открытый микрофон». (16+) 06.05 ТНТ. Best. (16+)</p>	<p>05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 Засекреченные списки. (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Обратная сторона планеты». (16+) 17.00 03.30 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ВЕЛИКАЯ СТЕНА». (12+) 22.00 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «БЕН-ГУР». (16+)</p>		

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА	ЧЕ!	ОТР
<p>05.00 11.15 15.20 19.00 20.05 04.15 «На ножах». (16+) Мастер своего дела Константин Ивлев отправляется в турне по кафе и ресторонам. 07.30 «Утро Пятницы». (16+) 08.40 23.15 «ДОКТОР ХАУС». (16+) 13.20 «Черный список». (16+) 22.10 «Ревизорро». (16+) 01.55 Пятница News». (16+) 02.30 «Генеральная уборка». (16+) 03.20 «На ножах. Отели». (16+)</p>	<p>06.00 01.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+) 07.45 «Дорожные войны» 09.00 18.35 «Остановите Вито!» (16+) 09.30 11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+) 09.55 «Дорожные войны. Лучшее». (16+) 12.00 00.00 «+100500». (16+) 13.30 02.45 «Улетное видео» 14.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+) 15.00 «Утилизатор». (12+) 16.00 «КВН на бис и КВН. Высший бал». (16+) 19.00 «Дорога». (16+) 21.00 «Решала». (16+) 23.00 «Опасные связи». (18+)</p>	<p>05.20 11.20 «Загадочная планета». (12+) 05.45 08.50 «Медосмотр» 06.00 «Архивариус». (12+) 06.05 23.50 «Правда?» (12+) 07.00 «Пять минут для размышлений». (12+) 07.05 08.00 22.05 «УМНОЖАЮЩИЙ ПЕЧАЛЬ». (12+) 09.00 «Мультфильм». (0+) 09.20 «ЕВА». (12+) 10.20 11.05 17.05 «100 чудес света». (12+) 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 Новости 11.45 18.45 «Среда обитания» 12.05 13.20 19.00 20.30 «ОТРАЖЕНИЕ» 15.15 «ЗВЕЗДА ЭПОХИ». (12+) 18.05 «Культурный обмен»</p>
<p>05.00 «Папа попал». (12+) 10.50 «МастерШеф: Профессионалы». (16+) 15.20 «Моя свекровь - монстр». (16+) 17.30 «Беременная в 16». (16+) В каждом эпизоде мы будем знакомиться с историей одной героини: как случилось, что она забеременела, как воспримут новость о ребенке ее родители и будущий отец, как изменится ее жизнь после родов... 21.00 «МастерШеф: Профессионалы». (16+) 01.20 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+) 02.50 «Верните мне красоту». (16+) 04.05 «Обмен жёнами». (16+)</p>	<p>06.00 «ЗАКОН И ПОРЯДОК. ОТДЕЛ ОПЕРАТИВНЫХ РАССЛЕДОВАНИЙ». (16+) 09.35, 10.15, 22.15, 00.00 «КУЛИНАР». (16+) 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.45 Новости 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+) 16.15 Приговор! (16+) 17.20, 19.20 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+) 19.55 «Игра в кино». (12+) 20.40 Всемирные игры разума. (16+) 21.15 «Отцы и дети». (12+) 00.40 Держись, шоубиз! (16+) 01.15 Игра в правду. (16+) 02.15 Охотники за привидениями. (16+) 02.40 Города Беларуси. (16+)</p>	<p>06.00 «БАЛЛАДА О БОМБЕ-РЕ». (16+) 09.35 Неизвестная война. «Союзники». (16+) 10.30 «БЕЛАЯ ПТИЦА С ЧЕРНОЙ ОТМЕТЧИНОЙ». (12+) 12.10 «ЭТО БЫЛО В РАЗВЕДКЕ». (12+) 13.40 «ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТА-НОВКЕ!..» (12+) 15.00 «БЕЛЫЙ ТИГР». (16+) 16.50 Неизвестная война. «Битва за Берлин». (16+) 17.40 «ШТРАФНИК». (18+) 19.30 «МОЛОДОЯ ГВАРДИЯ». (18+) 23.10 Неизвестная война. (16+) 00.00 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+) 02.00 «ВОЗВРАЩАНИЙ АД». (12+) 03.40 «Тайные дороги войны». (12+) 04.20 «ШТРАФНИК». (18+)</p>

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
<p>05.00 «Мини-Маппеты». (0+) 05.25 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+) 05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+) 06.15 «Русалочка» (субтитры). (6+) 06.40 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+) 07.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 07.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+) 08.10 «Пёс Пэт». (6+) 08.25 «Первый спасательный отряд». (6+) 08.55 «Герои в масках». (0+) 09.25 «ПУПС». (0+) 10.00 «Дружные мопсы» (0+) 10.30 «Блуди». (0+) 11.00 «София Прекрасная». (0+) 11.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+) 12.00 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+) 13.05 «Пёс Пэт». (6+) 13.15 «Утиные истории». (6+) 14.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 15.10 «Финес и Ферб». (6+) 16.10 «Семейка Крудс. Начало». (12+) 16.35 «Гравити Фолз». (12+) 17.35 «Рапунцель». (6+) 18.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 19.30 «Побег планеты Земля». (6+) 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 23.00 «Стражи Галактики». (12+) 00.00 «ДЖЕССИ». (6+) 01.45 «ХАННА МОНТАНА». (6+) 03.10 «Ким Пять-с-Плюсом». (6+) 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)</p>	<p>05.00 «Ранние пташки». (0+) 06.55 «Чик-зарядка». (0+) 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+) 07.30 «Чик-зарядка». (0+) 07.35 «Царевны». (0+) 09.10 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+) 09.15 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 11.40 «Пластинки». (0+) 11.45 «Барбоскины». (0+) 14.00 Навигатор. Новости. (0+) 14.10 «Бурёнка Даша». (0+) 14.35 «Как устроен город». (0+) 14.40 «Сказочный патруль». (0+) 16.05 «Пластинки». (0+) 16.10 «Турбозавры». (0+) Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины! 17.45 «Кошечки-собачки». (0+) 18.10 «Деревяшки». (0+) 19.10 «Пластинки». (0+) 19.20 «Оранжевая корова». (0+) 20.25 «Малышарики. Танцуют и поём!» (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+) 20.45 «Маша и Медведь». (0+) 22.00 «Эволюция Черепахи-ниндзя». (6+) 22.25 «Фьюжн Макс». (6+) 22.50 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+) 23.35 «Новые Луны Тюнз». (6+) 01.00 «Смешарики. Пин-код». (6+) 02.05 «Съедобное или несъедобное». (0+) 02.25 «Викинг Вик». (6+) 03.50 «Мастерская «Умелые ручки». (0+) 04.05 «Котики, вперёд!» (0+)</p>

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC	NG
<p>06.00, 01.30 Дальнейший в Америке. (12+) 06.50, 13.45, 20.10 Махинаторы. (12+) 07.40, 08.05 Как это сделано? (16+) 08.30, 08.56, 15.35, 16.00, 00.40, 01.05 В погоне за классикой. (12+) 09.22, 09.48 Битвы кладбищенских скателей. (12+) 10.14 Разрушители легенд. (16+) 11.06 Битвы роботов. (12+) 11.58, 05.15 БОЛЬШОЕ и Ричард Хаммонд: Самое высокое здание на планете. (12+) 12.50 CoVID19. Битва за жизнь. (12+) 14.40 Как это устроено: автомобили мечты. (12+) 15.05 Как это сделано? (12+) 16.30, 16.55 Охотники за реликвиями. (16+) 17.25, 03.45 Рыбалка голыми руками. (12+) 18.20 Золотая лихорадка. (16+) 19.15 Удивительные фургоны. (12+) 21.05, 21.30 Охотники за складами. (16+) 22.00 Дальнейший во Вьетнаме. (12+) 22.55 Неизвестная экспедиция. (16+) 23.50, 04.30 Голые и напуганные. (16+) 02.15, 02.40 Гаражное золото. (12+) 03.00, 03.25 Как это устроено? (12+)</p>	<p>06.05, 06.55, 07.45, 08.30 Смертоносный интеллект. (12+) 09.20, 10.10, 11.05, 11.55 Запретная история. (12+) Документальный сериал, Великобритания, 2013 г. 12.50, 13.40, 14.30, 15.20 Карты убийства. (12+) Документальный сериал, Великобритания, 2016 г. 16.10, 16.35, 17.00, 17.25, 17.55 Родовые проклятия. (12+) Документальный сериал, Канада, 2017 г. 18.20 Первые люди. (12+) Документальный сериал, США, 2015 г. 19.20 Взлет и падение: поворотные моменты Второй мировой войны. (12+) Документальный сериал, Австралия, 2019 г. 20.15 Музейные тайны. (12+) 21.00 Поезд смерти. (16+) Документальный фильм, Франция, 2019 г. 22.00 Карты убийства. (12+) Документальный сериал, Великобритания 22.45 Первые люди. (12+) Документальный сериал, США, 2015 г. 23.45, 00.35 Запретная история. (12+) 01.25, 02.15 Спецназ древнего мира. (16+) 03.10, 03.40 Невероятные изобретения. (6+) 04.05, 04.50 Музейные тайны. (12+) 05.30 Невероятные изобретения. (12+)</p>	<p>06.00 Делай ставки и взрывай. (16+) 06.25 Осушить океан: Тайны испанской Армады. (16+) 07.20 Шоссе через ад. (16+) 08.10 Мегалополис: Нью-Йорк. (16+) 09.05 Авто - S05. (16+) 09.55, 10.45 Невероятные машины. (16+) 11.35 Авто - S05. (16+) 12.30 Космос: возможные миры: Лестница к звездам. (16+) 13.20 Затерянные города Альберта Лином: Затерянный город в Тихом океане. (16+) 14.10 Инстинкт выживания. (16+) 15.05, 15.55 Расследования авиакатастроф. (16+) 16.45 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+) 17.35 Секунды до катастрофы. (16+) 18.30 Авто - S05. (16+) 19.20, 19.50 Тайные истории. (16+) 20.15 Свидетели катастроф. (16+) 21.10 Расследования авиакатастроф. (16+) 22.00 Дикий туец. (16+) 22.50, 23.40, 00.35 Супероружия. (16+) 01.20 Дикий туец. (16+) 02.10 Авто - S05. (16+) 02.55 Расследования авиакатастроф. (16+) 03.40 Дикий туец. (16+) 04.30 Сборник «Игр разума». (16+) 05.15 Научные глупости: лучшее за 2018 г. (16+) 05.35 Научные глупости. (16+)</p>	

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

РОССИЯ К
Культура

ТВЦ
ТВЦ

ТВ-3
ТВ-3

ДОМАШНИЙ
ДОМАШНИЙ

5
5-й КАНАЛ

ТВ
ГУБЕРНИЯ
ВОРОНЕЖ



22.15 «КОНЕЦ ПАРАДА». (16+)



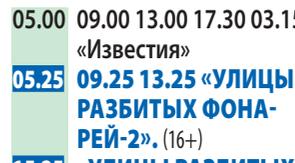
08.50 «ТЕНЬ У ПИРСА». (0+)



23.00 «ПИРАНЬЯКОНДА». (16+)



05.55 «Домашняя кухня». (16+)



09.00 13.00 17.30 03.15 «Известия»

05.25 09.25 13.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-2». (16+)

15.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-3». (16+)

17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)

18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)

19.20 00.30 «СЛЕД». (16+)

23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3». (16+)

00.00 «Известия. Итоги»

01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

03.25 «СТРАСТЬ-2». (16+)

★ ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)

08.00 13.00 18.00 21.15

Новости дня

08.30 18.30 «Специальный репортаж». (12+)

08.50 «Не факт!» (6+)

09.25 10.05 13.15 14.05

«В ЗОНЕ РИСКА». (16+)

10.00 14.00 Военные новости

18.50 «Ленд-лиз». (6+)

19.40 «Последний день»

20.25 «Секретные материалы». (12+)

21.30 «Открытый эфир»

23.05 «Между тем». (12+)

23.40 «ВЕСЕННИЙ ПРИ- ЗЫВ». (12+)

- 06.30 Пешком...
- 07.00 20.05 Правила жизни
- 07.35 20.45 «Иисус Христос»
- 08.20 «Ну, погоди!»
- 08.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА»
- 10.00 15.00 19.30 23.45
- Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10 01.30 XX век
- 12.15 18.40 Что делать?
- 13.00 «О чем молчат львы»
- 13.45 «Острова»
- 14.25 «В некотором царстве...»
- 15.10 Библейский сюжет
- 15.45 Сати. Нескучная классика...
- 16.35 «КАНИКУЛЫ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА. ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРоятНЫЕ»
- 17.45 Шедевры хоровой музыки
- 19.45 Открытый музей
- 20.30 Спокойной ночи, малыши!
- 21.35 Абсолютный слух
- 22.15 «КОНЕЦ ПАРАДА»
- 23.15 «Фотосферы»

- 06.00 «Ералаш» (6+).
- 06.05 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (0+)
- 08.05 «Настроение» (16+)
- 08.15 «Доктор И...» (16+).
- 08.50 «ТЕНЬ У ПИРСА». (0+)
- 10.30 «Последняя любовь Савелия Крамарова». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
- 16.55 «Естественный отбор». (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «ЖИЗНЬ, ПО СЛУХАМ, ОДНА». (12+)
- 22.00 События
- 22.35 «Линия защиты». (16+)
- 23.05 «Прощание». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38. (16+)
- 00.45 «Женщины Юрия Любимова». (16+)
- 01.25 «Прощание». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 Рисуем сказки. (0+)
- 08.45 «Мультфильмы». (0+)
- 09.20 «Слепая». (16+)
- 11.00 Гадалка. (16+)
- 12.00 Не ври мне. (12+)
- 15.00 Мистические истории. (16+)
- 16.00 Гадалка. (16+)
- 17.00 «Очевидцы». (16+)
- 17.30 «Слепая». (16+)
- 18.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- Из-за проблем с памятью у Глассмана, Шон настаивает, чтобы профессор отдал ему свои автомобильные права.
- 20.30 «КАСЛ». (12+)
- Очередное загадочное убийство в парке. На этот раз Касл и Беккет объединяют усилия с гостьей из Гонконга...
- 23.00 «ПИРАНЬЯКОНДА». (16+)
- 01.00 Дневник экстрасенса с Татьяной Лариной. (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

- 06.30 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)
- 07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)
- 08.30 «Давай разведемся!» (16+)
- 09.35 «Тест на отцовство». (16+)
- 11.35 «Реальная мистика». (16+)
- 12.40 «Понять. Простить». (16+)
- 14.35 «Порча». (16+)
- 15.05 «НИТИ ЛЮБВИ». (16+)
- 19.00 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (16+)
- 23.25 «ДЫШИ СО МНОЙ». (16+)
- 02.25 «Порча». (16+)
- 02.50 «Понять. Простить». (16+)
- 04.15 «Реальная мистика». (16+)
- 05.05 «Тест на отцовство». (16+)
- 05.55 «Домашняя кухня». (16+)
- 06.20 «6 кадров». (16+)

- 05.00 09.00 13.00 17.30 03.15
- «Известия»
- 05.25 09.25 13.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-2». (16+)
- 15.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-3». (16+)
- 17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)
- 18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)
- 19.20 00.30 «СЛЕД». (16+)
- 23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоги»
- 01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 03.25 «СТРАСТЬ-2». (16+)

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 11.00 00.30 «Народная медицина. Спина». (16+)
- 12.00 «Долгожители». (12+)
- 12.15 17.45 «Квадратный метр». (12+)
- 12.30 15.45 «Адрес истории». (12+)
- 12.45 18.30 19.45 21.45 02.45
- «Мастера». (12+)
- 13.00 18.00 22.30 04.00 «Легенды спорта». (12+)
- 13.30 «Открытая наука». (12+)
- 14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
- «Губернские новости». (12+)
- 14.15 16.15 «Современники. Наше время». (12+)
- 14.30 «День вместе». (12+)
- 15.00 «Мастер-класс». (12+)
- 16.30 «Медицинская правда». (12+)
- 17.00 01.30 «Заметные люди». (12+)
- 18.45 00.15 «Агентство хороших новостей». (12+)
- 19.00 21.00 02.00 «Парламентский дневник». (12+)
- 19.15 21.15 02.15 «Наш Маркет». (12+)
- 20.00 03.00 «Здоровая среда». (12+)
- 22.00 «Круглый стол к 75-летию Победы». (12+)
- 22.45 «Я БУДУ ЖДАТЬ». (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ
- 06.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
- 08.00 15.20 19.05 22.05 Все на Матч!
- 09.00 Футбол. Российская Премьер-лига. (0+)
- 10.50 «Инсайдеры». (12+)
- 11.20 Футбольное столетие. (12+)
- 11.50 14.40 15.15 19.00
- Новости
- 11.55 Спецобзор. (12+)
- 12.30 Футбол. Уэльс - Россия. Чемпионат Европы-2004. Отборочный турнир. (0+)
- 14.45 «Неизвестная хоккейная Россия». (12+)
- 16.00 02.35 Специальный репортаж. (12+)
- 16.30 Хоккей. Россия - Швейцария. Чемпионат мира среди молодежных команд-2019. (0+)
- 19.35 Футбол. Лига чемпионов-2009-2010. (0+)
- 21.35 «Чудеса Евро». (12+)
- 22.35 Профессиональный бокс. (16+)
- 00.15 Баскетбол. Чемпионат мира. Мужчины. (0+)
- 00.30 Теннис. Федерер - Надаль. Australian Open-2017. Мужчины. Финал. (6+)
- 02.30 Теннис. Надаль - Тим. «Ролан Гаррос»-2017. Мужчины. 1/2 финала. (6+)
- 04.00 Теннис. Маррей - Вавринка. «Ролан Гаррос»-2017. Мужчины. 1/2 финала. (6+)
- 06.00 Теннис. Надаль - Вавринка. «Ролан Гаррос»-2017. Мужчины. Финал. (6+)
- 08.00 Теннис. Надаль - Андерсон. US Open-2017. Финал. (6+)
- 09.30, 10.00 «Живые легенды» (субтитры). (12+)
- 10.30 Теннис. Медведев - Димитров. US Open. Полуфинал (субтитры). (6+)
- 13.00 Теннис. Медведев - Надаль. US Open. Финал (субтитры). (6+)
- 18.00 Велоспорт. «Тур Фландрии»-2019. (12+)
- 21.00 Олимпийские игры. «Вопреки всему». (12+)
- 21.30, 22.30 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)
- 23.30 Теннис. Халеп - Кербер. Australian Open-2018. Женщины. 1/2 финала. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000 TV1000
- 06.10 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)
- 09.15 «УЛЫБКА МОНЫ ЛИБЫ». (12+)
- 11.40 «ЛЖЕЦ, ЛЖЕЦ». (12+)
- 13.15 «ЗАБЫТОЕ». (16+)
- 14.55 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)
- 17.35 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)
- 20.10 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (12+) США, 2013 г. В ролях: Джейден Смит, Уилл Смит, Софи Оконеда, Зои Кравиц
- 22.00 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+) Франция, Канада, 2012 г. В ролях: Кирстен Данст, Джим Стердженс
- 23.50 «ЧУЖОЙ БИЛЕТ». (12+)
- 01.55 «МАДАМ». (16+)
- 03.40 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
- TV1000 РУССКОЕ КИНО
- 06.00 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+)
- 08.00 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+)
- 09.25 «КУХНЯ В ПАРИЖЕ». (12+)
- 11.20 «КУХНЯ. ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА». (12+)
- 13.25, 14.20 «ПАЛАЧ». (16+)
- 15.20 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)
- 17.15 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДЬ». (16+)
- 19.00, 20.00 «ПАЛАЧ». (16+)
- 21.00 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- 22.40 «ЖЕНИХ». (12+)
- 00.20 «БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)
- 02.00 «ПЯТИЦА». (16+)
- 03.40 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 05.30 Мультфильм. (6+)

- КИНОКОМЕДИЯ SONY CHANNEL
- 00.45 «БЕСПРЕДЕЛ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ». (12+)
- 02.20 «(НЕ)ЖАДАННЫЙ ПРИНЦ». (16+)
- 03.50 «ХОТ-ДОГ». (18+)
- 06.00 «УБОЙНЫЙ ОГОНЕК». (16+)
- 07.55 «НЕ ГРОЗИ КОЖНОМУ ЦЕНТРАЛУ, ПОПИВАЯ СОК У СЕБЯ В КВАРТАЛЕ». (16+)
- 09.35 «ОДНАЖДЫ ПРЕСТУПИЛ ЗАКОН». (16+)
- 11.30 «РЫБКА ПО ИМЕНИ ВАНДА». (16+)
- 13.35 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 15.25 «СТАЖЕР». (16+)
- 17.20 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (16+)
- 19.30 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИАНТ». (16+)
- 21.20 «ГАМБИТ». (16+)
- 22.55 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
- ДОМ КИНО ДОМ КИНО
- 05.55 «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ». (6+)
- 07.20 «СВАТЫ». (16+)
- 11.00, 23.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 13.20 «Алёша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (6+)
- 14.50 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
- 16.15 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)
- 17.55 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
- 19.15 «СВАТЫ». (16+)
- 01.35 «ЛЮБИМАЯ ЖЕНЩИНА МЕХАНИКА ГАВРИЛОВА». (12+)
- 02.55 «ДОБРЯКИ». (12+)
- 04.15 «БОЛЬШОЙ АТТРАКЦИОН». (6+)
- СУПЕР СУПЕР
- 06.00 «ОСТРОВ». (16+)
- 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 07.55 Прогноз погоды. (0+)
- 08.00 «РОДИТЕЛИ» (субтитры). (12+)
- 11.00 «ПАПАШИ». (16+)
- 12.00 «ИП ПИРОГОВА» (субтитры). (16+)
- 13.30 «ИП ПИРОГОВА». (16+)
- 14.00 «ГРАНД». (16+)
- 16.00 «ФИТНЕС». (16+)
- 18.00 «ДЕФОНКИ». (16+)
- 19.25 Прогноз погоды. (0+)
- 19.30 «ДЕФОНКИ». (16+)
- 20.00 «ГРАНД». (16+)
- 22.00 «ПАПАШИ». (16+)
- 23.00 «КОРАБЛЬ». (16+) Сериал. Фантастика, мелодрама, Россия, 2014 г.
- 01.00 «ОСТРОВ». (16+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС СПАС
- 05.00, 00.15 День Патриарха. (0+)
- 11.55 Битва за Москву. Цикл: Великая война. (12+)
- 05.15 Новый Завет вслух. (0+)
- 13.00, 20.00, 03.15 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 15.00 «РАДИ НЕСКОЛЬКИХ СТРОЧЕК». (0+)
- 16.40, 17.55 «ПАРЕНЬ ИЗ НАШЕГО ГОРОДА». (0+)
- 19.00 00.15 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 07.45, 19.00, 01.20 Завет. (6+)
- 08.45, 04.30 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.20, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 04.45 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

8 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица вай). Глас 1. Отдание праздника Благовещения Пресвятой Богородицы. Собор Архангела Гавриила.



Сщмч. Иринаея, еп. Сремского. Мчч. Вафусия и Верка пресвитеров, Арпилы монаха; мирян: Авива, Агна, Реаса, Игафракса, Искоя, Силья, Сигица, Сонирила, Сумивла, Ферма, Филла и мщч. Анны, Аллы, Ларисы, Мико, Мамики, Уирко, Анимайсы (Анимаиды), Гаафы, царицы Готфской, и Дуклиды, царевны Готфской. Прп. Малха Сирийского. Прп. Василия Нового. Мц. Параскевы.

Постный день.
«Пребудьте в тернии и не давайте расслабляться сердцам своим во время бедствий ваших, но воздавайте за них благодарения, чтобы получить воздаяние от Господа». Антоний Великий

- МУЗ-ТВ МУЗ-ТВ
- 05.00, 23.45 Золотая лихорадка. (16+) В
- 06.05, 11.30, 17.00, 02.00
- PRO-клип. (16+)
- 06.10, 11.35, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
- 07.00, 08.50, 12.25, 15.05, 20.35 PRO-новости. (16+)
- 07.05 Каждое утро. (16+)
- 09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
- 10.00, 13.35, 18.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
- 10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
- 12.30, 18.30, 22.45 Место под Солнцем. (16+)
- 14.00 Золотая дюжина. (16+)
- 15.10 Прогноз по году. (16+)
- 16.15 Русские хиты - чемпионы среды. (16+)
- 19.30 R'n'B чарт. (16+)
- 20.40 «Жара» в Баку-2018. (16+)
- 02.05 Караокинг. (16+)

Пожалуй, ничто так не радует дачников при возвращении на участок весной, как появление первых цветов.

Но даже если вы не успели ничего посадить осенью, можно приложить совсем немного усилий – и ваш участок скоро превратится в цветущую полянку. Как весной, так и в другие сезоны посадку цветов производят следующими способами: рассадой, посевом семян, делением многолетников (клубнями, корневищами).

Рассадного полку прибыло

Достаточно много цветов можно посадить весной как рассадой. К ним относятся, например, астра, бальзамин, бархатцы, бегония, вербена, матрикария, настурция, петуния, портулак, флокс, целозия и другие. Рассадный – самый затратный и трудоемкий вариант посадки, но результаты стоят того. Плюсом этого метода является более раннее и продолжительное цветение. Семена на рассаду высевают с января по апрель, срок зависит

от длительности периода вегетации конкретного вида. Сроки посева обычно пишут на пакетиках с семенами.

Для выращивания рассады используется любая универсальная почвосмесь, которая предварительно обеззараживается от сорняков и вредителей. Все рассадные емкости перед использованием также дезинфицируются.

Семена сеют в неглубокие ящички и накрывают пленкой или стеклом. Прорастание происходит при температуре 20-24 °С. Освещение в этот период пока не нужно. Периодически не забываем поливать и проветривать.

При появлении всходов ящик переносят в светлое место. Иногда может понадобиться дополнительное ламповое освещение. Оптимальная температура на этой стадии развития – 16-18 °С.

Когда появляются первые листочки, сеянцы рассаживают (пикируют) в небольшие емкости для лучшего развития корневой системы. В открытый грунт они высаживаются



Типичный мужчина – это тот, который делит все цветы на два вида:
1. Розы.
2. А это что за цветы?



примерно в середине мая, когда угроза заморозков минует.

Семечко в почву

При помощи весенней посадки семенами можно вырастить множество однолетних, а также многолетних цветов. Например,

астра многолетняя, бархатцы, василек, вьюнок трехцветный, гайлардия однолетняя, гвоздика китайская, гибискус однолетний, гипсофила, дельфиниум однолетний, календула, люпин, настурция, не-

фила, немезия, примула, пиретрум девичий, ромашка, резеда, хризантема, цинния и другие. Этот способ позволяет вырастить цветы, прилагая минимум усилий и затрат. Бросил семечко в землю, полил, оно выросло – и нет трудностей с рассадой.

ВАЖНО!

Так можно выращивать только морозостойкие растения или растения, которые вообще не переносят пересадок, поэтому для них подходит только безрассадный способ.

Сроки посева в открытый грунт напрямую зависят от местного климата и текущей погоды. На них влияет и длительность вегетационного периода. Например, холодостойкие культуры с продолжительным периодом вегетации высевают на раннем сроке (ориентировочно в середине апреля). А к теплолюбивым культурам с коротким периодом вегетации применяют поздний посев (с середины мая и до начала осени). Семена сеют в заранее подготовленную почву. Для мелких семян делают бороздки, для более крупных – гнезда. Глубина посадки семени должна быть равна сумме 2-3 его диаметров, а расстояние между семенами – не меньше 1 см.

ГАЗЕТА О ЗАГОРОДНОЙ ЖИЗНИ



НОВЫЙ НОМЕР
В ПРОДАЖЕ С 4 АПРЕЛЯ

СПРАШИВАЙТЕ
В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ
ОТДЕЛЕНИЯХ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2940

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях связи и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>

ПОЛЯНКА

Потом посеы несколько раз прореживают. Первоначально – когда появятся первые настоящие листочки. Между сеянцами оставляют по 5 см. Повторное прореживание проводят через 10 дней после первого. Но расстояние оставляют уже больше: между мелкими растениями 10 см, между крупными – 30-40 см.

Был один – стало много

Многие дачные цветы относятся к многолетним и живут не один год. Если есть необходимость увеличить уже существующие посадки этих цветов, может прийти на помощь способ деления взрослых растений. Для деления подойдут следующие виды

растений: астильба, астра многолетняя, молочай, монарда, пиретрум, флокс, хризантема.

Большинство многолетников нуждается в периодическом разделении кустов. Эта процедура проводится для омоложения растений, так как многие из них через несколько лет стареют и теряют декоративность. Создать новый цветник можно из тех, которые уже растут на участке. Достаточно выкопать и разделить старые клубни, корневища на несколько



частей, а затем снова посадить их в грунт. С финансовой стороны этот вариант весенней посадки может стать самым выгодным, так как в этом случае не потребуются приобретать семена и тратить средства на выращивание рассады.

Делить и рассаживать весной можно только те многолетники, которые цветут летом и поздней осенью.

Для более аккуратного выкапывания растений используют вилы, т.к. лопатой можно повредить корешки. Для сохранения корешков кусты лучше выкапывать с большим комом земли. Кусты нужно делить так, чтобы каждая часть была величиной с кулак и обязательно с почками и корешками.

Валерия ПАШЕЧКИНА

Совет

Перед посадкой все срезы и ранки частей припудривают древесным углем, чтобы обезопасить от грибковых заболеваний, а затем дают немного подсохнуть (около часа). Сажают разделенные клубни и корневища на ту же глубину, но желательно на другом участке.

ПОДРОБНОСТИ

Подготовка почвы для цветника



Для цветника почву желательно подготовить осенью. Но если вы вдруг заранее об этом не позаботились, то сделать это можно за 2-3 недели до посадки цветов. Готовая почва должна быть удобренной, рыхлой, немного влажной.

Вначале участок перекапывают на глубину 30-40 см и удаляют все сорняки. Для окультуривания земли требуется внести добавки в виде разрыхлителей и удобрений. В песчаную и супесчаную

вносят торф, компост и суглинок. В глинистую почву добавляют торф, компост, перегной, песок или костную муку. Компост и навоз рекомендуется добавлять в конце осени, а перегной – при посадке весной. Если нет органических удобрений, можно вносить минеральные. В этом случае осенью вносят фосфорно-калийные удобрения, а весной – азотные.



ПРИ ХЛОРОЗЕ ПОМОЖЕТ ФЕРОВИТ!



Хлороз – это заболевание растений, при котором в листьях снижается синтез хлорофилла (зелёного пигмента). Они желтеют и опадают. Рост растений приостанавливается, осыпаются цветки и завязи. Хлорофилл, как известно, осуществляет важнейший процесс в жизни растений – фотосинтез. Особенно подвержены хлорозу плодово-ягодные и многолетние цветочно-декоративные культуры, на восстановление которых уйдёт несколько лет. Одной из важнейших причин хлороза является дефицит доступного железа в почве. А железом является катализатором в реакциях, сопровождающих синтез хлорофилла.

Феровит – гарантия защиты растений от хлороза!



Феровит – это универсальный стимулятор фотосинтеза с высоким содержанием железа в биодоступной (аминохелатной) форме. Всего 2-3 подкормки **Феровитом** (10-30 мл/10 л воды, путём опрыскивания) с интервалом 5-7 дней и синтез хлорофилла будет восстановлен. Хорошо известно, что железо медленно передвигается по растительным тканям. А при опрыскивании, **Феровит** попадает сразу на всё растение. Эффект от его применения будет заметен уже через 1-2 суток. Листья снова становятся ярко-зелёными! Фотосинтез нормализуется, и растения начинают активно расти, цвести и плодоносить.



Причинами хлороза могут быть и заболевания (ржавчина, мучнистая роса), и повреждение растений вредителями (тля, паутинный клещ и др.), и экстремальные погодные условия (избыток влаги, затяжная засуха). **Феровит** поможет во всех этих случаях!

Однако любое заболевание, в т.ч. и хлороз легче предупредить, чем лечить. Поэтому профилактика и ещё раз профилактика! 1 раз в 10-15 дней проводите опрыскивания **Феровитом**, и это гарантированно защитит Ваши растения от хлороза.

Приобрести препараты компании «НЭСТ М», а также получить консультацию можно по адресу:

127550, г. Москва, ул. Прянишникова, д. 31А, ВНИИА, оф. 110

8 (499) 976-27-06,
8 (499) 976-47-36,
8 (800) 707-88-65

(Бесплатный звонок по РФ)

E-mail: info@nest-m.ru

Сайт: www.nest-m.ru

Интернет-магазин: www.nest-m.biz

1 ПЕРВЫЙ



23.30 Вечерний Ургант. (16+)

05.00 «Доброе утро»
 09.00 Новости
 09.25 «Доброе утро»
 09.55 Модный приговор. (6+)
 10.55 Жить здорово! (16+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Время покажет. (16+)
 14.30 Премьера. «Проверено на себе». (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 15.15 Давай поженимся! (16+)
 16.00 Мужское / Женское. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.30 На самом деле. (16+)
 19.40 Пусть говорят. (16+)
 21.00 Время
 21.30 «ИЩЕЙКА». (12+)
 22.30 «Док-ток». (16+)
 23.30 Вечерний Ургант (16+)
 00.10 Проверено на себе. (16+)
 00.40 На самом деле. (16+)
 01.45 Время покажет. (16+)
 03.00 Новости

РОССИЯ 1 РОССИЯ



14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)

05.00 Утро России
 09.00 Вести
 09.25 Утро России
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.25 Вести. Местное время
 11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
 12.50 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.25 Вести. Местное время
 14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)
 17.00 Вести. Местное время
 17.25 «60 минут». (12+)
 18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
 20.00 Вести
 20.45 Вести. Местное время
 21.00 «ПАРОМЩИЦА». (12+)
 Надя не находит себе места, волнуясь за сына. Алла продолжает делать мальчику уколоу.
 23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 02.00 «НА ДАЛЬНЕЙ ЗАСТАВЕ». (12+)

НТВ



17.10 ДНК. (16+)

05.15 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)
 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
 08.00 Сегодня
 08.25 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)
 09.15 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
 10.00 Сегодня
 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
 13.00 Сегодня
 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
 14.00 Место встречи
 16.00 Сегодня
 16.25 Основано на реальных событиях. (16+)
 17.10 ДНК. (16+)
 18.15 «ПЁС». (16+)
 19.00 Сегодня
 19.40 «РИКОШЕТ». (16+)
 21.00 «ПАУТИНА». (16+)
 00.10 Сегодня
 00.20 Захар Прилепин. Уроки русского. (12+)
 00.55 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)

СТС



19.00 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)
 06.20 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
 06.35 «Охотники на троллей». (6+)
 07.00 «ПСИХОЛОГИНИ». (16+)
 08.00 «КОРНИ». (16+)
 09.00 «КУХНЯ». (12+)
 16.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ. ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+)
 19.00 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ». (12+)
 21.55 ПРЕМЬЕРА! «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ. ВОЗРОЖДЕНИЕ». (12+)
 00.15 «Дело было вечером». (16+)
 01.15 «СТАВКА НА ЛЮБОВЬ». (12+)
 02.55 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)
 04.15 «Шоу выходного дня». (16+)
 05.00 Мультфильмы. (0+)
 05.45 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



21.00 Студия Союз. (16+)

07.00 ТНТ. Gold. (16+)
 09.00 Дом-2. Lite. (16+)
 10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)
 11.30 Бородина против Бузовой. (16+)
 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
 13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)
 15.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 16.30 «ОЛЬГА». (16+)
 18.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)
 20.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ-5». (16+)
 21.00 Студия Союз. (16+)
 22.00 «ЗВОНите ДИКА-ПРИО». (16+)
 23.00 Дом-2. Город любви. (16+)
 00.00 Дом-2. После заката. (16+)
 01.05 «Stand Up». (16+)
 02.00 ТНТ-Club. (16+)
 02.05 «Stand Up». (16+)
 03.40 «Открытый микрофон». (16+)
 06.10 ТНТ. Best. (16+)

РЕН



20.00 «ИСХОД: ЦАРИ И БОГИ». (12+)

05.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
 06.00 «Документальный проект». (16+)
 07.00 «С бодрим утром!» (16+)
 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)
 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)
 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)
 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
 15.00 «Неизвестная история». (16+)
 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)
 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
 20.00 «ИСХОД: ЦАРИ И БОГИ». (12+)
 00.30 «ВРЕМЯ ПСОВ». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

05.00 «На ножах». (16+)
 07.30 «Утро Пятницы». (16+)
 08.30 23.00 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
 13.05 «Инсайдеры». (16+)
 19.00 «Бой с Герлс». (16+)
 20.00 «Любовь на выживание». (16+)
 Экстремальный тест-драйв отношений!
 21.40 «Мир наизнанку. Китай». (16+)
 01.45 Пятница News». (16+)
 02.15 «Генеральная уборка». (16+)
 03.05 «На ножах. Отели». (16+)

ЧЕ!

06.00 01.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)
 07.45 «Дорожные войны»
 09.00 18.35 «Остановите Вито!» (16+)
 09.30 11.30 «Дорожные войны 2.0». (16+)
 10.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)
 12.00 00.00 «+100500». (16+)
 13.30 02.45 «Улетное видео»
 14.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+)
 15.00 «Утилизатор». (12+)
 16.00 «КВН на бис и КВН. Высший бал». (16+)
 19.00 «Дорога». (16+)
 21.00 «Решала». (16+)
 23.00 «Опасные связи». (18+)

ОТР

05.10 11.50 18.45 «Среда обитания». (12+)
 05.20 11.20 «Загадочная планета». (12+)
 05.45 08.50 «Медосмотр»
 06.00 «Архивариус». (12+)
 06.05 23.50 «Правда?» (12+)
 07.05 08.00 22.05 «УМНОЖАЮЩИЙ ПЕЧАЛЬ». (12+)
 09.20 «ЕВА». (12+)
 10.20 11.05 17.05 «100 чудес света». (12+)
 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 Новости
 12.05 13.20 19.00 20.30 «ОТРАЖЕНИЕ»
 15.15 «ЗВЕЗДА ЭПОХИ». (12+)
 18.05 «Моя история». (12+)
 01.00 «Вспомнить всё»
 06.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (18+)
 09.35 Неизвестная война. «Битва за Берлин». (16+)
 10.30 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (12+)
 11.50 «СОЛДАТКИ». (12+)
 Драма, СССР, 1977 г.
 13.10 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)
 15.20 «ВЕРНОСТЬ». (12+)
 16.50 Неизвестная война. «Последнее сражение военных». (16+)
 17.40 «ПЕРЕВОДЧИК». (16+)
 19.30 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (18+)
 23.10 Неизвестная война. «22 июня, 1941». (16+)
 00.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)
 02.00 «ТЕГРАН-43». (12+)
 04.25 «ПЕРЕВОДЧИК». (16+)

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Мини-Маппеты». (0+)
 05.25 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
 05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+)
 06.15 «Русалочка» (субтитры). (6+)
 06.40 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)
 07.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
 07.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
 08.10 «Пёс Пэт». (6+)
 08.25 «Первый спасательный отряд». (6+)
 08.55 «Герои в масках». (0+)
 09.25 «ПУПС». (0+)
 10.00 «Дружные мопсы» (0+)
 10.30 «Блуи». (0+)
 11.00 «София Прекрасная». (0+)
 11.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
 12.00 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
 13.05 «Пёс Пэт». (6+)
 13.15 «Утиные истории». (6+)
 14.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
 15.10 «Финес и Ферб». (6+)
 16.10 «Семейка Крудс. Начало». (12+)
 16.35 «Гравити Фолз». (12+)
 17.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
 18.35 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
 19.30 «Планета 51». (12+)
 21.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
 23.00 «Стражи Галактики». (12+)
 00.00 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙ-ВЕРЛИ ПЛЕЙС». (6+)
 Сериал. США, 2007 г.
 01.45 «ДЖЕССИ». (6+)
 03.10 «Амфибия». (12+)
 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Ранние пташки». (0+)
 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
 07.35 «Маджики». (0+)
 08.05 «Лукас и Эмили». (0+)
 08.45 «Три котика». (0+)
 09.20 «Веселая ферма». (0+)
 09.45 «Радужный мир Руби». (0+)
 10.10 «Ну, погоди!» (0+)
 10.55 «Приключения Ам Няма». (0+)
 11.00 «Роботар Поли и его друзья». (0+)
 11.40 «Роботы-поезда». (0+)
 12.15 «Тобот Атлон». (6+)
 12.40 «Металлионы». (6+)
 13.05 «ЛЕГО. Мир Юрского периода». (0+)
 13.30 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
 13.35 «Турбозавры». (0+)
 14.00 Навигатор. Новости. (0+)
 14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
 14.35 Как устроен город. (0+)
 14.40 «Фиксики». (0+)
 15.40 Все, что вы хотели знать, но боялись спросить. (6+)
 16.10 «Приключения Барби в доме мечты». (0+)
 16.30 «Йоко». (0+)
 17.35 «Пластелинки». (0+)
 17.40 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)
 18.10 «Шенячий патруль». (0+)
 19.00 «Буба». (6+)
 19.40 «Царевны». (0+)
 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 20.45 «Маша и Медведь». (0+)
 22.00 «Эволюция Черепашек-ниндзя». (6+)
 22.25 «Фьюжен Макс». (6+)
 22.50 «Губка Боб Квадратные штаны». (6+)
 23.35 «Новые Луны Тюнз». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

06.00 Дальнойбойщик в Америке. (12+)
 06.50, 13.45, 20.10 Машина-торы. (12+)
 07.40, 08.05, 15.05 Как это сделано? (12+)
 08.30, 15.35, 00.40, 01.05 В погоне за классикой. (12+)
 09.22, 09.48 Битвы кладоискателей. (12+)
 10.14 Разрушители легенд. (16+)
 11.06 Битвы роботов. (12+)
 11.58, 05.15 Дальнойбойщик во Вьетнаме. (12+)
 12.50 Неизвестная экспедиция. (16+)
 14.40 Как это устроено: автомобили мечты. (12+)
 16.30 Охотники за реликвиями. (16+)
 16.55 Охотник за игрушками. (12+)
 17.25, 03.45 Рыбалка голыми руками. (12+)
 18.20, 02.00 Золотая лихорадка. (16+)
 19.15 Удивительные фургоны. (12+)
 21.05, 21.30 Охотники за складами. (16+)
 22.55 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
 23.50, 04.30 Голые и напуганные. (16+)
 01.30 Золотая лихорадка: заброшенный прииск Дэйва Турина. (16+)
 02.15, 02.40 Гаражное золото. (12+)
 03.00, 03.25 Как это устроено? (12+)

VIASAT HISTORY

06.00, 06.45 Лондон: 2000 лет истории. (12+)
 07.35, 08.25, 09.20, 10.10 5000 лет истории Нила. (12+)
 11.00, 11.55, 12.45, 13.40 Падение империи. (12+)
 14.30, 15.30, 16.30 Шелковый путь между Востоком и Западом. (12+)
 17.30 Владыки Тихоокеанского побережья. (12+)
 18.35 5000 лет истории Нила. (12+)
 19.30 Военные заводы. (12+)
 20.15 Музейные тайны. (12+)
 21.00 Карл Плагге: нацист, который спас евреев. (12+)
 21.55 Карты убийства. (12+)
 22.45 5000 лет истории Нила. (12+)
 23.50, 04.30 Запретная история. (12+)
 02.20, 03.05 Мифы и чудовища. (12+)
 03.55, 04.20 Невероятные изобретения. (6+)
 04.50 Музейные тайны. (12+)
 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

06.00 Делай ставки и взрывай. (16+)
 06.25 Осушить океан. (16+)
 07.20 Шоссе через ад. (16+)
 08.10 Мегалополис. (16+)
 09.05 Дикая джунгли. (16+)
 10.00, 10.50 Невероятные машины. (16+)
 11.40 Авто - SOS. (16+)
 12.35 Космос: возможные миры. (16+)
 13.25 Затерянные города с Альбертом Лином: Стоунхендж. (16+)
 14.15 Инстинкт выживания. (16+)
 15.05, 16.00 Расследования авиакатастроф. (16+)
 16.50 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+)
 17.40 Секунды до катастрофы. (16+)
 18.35 Дикая джунгли. (16+)
 19.25 Секретные материалы древности. (16+)
 20.15 Чудесная посадка на Гудзон. (16+)
 21.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
 22.00 Поймать контрабандиста. (16+)
 22.50 Кокаиновые войны: конец картеля. (16+)
 23.40, 00.10, 00.35, 01.00 Горячие границы. (16+)
 01.20 Поймать контрабандиста. (16+)
 02.05 Авто - SOS. (16+)
 02.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
 03.40 Поймать контрабандиста. (16+)
 04.25 Игры разума. (16+)
 05.10 Научные глупости: лучшее за 2018 г. (16+)
 05.35 Научные глупости. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ.

Сериалы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

РОССИЯ К Культура



22.15 «КОНЕЦ ПАРАДА». (16+)

- 06.30 Пешком...
- 07.00 20.05 Правила жизни
- 07.35 20.45 «Иисус Христос»
- 08.20 «Ну, погоди!»
- 08.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА»
- 10.00 15.00 19.30 23.45 Новости культуры
- 10.15 Наблюдатель
- 11.10 01.30 ХХ век
- 12.15 18.45 «Игра в бисер»
- 13.00 «О чем молчат львы»
- 13.40 «Земляничная поляна Святослава Рихтера»
- 14.20 Мультфильмы
- 15.10 «Пряничный домик»
- 15.45 «2 Верник 2»
- 16.35 «КАНИКУЛЫ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА. ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРоятные»
- 17.45 Шедевры хоровой музыки
- 19.45 Открытый музей
- 20.30 Спокойной ночи, малыши!
- 21.35 Энигма
- 22.15 «КОНЕЦ ПАРАДА»
- 23.15 «Фотосферы»

ТВЦ



10.55 «Актёрские судьбы». (12+)

- 00.00 «Ералаш» (6+)
- 06.15 «ГРУЗ БЕЗ МАРКИРОВКИ». (12+)
- 08.00 «Настроение» (16+)
- 08.15 «Доктор И...» (16+)
- 10.55 «Актёрские судьбы». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ОНА НАПИСАЛА УБИЙСТВО». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 17.50 22.00 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
- 16.55 «Естественный отбор». (12+)
- 18.10 «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА». (12+)
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Чёрная метка для звезды». (12+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 Петровка, 38. (16+)
- 00.45 Хроники московского быта. (12+)
- 01.25 «Дикие деньги». (16+)
- 02.10 «Вся правда». (16+)
- 02.35 «Советские мафии». (16+)

ТВ-3



23.00 «БОЙСЯ СВОИХ ЖЕЛАНИЙ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 09.20 «Слепая». (16+)
- 11.00 Гадалка. (16+)
- 12.00 Не ври мне. (12+)
- 15.00 Мистические истории. (16+)
- 16.00 Гадалка. (16+)
- 17.00 «Очевидцы». (16+)
- 17.30 «Слепая». (16+)
- 18.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- От переизбытка звуков Шону становится плохо. Доктор Резник пытается вывести Мерфи из ступора, не отходя от операционного стола.
- 20.30 «КАСЛ». (12+)
- Каслу все чаще снятся кошмары. В конце концов, он обращается к специалисту, чтобы с помощью гипноза узнать правду о своем исчезновении накануне свадьбы.
- 23.00 «БОЙСЯ СВОИХ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 01.00 «Апокалипсис». (16+)
- 04.15 «Тайные знаки». (16+)
- 05.45 «Мультфильмы». (0+)

ДОМАШНИЙ



08.00 «Давай разведемся!» (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 07.00 «По делам несовершеннолетних». (16+)
- 08.00 «Давай разведемся!» (16+)
- 09.05 «Тест на отцовство». (16+)
- 11.05 «Реальная мистика». (16+)
- 12.10 «Понять. Простить». (16+)
- 14.05 «Порча». (16+)
- 14.35 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (16+)
- 19.00 «ДЕВОЧКИ МОИ». (16+)
- Украина, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Дарья Волго, Валерия Федорович, Анастасия Шульга.
- 23.00 «ДЫШИ СО МНОЙ». (16+)
- 02.00 «Порча». (16+)
- 02.30 «Понять. Простить». (16+)
- 03.55 «Реальная мистика». (16+)
- 04.45 «Тест на отцовство». (16+)
- 06.20 «б кадров». (16+)

5

05.00 09.00 13.00 17.30 03.15 «Известия»

05.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-2». (16+)

07.15 09.25 13.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-3». (16+)

17.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-2». (16+)

18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА». (16+)

19.20 00.30 «СЛЕД». (16+)

23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3». (16+)

00.00 «Известия. Итоги»

01.15 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

03.25 «СТРАСТЬ-2». (16+)

ЗВЕЗДА

06.00 «Сегодня утром». (12+)

08.00 13.00 18.00 21.15 Новости дня

08.20 18.30 «Специальный репортаж». (12+)

08.40 «Не факт!» (6+)

09.20 10.05 13.15 14.05 «ОТЛИЧНИЦА». (12+)

10.00 14.00 Военные новости

18.50 «Кёнигсберг. Падение крепости». (12+)

19.40 Легенды телевидения

20.25 «Код доступа». (12+)

21.30 «Открытый эфир»

23.05 «Между тем». (12+)

23.40 «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА». (12+)

ТВ ГУБЕРНИЯ

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

05.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 00.30 «Секретные материалы». (16+)

11.50 «Интервью». (12+)

12.00 «Адрес истории». (12+)

12.15 17.45 «Здоровая среда». (12+)

13.15 «Парламентский дневник». (12+)

13.30 Открытая наука (12+)

14.00 16.00 19.30 21.30 02.30 «Губернские новости». (12+)

14.15 16.15 19.45 21.45 02.45 «Мастера». (12+)

14.30 «День вместе с Фантой». (12+)

15.00 04.15 «Мастер-класс». (12+)

15.45 «Наш Маркет». (12+)

16.30 «Медицинская правда». (12+)

17.00 01.30 03.45 «Заметные люди». (12+)

18.45 20.45 «Агентство хороших новостей». (12+)

19.00 21.00 03.00 «Общее дело». (12+)

19.15 21.15 02.15 «Эффект времени». (12+)

20.00 22.00 «Современники. Наше время». (12+)

20.15 22.15 03.15 «Up&Down». (12+)

22.45 «ФОРТ РОСС: В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (6+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

- 06.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)
- 08.10 14.45 18.55 22.00 Все на Матч!
- 09.00 Футбол. Российская Премьер-лига. (0+)
- 10.50 «РПЛ на паузе. Жоао Марио». (12+)
- 11.20 «Наши на Евро. ЧЕ-2008». (12+)
- 11.50 14.40 19.25 Новости
- 11.55 Специальный обзор. (12+)
- 12.30 Футбол. Чемпионат Европы-2008. Отборочный турнир. (0+)
- 15.30 «Неизданная хоккейная Россия». (12+)
- 16.00 Хоккей. КХЛ. (0+)
- 18.25 «Капризов. Всё будет хорошо!» (12+)
- 19.30 Футбольное столетие. (12+)
- 20.00 Футбол. Лига чемпионов-2016-2017. (0+)
- 22.30 «Жизнь после спорта». (12+)
- 23.00 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
- 01.30 Спецрепортаж. (12+)

EUROSPORT 1

- 01.00 Теннис. Australian Open-2018. (6+)
- 02.30, 04.00, 05.30 Теннис. «Ролан Гаррос»-2018. (6+)
- 07.00 Теннис. Осака - Киз. US Open-2018. Женщины. 1/2 финала. (6+)
- 08.00 Теннис. Осака - Уильямс Серена. US Open-2018. Женщины. Финал. (6+)
- 09.30 Автогонки. World Endurance Championships. Бахрейн. Обзор. (12+)
- 10.30 Автогонки. Формула Е. Мехико. Обзор. (12+)
- 11.30 Ралли-Рейд. Дакар. 7-й этап. (12+)
- 12.00 Ралли-Рейд. Дакар. 8-й этап. (12+)
- 12.30 Снукер. «Мастерс». Лондон. Финал. (6+)
- 15.00 Велоспорт. Париж - Рубе-2018. (12+)
- 18.00 Велоспорт. Париж - Рубе-2019. (12+)
- 21.00 Олимпийские игры. «Вопреки всему». (12+)
- 21.30, 22.30 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)
- 23.30 Теннис. Федерер - Гаске. Australian Open-2018. Мужчины. 3-й круг. (6+)

TV 1000

- 06.10 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+)
- 08.15 «РЕЗНЯ». (16+)
- 09.50 «ЧУЖОЙ БИЛЕТ». (12+)
- 11.45 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (12+)
- 13.25 «КАПИТАН ФИЛЛИПС». (16+)
- 15.55 «ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА». (12+)
- 18.10 «ПИТЕР ПЭН». (12+)
- 20.10 «КАПИТАН КРЮК». (12+)
- США, 1991 г. В ролях: Дастин Хоффман, Робин Уильямс, Джулия Робертс
- 22.45 «СОММЕРСБИ». (16+)
- 00.50 «ОБИТЕЛЬ ТЕНЕЙ». (18+)
- 02.50 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)
- 04.30 «МИЛЛИОН ДЛЯ ЧАЙНИКОВ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.50 «ВЫШИБАЛА». (18+)
- 02.25 «ПРОСТУШКА». (16+)
- 04.05 «ЗАКОНУ ТУТ НЕ МЕСТО». (12+)
- 05.50 «ЗАЩИТНИГ». (16+)
- 07.45 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+)
- 09.25 «ИЗ ЖИЗНИ ТАЙНЫХ АГЕНТОВ». (12+)
- 11.10 «САБРИНА». (12+)
- 13.40 «БОЛЬШОЙ СОЛДАТ». (16+)
- 15.35 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПЕРЕСАДОК». (16+)
- 17.30 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+)
- 19.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- 21.20 «ОТ СЕМЬИ НЕ УБЕЖИШЬ». (16+)
- 23.30 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 06.10 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- 08.10 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
- 09.55 «ЖЕНИХ». (12+)
- 11.40 «ДОМОВОЙ». (6+)
- 13.30, 14.30 «ПАЛАЧ». (16+)
- 15.35 «БЕЗ ГРАНИЦ». (12+)
- 17.10 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)
- 19.00, 19.55 «ПАЛАЧ». (16+)
- 21.00 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+) Россия, 2015 г.
- 22.35 «ХОРОШИЙ МАЛЬЧИК». (12+) Россия, 2016 г.
- 00.20 «КОРОЛЕВ». (12+)
- 02.25 «ТАНКИ». (12+)
- 04.05 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (12+)
- 05.30 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)

SONY CHANNEL

- 06.00, 06.45 Проект Подиум. (16+)
- 07.30, 14.50, 18.55 Правила моей кухни. (16+)
- 08.30, 16.45 Холостяк. (16+)
- 09.55 «ЗА БОРТОМ». (16+)
- США, 1987 г. В ролях: Голди Хоун, Курт Рассел
- 11.45, 12.30, 20.00, 20.45, 00.00, 00.45 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
- 13.15, 23.05, 01.30 «ЛУЧШИЕ В ЛОС-АНДЖЕЛЕСЕ». (16+)
- 14.05, 18.10 Проект Подиум. Все звезды. (16+)
- 15.55 Правила пекарни (16+)
- 21.30, 21.55, 03.00, 03.20 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
- 22.20, 02.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- 03.45 «КАПИТАН КРЮК». (16+)

ДОМ КИНО

- 05.40 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
- 07.20 «СВАТЫ». (16+)
- 11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 13.35 «РОДНЯ». (12+)
- 15.25 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
- 17.25 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+) СССР, 1975 г. В ролях: Нина Гребешкова, Вячеслав Невинный, Михаил Светин, Светлана Крючкова
- 19.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
- 01.45 «СВАТОВСТВО ГУСАРА». (12+)
- 03.00 «ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА». (12+)
- 04.20 «ЧЕРТ С ПОРТФЕЛЕМ». (12+)

ФЕНИКС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (18+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТЕ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «НАВИГАТОР». (16+)
- 15.00, 23.00 «УХОДЯЩАЯ НАТУРА». (16+)
- 07.00 «Я ТЕБЯ НИКОМУ НЕ ОТДАМ». (16+) Serial. Мелодрама, Украина, Россия, 2010 г. В ролях: Марина Александрова, Анатолий Пагинин, Агния Кузнецова, Михаил Жигалов

СУПЕР

- 06.00 «ОСТРОВ». (16+)
- 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 07.55 Прогнозик погоды. (0+)
- 08.00 «РОДИТЕЛИ» (субтитры). (12+)
- 11.00 «ПАПАШИ». (16+)
- 12.00 «ИП ПИРОГОВА» (субтитры). (16+) Serial. Комедия, Россия, 2019 г.
- 13.00 «ИП ПИРОГОВА». (16+)
- 14.00 «ГРАНД». (16+)
- 16.00 «ФИТНЕС». (16+)
- 18.00 «ДЕФФОНКИ». (16+)
- 19.25 Прогнозик погоды. (0+)
- 19.30 «ДЕФФОНКИ». (16+)
- 20.00 «ГРАНД». (16+)
- 22.00 «ПАПАШИ». (16+)
- 23.00 «КОРАБЛЬ». (16+)
- 01.00 «ОСТРОВ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)
- 08.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ НЯНЯ». (0+)
- 15.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
- 18.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+) Serial. Комедия, Россия, 2007 г. В ролях: Андрей Леонов, Мария Семкина, Александр Олешко, Люба Новикова, Настя Сиваева
- 23.00 Сердца за любовь. (16+)
- 01.00 Даёшь молодёжь! (16+)
- 03.15 «РАНЕТКИ». (16+)
- 04.50 Ералаш. (0+) Детский киножурнал.
- 05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 05.00, 00.00 День Патриарха. (0+)
- 05.15 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.30 Знак равенства. (16+)
- 05.45 Прямая линия жизни. (0+)
- 07.00, 17.30, 21.30, 02.40 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+)
- 07.45, 19.00, 01.45 Завет. (6+)
- 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 09.20, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
- 09.50, 22.15 Реакция. (12+)
- 10.25 «НЕИЗВЕСТНЫЙ СОЛДАТ». 2 серия. (0+)
- СССР, 1984 г.

СПАС

- 11.55 Ленинград. Цикл: Великая война. (12+)
- 13.00, 20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (0+)
- 15.00 «Я ВАС ДОЖДУСЬ». (0+) СССР, 1982 г. В ролях: Артур Богатов, Екатерина Валушкинич, Зинаида Гердт
- 16.30, 17.55 «АЛЬПИЙСКАЯ СКАЗКА». (0+)
- Великобритания, 2005 г.
- 22.50 Лица Церкви. (6+)
- 23.05 Ржев. Цикл: Великая война. (12+)
- 00.15 Псково-Печерский монастырь. Цикл: Небо на земле. (12+)
- 00.45 Встреча (субтитры). (12+)
- 03.25 Псалтирь. Кафизма 11. (0+)

Православный календарь

9 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица вай). Глас 1. Мц. Матроны Солунской.



Мчч. Мануила и Феодосия. Прп. Иоанна прозорливого, Египетского.

Постный день.

«Когда посылаются бедствия – это милость Божия; ибо чрез них дается возможность избавиться от вечного наказания».

Феофан Затворник

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

- 05.00 Сделано в 90-х. (16+)
- 06.05, 11.30, 17.00, 02.20 PRO-клип. (16+)
- 06.10, 11.35, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
- 07.00, 08.50, 12.25, 15.05, 20.35 PRO-новости. (16+)
- 07.05 Каждое утро. (16+)
- 09.00 Русский чарт. (16+)
- 10.00, 13.35, 18.00 10 самых. (16+)

- 10.30 Ждите ответа. (16+)
- 12.30, 18.30, 22.45 Место под Солнцем. (16+)
- 14.00 R'n'B чарт. (16+)
- 15.10 Лайкер. (16+)
- 19.30 Top чарт. (16+)
- 20.40 «Жара» в Баку-2019. Гала-концерт. (16+)
- 23.45 «Жара» в Баку-2019. Открытие фестиваля. (16+)
- 00.20 10 sexy. (16+)
- 01.20 Наше. (16+)
- 02.25 Несниппер. (16+)

1 ПЕРВЫЙ



19.40 Поле чудес. (16+)

- 05.00 «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.25 «Доброе утро»
- 09.55 Модный приговор. (6+)
- 10.55 Жизнь здорово! (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Время покажет. (16+)
- 14.30 Премьера. «Проверено на себе». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Давай поженимся! (16+)
- 16.00 Мужское / Женское. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.35 «Человек и закон (16+)
- 19.40 Поле чудес. (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 «Голос. Дети». (0+)
- 23.20 Вечерний Ургант (16+)
- 00.15 «Чак Берри». (16+)
- 02.10 Мужское / Женское. (16+)
- 03.40 Про любовь. (16+)
- 04.25 Наедине со всеми. (16+)

РОССИЯ 1



20.00 Вести

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести
- 09.25 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.25 Вести. Местное время
- 11.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
- 12.50 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.25 Вести. Местное время
- 14.45 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (12+)
- 17.00 Вести. Местное время
- 17.25 «60 минут». (12+)
- 18.30 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+)
- 20.00 Вести
- 20.45 Вести. Местное время
- 21.00 «Измайловский парк». Большой юмористический концерт. (16+)
- 23.30 «РАСПЛАТА ЗА СЧАСТЬЕ».** (12+)
- 03.15 «ТАБЛЕТКА ОТ СЛЁЗ».** (12+)

НТВ



17.10 Жди меня. (12+)

- 05.15 «КОДЕКС ЧЕСТИ».** (16+)
- 06.00 Утро. Самое лучшее. (16+)
- 08.00 Сегодня
- 08.25 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА».** (16+)
- 09.15 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 Сегодня
- 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 13.00 Сегодня
- 13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
- 14.00 Место встречи
- 16.00 Сегодня
- 16.25 Следствие вели... (16+)
- 17.10 Жди меня. (12+)
- 18.15 «ПЁС».** (16+)
- 19.00 Сегодня
- 19.40 «ПЁС».** (16+)
- 23.25 ЧП. Расследование. (16+)
- 23.55 Квартирник НТВ. (16+)
- 01.15 Квартирный вопрос. (0+)
- 02.05 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)

СТС



08.00 «ТЁМНЫЙ РЫЦАРЬ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.20 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 06.35 «Охотники на троллей». (6+)
- 07.00 «ПСИХОЛОГИНИ».** (16+)
- 08.00 «ТЁМНЫЙ РЫЦАРЬ».** (16+)
- 11.00 «ТЁМНЫЙ РЫЦАРЬ. ВОЗРОЖДЕНИЕ ЛЕГЕНДЫ».** (16+)
- 14.20 «Уральские пельмени». (16+)
- 14.40 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 21.00 ПРЕМЬЕРА! «KINGSMAN. ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО».** (16+)
- 23.55 «Дело было вечером». (16+)
- 00.50 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ».** (16+)
- 02.25 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА-2».** (12+)
- 03.50 «Шоу выходного дня». (16+)
- 04.35 «6 кадров». (16+)
- 05.00 Мультфильмы. (0+)
- 05.45 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



21.00 Комеди Клуб. (16+)

- 07.00 ТНТ. Gold. (16+)
- 09.00 Дом-2. Lite. (16+)
- 10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)
- 11.30 Бородина против Бузовой. (16+)
- 12.30 «Дом-2. Спаси свою любовь». (16+)
- 13.30 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ».** (16+)
- 15.00 «САШАТАНЯ».** (16+)
- 16.30 «ОЛЬГА».** (16+)
- 18.00 «ИНТЕРНЫ».** (16+)
- 20.00 «Comedy Woman. Дайджест». (16+)
- Участники шоу Comedy Woman совершат трип по самым смешным жизненным ситуациям...
- 21.00 Комеди Клуб. (16+)
- 22.00 Comedy Баттл. (16+)
- 23.00 Дом-2. Город любви. (16+)
- 00.05 Дом-2. После заката. (16+)
- 01.05 «Такое кино!» (16+)
- 01.35 «Stand Up». (16+)
- 04.05 «Открытый микрофон». (16+)
- 06.35 ТНТ. Best. (16+)

РЕН



22.00 «ДРУГОЙ МИР: ВОССТАНИЕ ЛИКАНОВ». (16+)

- 05.00 «Военная тайна». (16+)
- 06.00 09.00 «Документальный проект». (16+)
- 07.00 «С бодрым утром!» (16+)
- 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)
- 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)
- 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)
- 13.00 «Загадки человечества». (16+)
- 14.00 03.20 «Невероятно интересные истории». (16+)
- 15.00 Засекреченные списки. (16+)
- 17.00 «Тайны Чапман». (16+)
- 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)
- 20.00 21.00 Документальный спецпроект. (16+)
- 22.00 «ДРУГОЙ МИР: ВОССТАНИЕ ЛИКАНОВ».** (16+)
- 23.50 «НИНДЗЯ-2».** (18+)
- 01.40 «БЛИЖАЙШИЙ РОДСТВЕННИК».** (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА

- 05.00 11.10 «На ножах». (16+)
- 07.30 «Утро Пятницы». (16+)
- 08.00 «Обложка». (16+)
- 08.35 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
- 09.15 «Орел и решка. Семья». (16+)
- 14.30 «Мир наизнанку. Бразилия». (16+)
- 18.25 «Мир наизнанку. Китай». (16+)
- 20.30 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН». (12+)
- 23.00 «КИШНИКИ». (16+)
- 01.00 Пятница News». (16+)
- 01.30 «СОТНЯ». (16+)
- 04.20 «Орел и решка. Неизданное». (16+)

ЧЕ!

- 06.00 01.00 «ДОЗНАВАТЕЛЬ». (16+)
- 07.45 «Дорожные войны». (16+)
- 09.00 10.00 «Дорожные войны 2.0». (16+)
- 12.00 «Летучий надзор». (16+)
- 14.00 «ПОБЕДИТЕЛИ И ГРЕШНИКИ». (12+)
- 16.20 «ЗАКУСОЧНАЯ НА КУЛЕСАХ». (12+)
- 18.45 «АФЕРИСТЫ. ДИК И ДЖЕЙН РАЗВЛЕКАЮТСЯ». (12+)
- 20.30 «ХОРОШИЙ ГОД». (16+)
- 22.50 «+100500». (16+)
- 02.45 «КВН на бис». (16+)
- 03.30 «Улетное видео». (16+)

ОТР

- 05.20 11.20 «Загадочная планета». (12+)
- 05.45 08.50 «Медосмотр»
- 06.00 00.00 «За дело!» (12+)
- 07.00 22.05 «Имею право»
- 07.15 08.00 22.35 «ТАЙНЫ АВРОРЫ ТИГАРДЕН». (16+)
- 08.40 «Большая страна»
- 09.20 «ЕВА». (12+)
- 10.20 11.05 17.05 «100 чудес света». (12+)
- 11.00 12.00 13.00 15.00 17.00 18.00 20.00 22.00 Новости
- 12.05 13.20 19.00 20.30 «ОТРАЖЕНИЕ»
- 15.15 «ЗВЕЗДА ЭПОХИ». (12+)
- 18.05 «Служу Отчизне!» (12+)
- 18.30 «Гамбургский счёт»
- 00.40 Концерт Д. Маликова

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY

- 05.00 «Мини-Моплеты». (0+)
- 05.25 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
- 05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+)
- 06.15 «Русалочка» (субтитры). (6+)
- 06.40 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)
- 07.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 07.35 «Рапунцель: История продолжается». (6+)
- 08.10 «Пёс Пэт». (6+)
- 08.25 «Первый спасательный отряд». (6+)
- 08.55 «Герои в масках». (0+)
- 09.25 «ПУПС». (0+)
- 10.00 «Дружные мопсы». (0+)
- 10.30 «Блуди». (0+)
- 11.00 «София Прекрасная». (0+)
- 11.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
- 12.00 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
- 12.30 «Мартишки в космосе: Ответный удар 3D». (0+)
- 14.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 19.30 «Тайна Красной планеты». (6+) Майло постоянно ссорится со своей мамой. Однажды вечером мальчик в сердцах заявляет, что был бы рад, если бы она исчезла из его жизни. Той же ночью маму похищают марсиане, а осознавший свою ошибку Майло отправляется на выручку.
- 21.25 «ЗВЕЗДНЫЕ ВОЙНЫ. ЭПИЗОД IV: НОВАЯ НАДЕЖДА». (12+) США, 1977 г.
- 00.00 «МАКС СТИЛ». (16+) США, 2016 г.
- 01.40 «Гравити Фолз». (12+)
- 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00 «Ранние птички». (0+)
- 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35 «Маджикки». (0+)
- 08.05 «Лукас и Эмили». (0+)
- 08.45 «Три кота». (0+)
- 09.20 «Студия Каляки-Малыки». (0+)
- 09.45 «Радужный мир Руби». (0+)
- 10.10 «Ну, погоди!» (0+)
- 10.55 «Приключения Ам Няма». (0+)
- 11.00 «Роботар Поли и его друзья». (0+)
- 11.40 «Роботы-поезда». (0+)
- 12.15 «Тобот Атлон». (6+)
- 12.40 «Металлоны». (6+)
- 13.05 «ЛЕГО. Мир Юрского периода». (0+)
- 13.30 «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)
- 13.35 «Турбозавры». (0+)
- 14.00 Навигатор. У нас гости! (0+)
- 14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
- 14.35 Как устроен город. (0+)
- 14.40 «Фиксики». (0+)
- 15.40 «Вкусняшки шоу». (0+)
- 15.55 «Бурёнка Даша». (0+)
- 16.10 «Мир Винкс». (6+)
- 16.30 «Йоко». (0+)
- 17.35 «Пластинки». (0+)
- 17.40 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)
- 18.10 «Щенячий патруль». (0+)
- 19.00 «Буба». (6+)
- 19.40 «Царевны». (0+)
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45 «Лео и Тиг». (0+)
- 22.50 «Дикие скричеры!» (6+)
- 22.50 «Инфинити Надо». (6+)
- 23.15 «Элвин и бурундуки». (6+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL

- 06.00 Дальнебойщик в Америке. (12+)
- 06.50, 13.45, 20.10 Махинаторы. (12+)
- 07.40, 08.05, 15.05 Как это сделано? (12+)
- 08.30, 08.56, 15.35, 00.40, 01.05 В погоне за классикой. (12+)
- 09.22, 09.48, 21.05, 21.30 Охотники за складами. (16+)
- 10.14 Разрушители легенд. (16+)
- 11.06 Битвы роботов. (12+)
- 11.58, 18.20, 05.15 Золотая лихорадка. (16+)
- 12.50 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
- 14.40 Как это устроено: автомобили мечты. (12+)
- 16.30, 16.55 Охотник за игрушками. (12+)
- 17.25 Автобан А2. (16+)
- 19.15 Удивительные фургоны. (12+)
- 22.00 Аляска: семья из леса. (16+)
- 22.55 Аляска: последний рубез. (16+)
- 23.50 Голые и напуганные. (16+)
- 01.30 Золотая лихорадка: заброшенный прииск Дэйва Турина. (16+)
- 02.15 Гаражное золото. (12+)
- 02.40 Охотники за реликвиями. (16+)
- 03.00, 03.25 Как это устроено? (12+)
- 03.45 Рыбалка голыми руками. (12+)
- 04.30 Голые и напуганные XL. (16+)

VIASAT HISTORY

- 06.15 Поворотный момент. (12+)
- 06.40, 07.30 В поисках «Восточного экспресса». (12+)
- 08.20 Гений Марии Кюри: женщина, осветившая мир. (12+)
- 09.15, 10.00, 10.50, 11.40 Титаник: истории из глубины. (12+)
- 12.30 Моя жизнь в гитлеровской Германии. (12+)
- 13.30 Че Гевара: под маской мифа. (12+)
- 14.30 Американская мечта Роберта Кеннеди. (12+)
- 15.35 День, когда умер Кеннеди. (12+)
- 16.35, 17.25 Обратный отсчет: строительство и падение Берлинской стены. (12+)
- 18.20 Забытые королевства Южной Америки. (12+)
- 19.25 Военные заводы. (12+)
- 20.15 Музейные тайны. (12+)
- 21.00 Остров забвения. (12+)
- 21.55 Карты убийства. (12+)
- 22.45 Смертоносный интеллект. (12+) Документальный сериал.
- 23.30, 00.20 Загадочные убийства. (12+)
- 01.05, 01.55 Мифы и чудовища. (12+)
- 02.40 Невероятные изобретения. (6+)
- 03.10 Невероятные изобретения. (12+)
- 03.35 Музейные тайны (16+)
- 04.20 Музейные тайны (12+)
- 05.05, 05.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG

- 06.00 Делай ставки и взрывай. (16+)
- 06.25 Осушить океан. (16+)
- 07.20 Шоссе через ад. (16+)
- 08.15 Мегаполисы. (16+)
- 09.10 Поймать контрабандиста. (16+)
- 10.00, 10.50 Невероятные машины. (16+)
- 11.40 Авто - SOS. (16+)
- 12.35 Космос: возможные миры. (16+)
- 13.25 Затерянные города с Альбертом Лином: Скрытые истоки Петры. (16+)
- 14.15 Инстинкт выживания. (16+)
- 15.05, 16.00 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 16.50 Служба безопасности аэропорта: Перу. (16+)
- 17.40 Секунды до катастрофы. (16+)
- 18.35 Поймать контрабандиста. (16+)
- 19.25 Секретные материалы древности: Содом и Гоморра. (16+)
- 20.15 2000-е. (16+)
- 21.10 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 22.00, 22.25 Инстинкт выживания. (16+)
- 22.50, 23.40, 00.35 Вторжение на Землю. (16+)
- 01.20, 01.45 Инстинкт выживания. (16+)
- 02.10 Авто - SOS. (16+)
- 02.55 Расследования авиакатастроф. (16+)
- 03.40, 04.05 Инстинкт выживания. (16+)
- 04.30 Игры разума. (16+)
- 05.15 Научные глупости: лучшее за 2018 г. (16+)
- 05.35 Научные глупости. (16+)

РОССИЯ К
Культура

ТВЦ

ТВЦ

ТВ-3

ТВ-3

ДОМАШНИЙ

5

5-Й КАНАЛ

ГУБЕРНИЯ

ВОРОНЕЖ



16.20 «Русский в космосе»

06.30 Пешком...
07.00 Правила жизни
07.30 09.50 14.55 16.45 17.55
19.45 21.00 Большие
маленьким
07.35 «Иисус Христос»
08.20 «Ну, погоди!»
08.45 16.50 «МИЛЛИОН
ПРИКЛЮЧЕНИЙ.
ОСТРОВ РЖАВОГО
ГЕНЕРАЛА»
10.00 15.00 19.30 23.00
Новости культуры
10.15 Шедевры старого
кино
12.15 Открытая книга
12.45 «Красивая планета»
13.00 «О чем молчат львы»
13.40 «Дотянуться до небес»
14.25 «Мультфильмы»
15.10 Письма из провинции
15.40 Энигма
16.20 «Русский в космосе»
18.05 Концерт в Эрмитаже
19.50 Смехоностагия
20.20 01.55 «Искатели»
21.10 Линия жизни
22.00 «КОНЕЦ ПАРАДА»
23.20 «2 Верник 2»
00.05 КУЛЬТ КИНО



15.05 «ОТЕЦ БРАУН».
(16+)

06.00 «Ералаш» (6+)
06.15 «ДВЕНАДЦАТАЯ
НОЧЬ». (0+)
08.05 «Настроение» (16+)
08.15 «Смех с доставкой на
дом» (12+)
08.50 «АДВОКАТЪ АРДА-
ШЕВЪ». (12+)
11.30 События
11.50 «АДВОКАТЪ АРДА-
ШЕВЪ». (12+)
12.55 Он и Она. (16+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ОТЕЦ БРАУН». (16+)
16.55 «Чёрная метка для
звезды». (12+)
17.50 События
18.05 «ПРАВДА». (12+)
20.00 «ИГРУШКА». (12+)
22.00 «В центре событий»
23.10 «РОДСТВЕННИК».
(16+)
00.55 «Преступления, кото-
рых не было». (12+)
01.35 «Разлучники и разлуч-
ницы». (12+)
02.20 «В центре событий».
(16+)



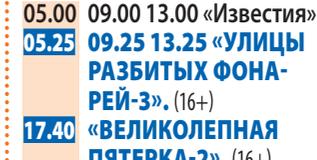
19.30 «ПОЛТЕРГЕЙСТ».
(16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)
09.20 «Слепая». (16+)
11.00 Гадалка. (16+)
11.30 Новый день. (12+)
12.00 Не ври мне. (12+)
15.00 Мистические истории.
(16+)
16.00 Гадалка. (16+)
17.00 «Очевидцы». (16+)
17.30 «Слепая». (16+)
19.30 «ПОЛТЕРГЕЙСТ».
(16+)
США, 2015 г. Ужасы.
В ролях: Сэм Рокуэлл,
Розари ДеУитт, Саксон
Шарбино, Кайл Кэтлетт.
Совершив невероятно вы-
годную сделку по покупке
недвижимости, семья
Боуэнов перебирается в
новое жилище. Прекрас-
ный загородный дом. Но
вот только странные вещи
начинают там происхо-
дить. И день ото дня все
страшнее и ужаснее.
21.30 «МАМА». (16+)
23.30 «Я, ФРАНКЕН-
ШТЕЙН». (12+)
01.15 «ПЯТАЯ СТРАЖА.
СХВАТКА». (16+)



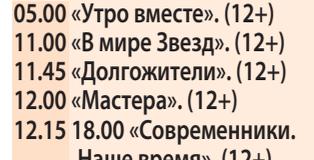
06.40 «Знать будущее.
Жизнь после Ванги». (16+)

06.30 «б кадров». (16+)
06.40 «Знать будущее.
Жизнь после Ванги».
(16+)
07.40 «По делам несовер-
шеннолетних». (16+)
08.40 «Давай разведёмся!»
(16+)
09.45 «Тест на отцовство».
(16+)
11.45 «Реальная мистика».
(16+)
12.45 «Понять. Простить».
(16+)
14.35 «Порча». (16+)
15.05 «ДЕВОЧКИ МОИ».
(16+)
19.00 «ЖЕНА НАПРОКАТ».
(16+)
Россия, 2016 г. Комедия.
23.15 «Про здоровье». (16+)
23.30 «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖ-
ДЕНИЕ». (16+)
03.00 «Порча». (16+)
03.25 «Понять. Простить».
(16+)
04.50 «Настоящая Ванга».
(16+)
06.25 «б кадров». (16+)



05.00 09.00 13.00 «Известия»

05.25 09.25 13.25 «УЛИЦЫ
РАЗБИТЫХ ФОНА-
РЕЙ-З». (16+)
17.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ
ПЯТЕРКА-2». (16+)
18.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ
ПЯТЕРКА». (16+)
19.20 00.45 «СЛЕД». (16+)
23.45 Светская хроника.
(16+)
Еженедельная информа-
ционно-развлекательная
программа для тех, кто
хочет самым первым
узнавать новости из мира
шоу-бизнеса!
01.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
05.45 08.20 «ПОДВИГ
ОДЕССЫ». (6+)
08.00 13.00 18.00 21.15
Новости дня
09.20 10.05 13.20 13.50
14.05 «КЕДР» ПРОН-
ЗАЕТ НЕБО». (12+)
10.00 14.00 Военные новости
18.40 «ТИХАЯ ЗАСТАВА».
(16+)
20.40 21.30 «РЫСЬ». (16+)
23.00 «Оружие Победы»
(6+)
23.10 «Десять фотографий».
00.05 «Одесса. Герои подзем-
ной крепости». (12+)
01.00 «РАФФЕРТИ». (12+)



05.00 «Утро вместе». (12+)

11.00 «В мире Звезд». (12+)
11.45 «Долгожители». (12+)
12.00 «Мастера». (12+)
12.15 18.00 «Современники.
Наше время». (12+)
12.30 15.45 «Общее дело».
(12+)
12.45 «Эффект времени».
(12+)
13.00 18.15 «Up&Down».
(12+)
13.30 «Открытая наука».
(12+)
14.00 16.00 19.30 21.30 02.30
«Губернские новости».
(12+)
14.15 16.15 «Адрес истории».
(12+)
14.30 «День вместе». (12+)
15.00 «Мастер-класс». (12+)
16.30 «Медицинская
правда». (12+)
17.00 «Монограмма Воль-
ховского». (12+)
18.45 «Собрание сочи-
ний». (12+)
19.00 «Вечер вместе». (12+)
19.45 01.15 «К 75-летию По-
беды». (12+)
20.15 «Записки из провин-
ции». (12+)
20.45 01.45 Интервью (12+)
21.00 02.00 «Точка.ру». (12+)
21.45 02.45 Малая сцена (12+)
23.00 «ОЛИГАРХ». (16+)
04.00 «Арт-проспект». (12+)

СПОРТ

МАТЧ! МАТЧ! ТВ

EUROSPORT 1

06.00 Баскетбол. Единая лига
ВТБ. (0+)
07.55 16.15 19.20 21.45 Все
на Матч!
09.00 Футбол. Российская
Премьер-лига. (0+)
10.50 Футбольное столетие.
(12+)
11.20 15.40 19.15 Новости
11.25 «Неизведанная хоккей-
ная Россия». (12+)
11.55 16.45 «Наши победы».
(12+)
12.25 Футбол. Чемпионат Ев-
ропы-2008. (0+)
15.45 01.30 Специальный ре-
портаж. (12+)
17.15 Футбол. Чемпионат ми-
ра-2014. Отборочный тур-
нир. (0+)
19.50 Футбол. Кубок УЕ-
ФА-1997-1998. (0+)
22.30 Футбол. Лига чемпио-
нов-2017-2018. (0+)
00.30 «Спортивный детек-
тив». (16+)
02.00 Хоккей. Россия - Дания.
Чемпионат мира среди мо-
лодёжных команд. Транс-
ляция из Канады. (0+)
01.00 Теннис. Australian
Open-2018. Мужчины. (6+)
02.30 04.00 Теннис. «Ролан
Гаррос»-2018. Мужчи-
ны. (6+)
05.30, 07.30 Теннис. US
Open-2018. Мужчины. (6+)
08.00 Теннис. Джокович -
Дель Потро. US Open-2018.
Мужчины. Финал. (6+)
09.30 Автогонки. World
Endurance Championships.
Остин. Обзор. (12+)
10.30 Автогонки. Формула Е.
Марракеш. Обзор. (12+)
11.30 Ралли-Рейд. Дакар. 9-й
этап. (12+)
12.00 Ралли-Рейд. Дакар. 10-
й этап. (12+)
12.30 Снукер. Welsh Open.
Финал. (6+)
15.00, 16.00, 17.00, 18.00,
19.00, 20.00 Велоспорт.
«Тур Страны басков»-2019.
(12+)
21.00 Олимпийские игры.
«Вопреки всему». (12+)
21.30, 22.30 Олимпийские
игры. «Зал славы». (12+)
23.30 Теннис. Осака - Плиш-
кова. Australian Open-2019.
Женщины. 1/2 финала. (6+)

TV 1000

06.10 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
08.05 «СОММЕРСБИ». (16+)
10.05 «ПИТЕР ПЭН». (12+)
12.05 «КАПИТАН КРЮК».
(12+)
14.35 «МИЛЛИОН ДЛЯ ЧАЙ-
НИКОВ». (16+)
16.25 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ».
(16+)
18.20 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
20.10 «ЗНАКОМЬТЕСЬ, ДЖО
БЛЭЖ». (16+) США, 1998 г.
В ролях: Брэд Питт, Энто-
ни Хопкинс, Кларк Форлани,
Джейк Узбер, Марша Гей
Харден
23.30 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС».
(16+) США, Германия, 2012
г. В ролях: Том Хэнкс, Холли
Берри, Джим Бродбент
02.30 «ТАЛЛИ». (18+)
04.15 «ЧУЖОЙ БИЛЕТ». (12+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000

06.10 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
08.05 «СОММЕРСБИ». (16+)
10.05 «ПИТЕР ПЭН». (12+)
12.05 «КАПИТАН КРЮК».
(12+)
14.35 «МИЛЛИОН ДЛЯ ЧАЙ-
НИКОВ». (16+)
16.25 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ».
(16+)
18.20 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
20.10 «ЗНАКОМЬТЕСЬ, ДЖО
БЛЭЖ». (16+) США, 1998 г.
В ролях: Брэд Питт, Энто-
ни Хопкинс, Кларк Форлани,
Джейк Узбер, Марша Гей
Харден
23.30 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС».
(16+) США, Германия, 2012
г. В ролях: Том Хэнкс, Холли
Берри, Джим Бродбент
02.30 «ТАЛЛИ». (18+)
04.15 «ЧУЖОЙ БИЛЕТ». (12+)

ДОМ КИНО

05.25 «ШУМНЫЙ ДЕНЬ». (6+)
07.20 «СВАТЫ». (16+)
11.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИ-
ВЫ». (16+)
13.25 «ИНТЕРДЕВОЧКА».
(16+) СССР, 1989 г. В ролях:
Елена Яковлева, Томас Лау-
стиола, Анастасия Немоля-
ева, Ирина Розанова
16.15 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН».
(6+) СССР, 1977 г. В ролях:
Андрей Мягков, Алиса
Фрейндлих, Светлана Не-
моляева, Олег Басилашви-
ли, Лия Ахеджакова
19.15 «СВАТЫ». (16+)
23.00 Хит сезона. «ДЕТЕКТИ-
ВЫ». (16+)
01.40 «ПРИЕЗЖАЯ». (12+)
03.20 «ПОД КРЫШАМИ МОН-
МАРТА». (12+)

СУПЕР

06.00 «ОСТРОВ». (16+)
07.00 «Маша и Медведь».
Мультсериал. (0+)
07.55 Прогноз погоди.
(0+)
08.00 «РОДИТЕЛИ» (субти-
тры). (12+)
11.00 «ПАПАШИ». (16+)
12.00 «ИП ПИРОГОВА» (субти-
тры). (16+)
12.30 «ИП ПИРОГОВА». (16+)
14.00 «ГРАНД». (16+)
16.00 «ФИТНЕС». (16+)
18.00 «ДЕФОЧКИ». (16+)
19.25 Прогноз погоди.
(0+)
19.30 «ДЕФОЧКИ». (16+)
21.00 «ЛЮБОВНИЦЫ». (16+)
Комедия. Россия, 2018 г.
23.00 «МИСТЕР ШТАЙН ИДЁТ В
ОНЛАЙН». (16+) Комедия,
Франция, 2017 г.
01.00 «ОСТРОВ». (16+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 15.10, 02.00 Золотая
лихорадка. (16+)
06.05, 11.30 PRO-клип. (16+)
06.10, 11.35, 17.05 10 самых
горячих клипов дня. (16+)
07.00, 08.50, 12.25, 15.05,
20.50 PRO-новости. (16+)
07.05 Каждое утро. (16+)
09.00 Золотая дюжина. (16+)
10.00, 13.35, 18.00 10 са-
мых. (16+)
10.30 Check-IN на МУЗ-ТВ.
(16+) Интерактивная про-
грамма по заявкам.
12.30 Место под Солнцем.
(16+)
14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
18.30 Место под Солнцем.
Финал. (16+)
19.45 Русский чарт. (16+)
20.55 Премия Нового Радио -
«Высшая Лига-2018». (16+)
23.00 DFM - Dance chart.
(16+)
00.00 Неспиннер. (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

03.10 «ОДНАЖДЫ ПРЕСТУПИВ
ЗАКОН». (6+)
04.55 «БЕСПРЕДЕЛ В СРЕДНЕЙ
ШКОЛЕ». (12+)
06.25 «РЫБКА ПО ИМЕНИ
ВАНДА». (16+)
08.30 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (16+)
10.35 «ГАМБИТ». (16+)
12.15 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИ-
АНТ». (16+)
14.05 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ».
(16+)
16.00 «СЧАСТЬЯ! ЗДОРОВЬЯ!»
(16+)
17.35 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК».
(16+)
19.30 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫ-
ЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА».
(6+)
21.45 «СНОВА В ШКОЛУ». (16+)
23.40 «ШПИОН ПО СОСЕД-
СТВУ». (12+)

SONY CHANNEL

06.00, 04.30, 05.15 Четыре
свадьбы. (16+)
06.45, 15.50 Правила моей
пекарни. (16+)
07.35, 14.45, 18.45 Правила
моей кухни. (16+)
08.40, 16.40 Холостяк. (16+)
10.05 «КОГДА ГАРРИ ВСТРЕ-
ТИЛ САЛЛИ». (16+)
11.40, 12.25 «ОТЧАЯННЫЕ ДО-
МОХОЗЯЙКИ». (16+)
13.10 «ЛУЧШИЕ В ЛОС-
АНДЖЕЛЕСЕ». (16+)
14.00, 18.00 Проект Подиум.
Все звезды. (16+)
20.00 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ».
(16+)
20.45 «ЕШЬ, МОЛИСЯ, ЛЮБИ».
(16+) США, 2010 г.
23.00 «МАЧЕХА». (16+)
01.05 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)
02.40 «ЗА БОРТОМ». (16+)

ФЕНИКС+КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00,
00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК
ЛЮБОВЬ». (16+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00,
02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН
ДЕНЬ». (12+)
12.00, 20.00, 04.00 «ПРО-
СТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬ-
СЯ». (18+) Сериал. Мело-
драма, Россия, 2016 г. В
ролях: Алексей Морозов,
Аделина Голубенко-Гиза-
тулина, Фархад Махму-
дов, Асан Аманов, Юрий
Скулябин
13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕ-
СТЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «НАВИГА-
ТОР». (16+) Сериал. Триллер
с элементами мистики
15.00, 23.00, 07.00 «Я ТЕБЯ
НИКОМУ НЕ ОТДАМ». (16+)

СТС LOVE

06.00 «САБРИНА - МАЛЕНЬ-
КАЯ ВЕДЬМА». (12+)
08.00 «МОЯ ПРЕКРАСНАЯ ня-
ня». (0+)
15.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИ-
ВОЙ». (12+)
18.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ».
(16+)
23.00 Сердца за любовь.
(16+) Шоу знакомств.
01.00 Даёшь молодёжь!
(16+)
03.15 «РАНЕТКИ». (16+) Се-
риал. Драмеди, Россия,
2008-2010 гг. В ролях: Ната-
лья Мильниченко, Евгения
Огурцова, Елена Третьяко-
ва, Анна Руднева, Валерия
Козлова
04.50 Ералаш. (0+)
05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬ-
КАЯ ВЕДЬМА». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00, 00.50 День
Патриарха. (0+)
05.15 Новый Завет вслух.
(0+)
05.30 Жить в любви. (12+)
05.40 Лица Церкви. (6+)
05.55 Пилигрим. (6+)
06.25 Я хочу ребенка. (12+)
07.00, 17.30, 21.30, 02.00
«Новый день».
Новости на СПАСЕ. (0+)
07.45, 19.00, 01.05
Завет. (6+)
08.45, 04.35 Мультфильмы
на СПАСЕ. (0+)
09.20, 14.30 Монастырская
кухня. (0+)
09.50, 22.15 Реакция. (12+)
10.25 «НЕИЗВЕСТНЫЙ
СОЛДАТ». 3 серия. (0+)
11.55 Ржев. Цикл: Великая
война. (12+)
13.00, 20.00 Прямая линия.
Ответ священника (субти-
тры). (0+)
15.00 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
17.00, 17.55 «САДИСЬ
РЯДОМ, МИШКА!» (0+)
22.50 «Наши любимые
песни». Концерт. (12+)
23.50 Res Publica (субтитры).
(12+)
02.45 Псалтирь. Кафизма 12.
(0+)
03.00 Отец Иоанн (Крестьян-
кин). Обретение ближних.
Цикл: Русские праведники.
(12+)
03.30 Прямая линия жизни.
(0+)
04.45 «Тайны сказок»
с Анной Ковальчук. (0+)

Православный календарь

10 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица
ваий). Глас 1. Прп. Илариона Нового,
игумена Пеликитского.



Прп. Стефана чу-
дотворца, исп.,
игумена Триглий-
ского. Мч. Ионы
и Вараксия и
других с ними. Мч.
Бояна, кн. Болга-
рского. Прмч. Ев-
стратия Печерско-
го. Прп. Илариона
Псковоезерского,
Гдовского. Св. Николая исп., пресвитера.
Сщмч. Василия пресвитера. Мч. Иоанна.

Постный день.
« Все мои беды происходят в невидимой
моей мысли и в невидимом
сердце моем, потому невидимый же нужен
мне и Спаситель, ведущий сердца наша».
Иоанн Кронштадтский

ПЕРВЫЙ



23.50 «ДОЧЬ И ЕЕ МАТЬ». (18+)

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
 09.00 Умницы и умники (12+)
 09.45 Слово пастыря. (0+)
 10.00 Новости (с субтитрами)
 10.15 «Леонид Гайдай. «Бриллиантовый вынаш!» (12+)
 11.15 Видели видео? (6+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Видели видео? (6+)
 13.55 Михаил Танич. Не забывай. (16+)
 16.00 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
 17.35 «Три аккорда». Большой концерт. (16+)
 19.30 Сегодня вечером (16+)
 21.00 Время
 21.20 Сегодня вечером. (16+)
 22.40 Большая игра. (16+)
 23.50 «ДОЧЬ И ЕЕ МАТЬ». (18+)
 01.25 Мужское / Женское. (16+)
 02.55 Про любовь. (16+)

РОССИЯ 1



11.10 Смеяться разрешается

05.00 Утро России. Суббота
 08.00 Вести. Местное время
 08.20 Местное время. Суббота
 08.35 По секрету всему свету
 09.30 Пятеро на одного
 10.20 Сто к одному
 11.10 Смеяться разрешается
 13.40 «КОВАРНЫЕ ИГРЫ». (12+)
 18.00 Привет, Андрей! (12+)
 20.00 Вести в субботу
 20.40 «ЛЮБОВЬ С РИСКОМ ДЛЯ ЖИЗНИ». (12+)
 Что может быть ужаснее для матери, чем исчезновение ребенка? Чувство вины, бессилие и паника толкают на отчаянные поступки. Ольга сталкивается с самым большим кошмаром для каждого родителя - её дочь-студентка Ксения пропала!
 00.40 «ТЫ ЗАПЛАТИШЬ ЗА ВСЁ». (12+)

НТВ



12.00 Квартирный вопрос. (0+)

05.10 ЧП. Расследование. (16+)
 05.35 «КАЛИНА КРАСНАЯ». (12+)
 07.25 Смотр. (0+)
 08.00 Сегодня
 08.20 Готовим. (0+)
 08.45 Доктор Свет. (16+)
 09.25 Едим дома. (0+)
 10.00 Сегодня
 10.20 Главная дорога. (16+)
 10.55 Живая еда. (12+)
 12.00 Квартирный вопрос. (0+)
 13.00 НашПотребНадзор. (16+)
 14.00 Поедем, поедим! (0+)
 15.00 Своя игра. (0+)
 16.00 Сегодня
 16.20 Следствие вели. (16+)
 17.50 Ты не поверишь! (16+)
 19.00 «Центральное телевидение»
 20.50 Секрет на миллион. (16+)
 22.45 «Международная пилорама». (16+)
 23.35 «Своя правда». (16+)
 01.25 Дачный ответ. (0+)
 02.15 Их нравы. (0+)

СТС



21.00 «МСТИТЕЛИ». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)
 06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
 06.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
 07.10 «Драконы. Гонки по краю». (6+)
 07.35 «Три ката». (0+)
 08.00 «Том и Джерри». (0+)
 08.20 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 09.00 «ПРОСТО КУХНЯ». (12+)
 10.00 «КОРНИ». (16+)
 Россия, 2020 г. Комедийный сериал. В ролях: Марк Богатырёв, Наталья Скоморохова.
 21.00 «МСТИТЕЛИ». (12+)
 23.45 «KINGSMAN. ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО». (18+)
 02.30 «ТРИ ИКСА-2. НОВЫЙ УРОВЕНЬ». (16+)
 04.00 «Рэтчет и Кланк. Галлактические рейнджеры». (6+)
 05.20 «Незнайка учится». (0+)
 05.40 «Новый Аладдин». (6+)
 05.50 Ералаш. (0+)

ТНТ ГУБЕРНИЯ



12.00 «БОРОДАЧ». (16+)

07.00 ТНТ Music. (16+)
 07.30 ТНТ. Gold. (16+)
 09.00 «САШАТАНЯ». (16+)
 11.00 «Народный ремонт». (16+)
 12.00 «БОРОДАЧ». (16+)
 18.20 «БЕРЕМЕННЫЙ». (12+)
 Россия, 2011 г. Комедия. В ролях: Дмитрий Дюжев, Михаил Галустьян, Анна Седокова. Кучерявый скептик Сергей всегда мечтал о любимом чаде. Мечтал так страстно, что даже загадал желание на падающую звезду...
 20.00 «НАША RUSSIA: ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)
 «Женский Стендап». Дайджест. (16+)
 23.00 Дом-2. Город любви. (16+)
 00.05 Дом-2. После заката. (16+)
 01.05 ТНТ Music. (16+)
 01.35 «Stand Up». (16+)
 04.05 «Открытый микрофон». (16+)
 06.35 ТНТ. Best. (16+)

РЕН



17.20 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (16+)

05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)
 08.00 «Принцесса и дракон». (6+)
 09.15 «Минтранс». (16+)
 10.15 «Самая полезная программа». (16+)
 11.15 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)
 15.20 Засекреченные списки. (16+)
 17.20 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (16+)
 США, 1988 г. Боевик. В ролях: Брюс Уиллис, Алан Рикман. Команда террористов захватила небоскреб, в котором располагалась штаб-квартира могущественной международной корпорации.
 20.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК-2». (16+)
 22.20 «ХИЩНИК». (16+)
 00.30 «ХИЩНИК-2». (16+)
 02.20 «РАЗБОРКА В МАЛЕНЬКОМ ТОКИО». (16+)
 03.40 «Тайны Чапман». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

ПЯТНИЦА
 05.00 «Орел и решка. Кругосветка». (16+)
 06.35 03.15 «Орел и решка. Незданное». (16+)
 08.30 «Доктор Бессмертный». (16+)
 09.00 «Регина+1». (16+)
 10.00 «Орел и решка. Семья»
 11.00 «Голубая планета-2»
 13.10 «Животные в движении». (16+)
 14.20 «Мир наизнанку. Китай». (16+)
 16.40 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН». (12+)
 19.00 «ХИЩНИКИ». (16+)
 21.00 01.15 «ДИКИЙ». (18+)
 23.00 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (16+)

ЧЕ!
 06.00 04.40 «ЕВЛАМПИЯ РОМАНОВА. СЛЕДСТВИЕ ВЕДЕТ ДИЛЕТАНТ-3». (12+)
 07.45 19.00 19.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)
 08.30 «Гарфилд». (0+)
 10.00 «Гарфилд-2». (0+)
 11.45 «ХОРОШИЙ ГОД». (16+)
 14.10 «АФЕРИСТЫ. ДИК И ДЖЕЙН РАЗВЛЕКАЮТСЯ». (12+)
 16.00 «Летучий надзор»
 21.00 «Очевидец с Иваном Усачевым». (16+)
 22.00 «Улетное видео». (16+)
 23.00 «←100500». (18+)
 00.00 «ПОБЕДИТЕЛИ И ГРЕШНИКИ». (12+)

ОТР
 05.05 12.00 «Большая страна»
 06.00 19.20 «Вспомнить всё»
 06.30 «Фигура речи». (12+)
 07.00 «Служу Отчизне!» (12+)
 07.30 04.10 «За строчкой архивной...» (12+)
 08.00 23.40 «Серые кардиналы России». (12+)
 08.30 «Домашние животные»
 09.15 «Мультфильмы». (0+)
 09.35 «Летучий корабль»
 11.05 «Имею право!» (12+)
 11.30 «Гамбургский счёт»
 13.05 Дом «Э». (12+)
 13.30 15.05 «УМНОЖАЮЩИЙ ПЕЧАЛЬ». (12+)
 17.10 Концерт Варвары
 19.45 «Культурный обмен»
 20.30 «УКОЛ ЗОНТИКОМ»
 22.05 Концерт Д. Маликова

Ю
 05.00 «Папа попал». (12+)
 07.50 «Беременная в 16». (16+)
 15.55 «Модель XL». (16+)
 Каждая девушка хочет чувствовать себя красивой вне общепринятых стандартов и параметров. Более 40% русских женщин покупают одежду размера XL и больше, и зачастую они стесняются своих форм... Пришло время положить этому конец.
 20.05 «Беременная в 16». (16+)
 22.00 «МАЛЬЧИК В ДЕВЧОЧКЕ». (16+)
 23.55 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)
 04.00 «Папа попал». (12+)

МИР
 06.00 Миллион вопросов о природе. (6+)
 06.10 Союзники. (12+)
 06.40, 07.50 Мультфильмы. (6+)
 06.50 Такие разные. (16+)
 07.20 Секретные материалы. (16+)
 08.35 Наше кино. (12+)
 09.05 «Слабое звено». (12+)
 10.00, 16.00, 19.00 Новости
 10.10 Кулинарное шоу «Как в ресторане». (12+)
 10.50 Мировые леди. (12+)
 11.25 «ВЫИТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА». (12+)
 СССР, 1985 г.
 13.20, 16.15, 19.15 «КРАСНАЯ КОРОЛЕВА». (16+)
 03.20 Пасха. Надежда на спасение. (12+)
 03.55 Праздничное Пасхальное богослужение

ПОБЕДА
 06.00 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». (18+)
 09.40 «ЛЕТЯТ ЖУРАВЛИ». (12+)
 11.20 «ВТОРЖЕНИЕ». (12+)
 12.50 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)
 14.30 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+) Сериал. Драма
 18.00 «ПУТЬ В «САТУРН», «КОНЕЦ «САТУРНА», «БОЙ ПОСЛЕ ПОБЕДЫ». (16+)
 00.00 «ТАНКИ». (16+) Приключенческий фильм, Россия, 2018 г. В ролях: Андрей Мерзликин, Агния Тарасова, Александр Тютин
 01.30 «ЗАВТРА БЫЛА ВОЙНА». (12+)
 03.00 «БЕЛАЯ ПТИЦА С ЧЕРНОЙ ОТМЕТИНОЙ». (12+)
 04.30 «БЕССМЕРТНЫЙ ГАРНИЗОН». (12+)

ДЕТСКИЕ

КАНАЛ DISNEY
 05.00 «Мини-Мопеты». (0+)
 05.25 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
 05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+)
 06.15 «Русалочка» (субтитры). (6+)
 06.40 «Доктор Плюшева». (0+)
 07.10 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)
 07.35 «Хранитель Лев». (0+)
 08.10 «Пёс Пэт». (6+)
 08.25 «Первый спасательный отряд». (6+)
 08.55 «Герои в масках». (0+)
 09.25 «ПУПС». (0+)
 10.00 «Дружные мопсы». (0+)
 10.30 «Блуди». (0+)
 11.00 «София Прекрасная». (0+)
 11.25 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
 12.00 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
 13.05 «Финес и Ферб: Звёздные Войны». (6+)
 14.10 «Побег с планеты Земля». (6+)
 16.00 «Планета 51». (12+)
 17.45 «Тайна Красной планеты». (6+)
 19.30 «Валл-И». (0+)
 21.25 «ЗВЁЗДНЫЕ ВОЙНЫ. ЭПИЗОД V: ИМПЕРИЯ НАНОСИТ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (12+) США, 1980 г.
 00.00 «ЗВЁЗДНЫЕ ВОЙНЫ. ЭПИЗОД VI: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДЖЕДАЯ». (12+)
 02.20 «Звёздные войны: Повстанцы. Искра мятежа». (6+)
 03.05 «Звёздные войны: Повстанцы. Хроники». (6+)
 03.25 «Звёздные войны». (6+)
 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАРУСЕЛЬ
 05.00 «Маленькое королевство Бена и Холии». (0+)
 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
 07.35 «Турбозарядка». (0+)
 09.00 «Еда на урале» (0+)
 09.20 «Малышарики. Танцуют и поём!» (0+)
 09.25 «Радужный мир Руби». (0+)
 10.05 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
 10.45 «ТриО!» (0+)
 11.05 «Рев и заводная команда». (0+)
 11.40 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
 12.30 «Большие праздники». (0+)
 13.00 «Дракоша Тоша». (0+)
 14.05 «Ералаш». (6+)
 15.10 «Бобб добр». (0+)
 16.10 «Мир Винкс». (6+)
 16.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 17.40 «Суперкрылья. Подзарядка». (0+)
 18.10 «Оранжевая корова». (0+)
 19.00 «Два хвоста». (6+)
 О дружбе домашнего кота с лесным бобром и о загадочном вторжении инопланетян.
 20.15 «Пластинки». (0+)
 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 20.45 «44 котёнка». (0+)
 22.30 «Дикие скримеры!» (6+)
 22.50 «Инфинити Надо». (6+)
 23.15 «Эвлин и бурундуки». (6+)
 01.00 «Говорящий Том и друзья». (0+)
 02.05 «Проще простого!» (0+)
 02.25 «Викинг Вик». (6+)
 03.45 «Маленький зоомагазин. Тайный мир питомцев». (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

DISCOVERY CHANNEL
 06.00 Как это устроено: автомобили мечты. (12+)
 06.25 Как это сделано? (12+)
 06.50, 07.15 Как это устроено? (12+)
 07.40, 08.05 Как это сделано? (12+)
 08.30 Аляска: последний рубеж. (16+)
 09.22 Аляска: семья из леса. (16+)
 10.14, 18.20 Махинаторы: машина мечты. (12+)
 11.06, 11.58, 01.30, 02.15 Разрушители легенд: грязная дюжина. (12+)
 12.50, 14.40, 04.30 Стальные парни. (12+)
 13.45, 05.15 Охота за драгоценными камнями. (12+)
 15.35, 16.00, 16.30, 16.55 Битвы кладовискателей. (12+)
 17.25, 17.50 Охотники за складами. (16+)
 19.15 В погоне за классикой. (12+)
 20.10 Золотая лихорадка. (16+)
 21.05 Золотая лихорадка: бурные воды. (16+)
 22.00 Автобан А2. (12+)
 22.55 Смертельный улов. (16+)
 23.50 Бесценные авто. (12+)
 00.40 Охотники за старьем: классические авто. (12+)
 03.00 Самогонщики. (18+)
 03.45 Секреты подземелья. (12+)

VIASAT HISTORY
 06.00 Поворотный момент. (12+)
 06.30, 07.15, 08.05 Музейные тайны. (12+) Сериал, США, 2013 г.
 08.50, 09.55 Наполеон. (12+)
 11.00, 11.50, 12.45, 13.35, 14.30 Частная жизнь коронованных особ. (12+)
 Документальный драматический сериал, Великобритания, 2016 г.
 15.20, 16.15, 17.10 ДНК мертвых знаменитостей. (12+)
 Исторический документальный сериал, Великобритания, 2014 г.
 18.05 Удивительное семейство псовых. (12+) Документальный сериал, Великобритания, 2017 г.
 19.00 Микромонстры с Дзвидом Атенборо. (12+)
 Документальный сериал, Великобритания, 2013 г.
 19.55 Первые люди. (12+)
 Документальный сериал, США, 2015 г.
 21.00 Тайная война. (12+)
 Документальный сериал, Великобритания, 2011 г.
 21.55, 22.50 Разгадка тайны пирамид. (12+)
 Документальный сериал, Франция, 2019 г.
 23.45, 00.35 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)
 01.20, 02.15 Мифы и чудовища. (12+)
 03.00, 03.30 Невероятные изобретения. (12+)
 03.55, 04.40 Музейные тайны. (12+)
 05.25 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC NG
 06.00 Инстинкт выживания. (16+)
 06.25, 06.55 Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+)
 07.25 Внутри невероятной механики. (16+)
 08.15 Инженерные идеи. (16+)
 09.10 Суперсооружения: BelugaXL. (16+)
 10.00, 10.50 Авто-SOS. (16+)
 11.45, 12.35, 13.25, 14.15 Инстинкт выживания. (16+)
 15.05 Суперсооружения: Саграда Фамилия. (16+)
 16.00, 16.50 Секретные материалы древности. (16+)
 17.45 Наркоман Гитлер. (16+)
 18.35 Странная Вторая Мировая. (16+)
 19.25 Секретные материалы древности. (16+)
 20.15 Зона 51. (16+)
 21.05 Тайные истории НЛО. (16+)
 22.00 Гитлер и оккультные науки. (16+)
 22.45 Наркоман Гитлер. (16+)
 23.35 Странная Вторая Мировая. (16+)
 00.25 Гитлер и оккультные науки. (16+)
 01.10, 01.55, 02.40 Секретные материалы древности. (16+)
 03.30 Тайные истории НЛО. (16+)
 04.15 Зона 51. (16+)
 05.00 Известная Вселенная. (16+)
 05.40 Научные глупости. (16+)

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Сериалы (0+) рекомендуется детям любого возраста. (6+) не рекомендуется детям до 6 лет. (12+) не рекомендуется детям до 12 лет. (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет. (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет.

РОССИЯ К Культура	ТВЦ	ТВ-3	ДОМАШНИЙ	5	5-й КАНАЛ	ТВ ГУБЕРНИЯ	ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ
 18.35 «КВАРТЕТ ГВАРНЕРИ»	 09.35 «НЕ ХОДИТЕ, ДЕВКИ, ЗАМУЖ». (12+)	 17.00 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)	 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)	05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) 09.10 «Моя правда». (16+) 10.15 «СЛЕД». (16+) Россия, 2007-2019 гг. Остросужетный сериал. В ролях: Ольга Копосова, Владимир Ташлыков, Евгений Кулаков, Павел Шуваев, Руслан Сасин, Сергей Коваленко, Ста- нислав Эркилевский. 00.00 Известия. Главное Информационно-анали- тическая программа «Из- вестия. Главное» - один из рейтинговых проектов канала. 00.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-3». (16+)	05.00 «Утро вместе». (12+) 10.00 «Академия Стекла- шка». (6+) 11.00 «Здоровая среда». (12+) 12.00 «Да! Еда!». (12+) 12.15 «Квадратный метр. (12+) 12.30 «Мастера». (12+) 12.45 «Долгожители». (12+) 13.00 «Точка.ру». (12+) 13.30 «Записки из провин- ции». (12+) 14.00 «ОЛИГАРХ». (16+) 16.15 «Малая сцена». (12+) 17.30 «КРАСАВИЦА И ЧУ- ДОВИЩЕ». (16+) 19.30 «Губернские новости». (12+) 19.40 «ВЫЖИВУТ ТОЛЬКО ЛЮБОВНИ- КИ». (16+) 21.45 «Pet Shop Boys – Somewhere». (16+) 22.45 «Такие разные». (12+) 23.30 «Область спорта». (12+) 23.45 «Здоровая среда». (12+) 00.45 «Малая сцена». (12+) 02.00 «ХОРОШИЙ ДОК- ТОР». (16+) 03.45 «Мастера». (12+) 04.00 «Монограмма Воль- ховского». (12+)		
06.30 Библейский сюжет 07.05 Мультфильмы 07.55 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПЕ- ТРОВА И ВАСЕЧКИ- НА. ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРОЯТНЫЕ» 10.10 «Наш любимый клоун» 10.50 «СТРЕКОЗА» 12.25 «Земля людей» 12.55 00.50 «Живая природа островов Юго-Восточ- ной Азии» 13.50 «Архи-важно» 14.20 «ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА» 15.50 «Весёлые ребята». Мы будем петь и сме- яться, как дети!» 16.30 «Роман в камне» 17.00 «Репортажи из буду- щего» 17.45 «Моя свобода - одино- чество» 18.35 «КВАРТЕТ ГВАРНЕ- РИ» 21.00 Агора 22.00 «МОНА ЛИЗА» 23.40 Клуб 37 01.40 «Искатели» 02.25 Мультфильмы	06.00 «СЕРДЦЕ ЖЕНЩИ- НЫ». (12+) 07.40 Православная энци- клопедия. (6+) 08.10 «Семён Фарада. Непу- тёвый кумир». (12+) 09.00 «Выходные на колё- сах». (6+) 09.35 «НЕ ХОДИТЕ, ДЕВКИ, ЗАМУЖ». (12+) 10.55 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+) 11.30 События 11.45 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+) 13.05 «МАМЕНЬКИН СЫ- НОК». (12+) 14.30 События 14.45 «МАМЕНЬКИН СЫ- НОК». (12+) 17.15 «АДВОКАТЪ АРДА- ШЕВЪ». (12+) 21.00 «Постскриптум» 22.15 «Право знать!» (16+) 23.45 События 23.55 «Приговор». (16+) 00.50 «Дикие деньги». (16+) 01.30 «Советские мафии». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.30 Рисую сказки. (0+) 09.45 «Мультфильмы». (0+) 12.00 Последний герой. Зрители против звёзд. (16+) 13.15 «ПИРАНЬЯКОНДА». (16+) 15.15 «Я, ФРАНКЕН- ШТЕЙН». (12+) 17.00 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+) США, Германия, Канада, 2012 г. Ужасы. В ролях: Милла Йовович, Сиенна Гиллори, Йохан Урб. Смертельный Т-вирус, созданный в лабора- ториях корпорации «Амбрелла», продолжает захватывать Землю... 19.00 Последний герой. Зрители против звёзд. (16+) 20.15 «ХИЖИНА В ЛЕСУ». (16+) 22.00 «ПРОЧЬ». (16+) 00.15 «ПАЛАТА». (16+) 02.00 «ПЯТАЯ СТРАЖА. СХВАТКА». (16+)	06.30 «6 кадров». (16+) 06.50 «ДВАЖДЫ В ОДНУ РЕКУ». (16+) 08.45 «Пять ужинов». (16+) 09.00 «МИЛЛИОНЕР». (16+) 11.15 «ДРУГАЯ ЖИЗНЬ». (16+) Украина, 2019 г. Мелодра- ма. В ролях: Ольга Павло- вец, Михаил Химичёв. Жизнь Анны можно назвать успешной: счастливый, крепкий брак и прекрасный сын, любимая работа в юриди- ческой конторе. 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+) Валиде очулась от сво- его беспаматства, но она пока не может говорить... Сулейман назначил руководить гаремом Махидевран... 23.45 «МАША И МЕД- ВЕДЬ». (16+) 01.40 «ДРУГАЯ ЖИЗНЬ». (16+) 04.45 «Настоящая Ванга». (16+) 06.20 «6 кадров». (16+)	07.05 08.15 «ВОЛШЕБНАЯ ЛАМПА АЛАДИНА» 08.00 13.00 18.00 Новости 09.00 «Легенды музыки» 09.30 «Легенды кино». (6+) 10.15 «Загадки века». (12+) 11.05 «Улика из прошлого» 11.55 «Не факт!» (6+) 12.30 Круиз-контроль. (6+) 13.35 «СССР. Знак качества» 14.30 «Морской бой». (6+) 15.30 «Оружие Победы». (6+) 16.05 «Спутник». (6+) 17.05 18.25 «Ракетный щит» 18.10 «Здело!» 00.30 «КЕДР» ПРОНЗАЕТ НЕБО». (12+)	★ ЗВЕЗДА		

СПОРТ

МАТЧ!	МАТЧ! ТВ	EUROSPORT 1
06.00 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+) 08.00 13.05 17.05 22.00 Все на Матч! 09.00 «КРИД: НАСЛЕДИЕ РОК-КИ». (16+) 11.35 «Тот самый. Поветкин». (12+) 12.05 Профессиональный бокс. (16+) 13.35 Футбол. Чемпионат Европы-2016. Финал. Трансляция из Франции. (0+) 16.30 «Эмоции Евро». (12+) 17.00 Новости 17.35 Футбол. Лига чемпионов-2009-2010. (0+) 19.30 Все на футбол! 20.05 Футбол. «Реал» (Мадрид, Испания) - ЦСКА (Россия). Лига чемпионов-2018-2019. (0+) 22.30 «ВЫШИБАЛА». (16+) 00.10 Специальный репортаж. (12+) 00.40 Хоккей. Чемпионат мира среди молодёжных команд-2019. Матч за 3-е место. (0+) 03.05 Команда мечты (12+)	01.00 Теннис. Осака - Квитова. Australian Open-2019. Женщины. Финал. (6+) 02.30, 04.00, 05.30 Теннис. «Ролан Гаррос»-2019. Женщины. (6+) 06.30 Теннис. Бенчич - Андрееску. US Open-2019. Женщины. 1/2 финала. (6+) 08.00 Теннис. Уильямс Серена - Андрееску. US Open-2019. Женщины. Финал. (6+) 09.30 Автогонки. «24 часа Ле-Мана»-2019. (12+) 11.30 Ралли-Рейд. Дакар. 11-й этап. (12+) 12.00 Ралли-Рейд. Дакар. 12-й этап. (12+) 12.30 Снукер. The Players Championship. Финал. (6+) 15.00 Велоспорт. «Тур Фландрии»-2018. (12+) 18.00 Велоспорт. «Тур Фландрии»-2019. (12+) 21.00 Олимпийские игры. «Вопреки всему». (12+) 21.30, 22.30 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+) 23.30 Теннис. Джокович - Медведев. Australian Open-2019. Мужчины. 4-й круг. (6+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00, 12.50 Тор 30 - Русский крутяк недели. (16+) 06.55, 09.55 PRO-новости. (16+) Ежедневная подборка самых громких событий мира шоу-бизнеса. 07.00 #НАМУЗТВ. (16+) 09.00 Сделано в 90-х. (16+) 10.00 Тор чарт Европы плюс. (16+) 11.00 10 самых. (16+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	СУПЕР
06.10 «УЛЫБКА МОНЫ ЛИ-ЗЫ». (12+) 08.40 «ЛЖЕЦ, ЛЖЕЦ». (12+) 10.20 «МАТИЛЬДА». (6+) 12.05 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». (16+) 15.10 «ЗНАКОМЬТЕСЬ, ДЖО БЛЭЖ». (16+) 18.30 «ЛЖЕЦ, ЛЖЕЦ». (12+) 20.10 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВ- НЕМ НЕБА». (16+) 2010 г. В ролях: Марио Кас- сас, Мария Вальверде, Аль- варо Сервантес 22.25 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВ- НЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ». (16+) 00.50 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+) 02.25 «УЛЫБКА МОНЫ ЛИ-ЗЫ». (12+) 04.20 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИ- РЫ». (16+)	06.20 «ЛЮБОВЬ ПРЕ-А- ПОРТЕ». (12+) 08.20 «УНИЖЕННЫЕ И ОСКОР- БЛЕННЫЕ». (6+) 10.25 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕН- ЩИНУ». (12+) 12.35 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+) 14.25 «ГОРОСКОП НА УДАЧУ». (12+) 16.10 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+) 17.30 «КИЛИМАНДЖАРА». (16+) 19.00 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+) 20.45 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНО- ВЕСИЕ». (12+) 22.35 «ГОСТИ». (16+) 00.05 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+) 02.00 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+) 03.45 «ЖЕНИХ». (12+)	06.00 «РАЗ НА РАЗ НЕ ПРИХО- ДИТСЯ». (12+) 07.20 «СВАТЫ». (16+) 11.20 «БУДЬТЕ МОИМ МУ- ЖЕМ». (6+) 12.55 «САМАЯ ОБЯТЕЛЬ- НАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+) 14.30 «СТРЯПУХА». (6+) 15.50 «ОДИНОКИМ ПРЕДО- СТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+) 17.25 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИ- ЛЯ». (12+) 19.15 «СВАТЫ». (16+) 22.55 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НОФЕ- ЛЕТ?». (12+) 00.30 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+) 02.15 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОС- СКАЯ». (6+)	06.00 «Машины сказки». Мультсериал. (0+) 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+) 08.25 Прогноз погоды. (0+) 08.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+) 10.00 «ТВОИ, МОИ И НАШИ». (12+) 12.00 «ДРУЗЬЯ». (16+) 14.00 «ДЖУНГЛИ». (6+) 14.55 Прогноз погоды. (0+) 15.00 «ДЖУНГЛИ». (6+) 15.30 «ГРАНД». (16+) 18.00 «КУХНЯ В ПАРИЖЕ». (12+) 20.00 «ЧЕГО ЖДАТЬ, КОГДА ЖДЕШЬ РЕБЁНКА». (16+) 22.00 «ШАЛУН». (12+) 00.00 «НЕ ГРОЗИ ЮЖНОМУ ЦЕНТРАЛУ, ПОПИВАЯ СОК У СЕБЯ В КВАРТАЛЕ». (16+) 02.00 «ОСТРОВ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ	SONY CHANNEL	ФЕНИКС+ КИНО	СТС LOVE
03.00 «СЕКС НА ДВЕ НОЧИ». (18+) 04.25 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+) 06.00 «НЕ ГРОЗИ ЮЖНОМУ ЦЕНТРАЛУ, ПОПИВАЯ СОК У СЕБЯ В КВАРТАЛЕ». (16+) 07.40 «РЫБКА ПО ИМЕНИ ВАНДА». (16+) 09.45 «САБРИНА». (12+) 12.20 «СЧАСТЬЕ! ЗДОРОВЬЕ!» (16+) 13.55 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+) 15.55 «ИЗ ЖИЗНИ ТАЙНЫХ АГЕНТОВ». (12+) 17.35 «КАК УКРАСТЬ БРИЛЛИ- АНТ». (16+) 19.30 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (12+) 21.50 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК». (16+) 23.40 «СТАЖЕР». (16+)	06.00, 13.15 Невероятные прически. (16+) 06.45 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (16+) 09.00, 09.45, 10.30 Проект Подium. Все звезды. (16+) 11.15, 12.15 Правила моей кухни. (16+) 14.05, 14.50, 15.35 «ДУБЛЬ ДВА». (16+) 16.20 «НОВЫЙ АМСТЕРДАМ». (16+) 17.05, 18.05, 19.05 «АББАТ- СТВО ДАУНТОН». (16+) 20.00 «ТУРИСТ». (16+) 21.40 «КОГДА ГАРРИ ВСТРЕ- ТИЛ САЛЛИ». (16+) 23.15, 00.00, 00.45, 01.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+) 02.15, 02.35, 03.00, 03.20, 03.40, 04.05, 04.30, 04.50 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)	08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+) Сериал. Семейная сага, Россия, 2006 г. В ролях: Лариса Лужина, Сергей Николенко, Ирина Сенотова, Артем Панчик, Владимир Панчик 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) 12.00, 20.00, 04.00 «ПРО- СТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬ- СЯ». (18+) 13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕ- СТЕ». (16+) Сериал. Мелодрама, Россия, 2017 г. В ролях: Наталья Швец 14.00, 22.00, 06.00 «НАВИГА- ТОР». (16+) 15.00, 23.00, 07.00 «Я ТЕБЯ НИКОМУ НЕ ОДАМ». (16+)	06.00 «Три кота». Мультсери- ал. (0+) 10.25 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ В ПОИСКАХ МАРСУПИЛАМИ». (12+) 12.40 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+) 23.05 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+) Романтическая ко- медия, Россия, Казахстан, 2010 г. В ролях: Алексей Ча- дов, Асель Сагатова, Ерик Жолжаксынов, Ирина Роза- нова, Ольга Орлова 00.55 «СЛОНЫ - МОИ ДРУ- ЗЬЯ». (0+) Индия, 1971 г. 03.45 Оденсья к свадьбе. (16+) 04.50 Ералаш. (0+) 05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬ- КАЯ ВЕДЬМА». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00, 01.00 День Патриарха. (0+) 05.15 Новый Завет вслух. (0+) 05.30 «Новый день». Новости на СПАСЕ. (0+) 06.15, 06.45 Монастырская кухня. (0+) 07.15 Отец Иоанн (Крестьян- кин). Обретение ближних. Цикл: Русские праведники. (12+) 07.50 Мультфильмы. (0+) 08.15 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+) 08.30 Пилигрим. (6+) 09.00 Завет. (6+) 10.00 Прямая линия. Ответ священника. Специальный выпуск (субтитры). (0+) 11.00 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)

Православный календарь

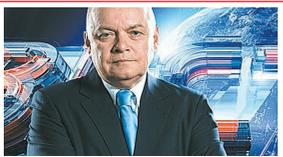
11 апреля
Седмица 6-я Великого поста (седмица вай). Лазарева суббота. Глас 1.
Воскрешение праведного Лазаря.



Мчч. Марка, еп. Арефусийского, Кирилла дикаона и иных многих. Прп. Иоанна пустынноника. Свт. Евстафия исп., еп. Вифинийского. Прп. Марка, Ионы, Псково-Печерских. Св. Михаила исп., пресвитера.

Постный день.
Разрешается рыбная икра.

« Во время напастей не ищи помощи человеческой, не трать драгоценного времени, не истощай сил души твоей на исцание этой бессильной помощи. Ожидай помощи от Бога: по Его мановению, в свое время, придут люди и помогут тебе. Игнатий Брянчанинов

<p>1 ПЕРВЫЙ</p>  <p>23.10 «ГАГАРИН: ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (6+)</p> <p>05.20 06.10 «АНГЕЛ-ХРАНИТЕЛЬ». (16+)</p> <p>06.00 Новости</p> <p>07.10 Играй, гармонь любимая! (12+)</p> <p>07.50 Часовой. (12+)</p> <p>08.15 Здоровье. (16+)</p> <p>09.20 «Непутевые заметки». (12+)</p> <p>10.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>10.15 Жизнь других. (12+)</p> <p>11.15 Видели видео? (6+)</p> <p>12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>12.20 Видели видео? (6+)</p> <p>14.00 «Битва за космос». (12+)</p> <p>18.10 Концерт Максима Галкина (12+)</p> <p>19.25 «Лучше всех!» (0+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>22.00 «Что? Где? Когда?» (16+)</p> <p>23.10 «ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ». (6+)</p> <p>01.15 Мужское / Женское. (16+)</p> <p>02.45 Про любовь. (16+)</p>	<p>РОССИЯ 1</p>  <p>20.00 Вести недели</p> <p>04.10 «РАСПЛАТА ЗА СЧАСТЬЕ». (12+)</p> <p>08.00 Местное время. Воскресенье</p> <p>08.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым</p> <p>09.30 Устами младенца</p> <p>10.20 Сто к одному</p> <p>11.10 «Тест». Всероссийский потребительский проект. (12+)</p> <p>12.10 Шоу Елены Степаненко. (12+)</p> <p>Все привыкли видеть Елену Степаненко только в образах её сценических персонажей, но только ограниченный круг её близких и коллег знает, какова она «без маски».</p> <p>13.20 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (12+)</p> <p>17.30 «Танцы со Звёздами». Новый сезон. (12+)</p> <p>20.00 Вести недели</p> <p>22.00 Москва. Кремль. Путин</p> <p>22.40 Воскресный вечер. (12+)</p> <p>01.30 «ЛИДИЯ». (12+)</p>	<p>НТВ</p>  <p>14.10 Однажды... (16+)</p> <p>05.35 «Наш космос». (16+)</p> <p>06.20 Центральное телевидение. (16+)</p> <p>08.00 Сегодня</p> <p>08.20 У нас выигрывают! (12+)</p> <p>10.00 Сегодня</p> <p>10.20 Первая передача. (16+)</p> <p>10.55 Чудо техники. (12+)</p> <p>11.55 Дачный ответ. (0+)</p> <p>13.00 НашПотребНадзор. (16+)</p> <p>14.10 Однажды... (16+)</p> <p>15.00 Своя игра. (0+)</p> <p>16.00 Сегодня</p> <p>16.20 Следствие вели... (16+)</p> <p>18.00 Новые русские сенсации. (16+)</p> <p>19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой</p> <p>20.10 Маска. (12+)</p> <p>22.50 Звезды сошлись. (16+)</p> <p>00.25 Основано на реальных событиях. (16+)</p> <p>03.05 «КОДЕКС ЧЕСТИ». (16+)</p>	<p>СТС</p>  <p>15.55 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ. ВОЗРОЖДЕНИЕ». (12+)</p> <p>06.00 05.45 Ералаш. (0+)</p> <p>06.25 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)</p> <p>06.45 «Приключения Кота в сапогах». (6+)</p> <p>07.10 «Драконы. Гонки по краю». (6+)</p> <p>07.35 «Царевны». (0+)</p> <p>08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)</p> <p>08.40 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)</p> <p>09.00 «Рогов в городе». (16+)</p> <p>10.00 «Семейка Крудс». (6+)</p> <p>12.00 «Детки-предки». (12+)</p> <p>13.00 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ». (12+)</p> <p>15.55 «ДЕНЬ НЕЗАВИСИМОСТИ. ВОЗРОЖДЕНИЕ». (12+)</p> <p>18.20 «МСТИТЕЛИ». (12+)</p> <p>21.05 «МСТИТЕЛИ. ЭРА АЛЬТРОНА». (12+)</p> <p>00.00 «Дело было вечером»</p> <p>00.55 «ДАЛЬШЕ ПО КОРИДОРУ». (16+)</p> <p>02.35 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА-2». (12+)</p> <p>04.00 «Шоу выходного дня»</p>	<p>ТНТ ГУБЕРНИЯ</p>  <p>15.00 «30 СВИДАНИЙ». (16+)</p> <p>07.00 ТНТ. Gold. (16+)</p> <p>08.00 «Народный ремонт». (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>11.00 Перезагрузка. (16+)</p> <p>12.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>13.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>13.20 «НАША RUSSIA: ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>15.00 «30 СВИДАНИЙ». (16+)</p> <p>17.00 «ОДНОКЛАССНИКИ. RU: НАСЛІСКОЙ УДАЧУ». (12+)</p> <p>Россия, 2012 г. Комедия.</p> <p>19.00 «Солдатки». (16+)</p> <p>20.30 «Холостяк». (16+)</p> <p>22.00 «Stand Up». (16+)</p> <p>23.00 Дом-2. Город любви. (16+)</p> <p>00.05 Дом-2. После заката. (16+)</p> <p>01.05 «Такое кино!» (16+)</p> <p>01.35 ТНТ Music. (16+)</p> <p>01.55 «Stand Up». (16+)</p> <p>04.30 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.35 ТНТ. Best. (16+)</p>	<p>РЕН</p>  <p>18.30 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК 4.0». (16+)</p> <p>05.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>07.00 «ХИЩНИК». (16+)</p> <p>09.00 «ХИЩНИК-2». (16+)</p> <p>11.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (16+)</p> <p>13.40 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК-2». (16+)</p> <p>16.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК-3: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)</p> <p>18.30 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК 4.0». (16+)</p> <p>США - Великобритания, 2007 г. Боевик. В ролях: Брюс Уиллис, Джастин Лонг, Тимоти Олифант. Полицейский Джон МакКлейн ушёл в отставку...</p> <p>21.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК: ХОРОШИЙ ДЕНЬ, ЧТОБЫ УМЕРЕТЬ». (16+)</p> <p>23.00 Добров в эфире. (16+)</p> <p>00.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>03.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)</p>
---	---	---	---	--	--

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

<p>ПЯТНИЦА</p> <p>05.00 «Орел и решка. Кру-госветка». (16+)</p> <p>06.40 «Орел и решка. Неизданное». (16+)</p> <p>09.00 «Доктор Бессмертный». (16+)</p> <p>09.30 «Регина+1». (16+)</p> <p>10.30 «Обложка». (16+)</p> <p>10.55 17.00 «На ножах». (16+)</p> <p>15.00 «Ревизорро». (16+)</p> <p>23.10 «Agentshow Land». (18+)</p> <p>00.00 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (16+)</p> <p>02.10 «Бедняков+1». (16+)</p> <p>02.50 «Орел и решка. Рай и Ад». (16+)</p> <p>Ю</p> <p>05.00 «Папа попал». (12+)</p> <p>07.45 «Дорогая, я забил». (12+)</p> <p>10.50 «Модель ХЛ». (16+)</p> <p>15.00 «Папа попал». (12+)</p> <p>В семье, где мужчина не разделяет с женой трудности быта, эти ежедневные заботы остаются незамеченными, как будто это не стоит ни малейших усилий. Но что, если мама неожиданно решит оставить мужа и детей, чтобы некоторое время отдохнуть? Тогда «Папа попал»!</p> <p>23.15 «МАЛЬЧИК В ДЕВЧОЧКЕ». (16+)</p> <p>01.05 «МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)</p> <p>03.35 «Папа попал». (12+)</p>	<p>ЧЕ!</p> <p>06.00 04.20 «ЕВЛАМПИЯ РОМАНОВА. СЛЕДСТВИЕ ВЕДЁТ ДИЛЕТАНТ-3». (12+)</p> <p>08.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>Россия, 2009 г.</p> <p>Комедийный сериал. В ролях: Георгий Дронов, Екатерина Волкова, Станислав Дужников.</p> <p>19.00 21.00 «Очевидец с Иваном Усачевым». (16+)</p> <p>20.00 «Улетное видео. Лучшее». (16+)</p> <p>22.00 01.00 «Улетное видео». (16+)</p> <p>23.00 «+100500». (18+)</p> <p>00.00 «Гарфилд». (0+)</p> <p>МИР</p> <p>06.00 Миллион вопросов о природе. (6+)</p> <p>06.10 Беларусь сегодня. (12+)</p> <p>06.45, 07.35 Мультфильмы. (6+)</p> <p>07.05 Играй, дутар. (12+)</p> <p>07.40 Культивизм. (12+)</p> <p>08.15 Еще дешевле. (12+)</p> <p>08.45 Всемирные игры разума. (12+)</p> <p>09.25 Фазендалайф. (12+)</p> <p>10.00 Новости</p> <p>10.10, 16.15, 19.30 «ЧАСТИЦА ВСЕЛЕННОЙ». (16+)</p> <p>Сериал. Драма, Россия, 2017 г.</p> <p>16.00 Погода в Мире</p> <p>18.30, 00.00 Итоговая программа «Вместе»</p> <p>19.50, 01.00 «КРАСНАЯ КОРОЛЕВА». (16+)</p> <p>Сериал. Биография, мелодрама, Россия, Украина, 2015 г.</p>	<p>ОТР</p> <p>05.05 12.00 «Большая страна»</p> <p>06.00 «Вспомнить всё». (12+)</p> <p>06.30 «Большая наука». (12+)</p> <p>07.15 04.10 «За дело!» (12+)</p> <p>08.00 «Тайны дипломатии»</p> <p>08.30 18.00 «Гамбургский счёт». (12+)</p> <p>09.00 18.30 «Активная среда»</p> <p>09.25 21.45 «Создать космонавта». (6+)</p> <p>10.10 11.05 «ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИЙ КАПИТАН». (0+)</p> <p>11.30 «Домашние животные»</p> <p>13.05 15.05 «УМНОЖАЮЩИЙ ПЕЧАЛЬ». (12+)</p> <p>17.00 «Имею право!» (12+)</p> <p>17.30 «Серые кардиналы»</p> <p>19.00 «Отражение недели»</p> <p>19.45 «Моя история». (12+)</p> <p>20.25 «ПЛАНЕТА БУРЬ». (0+)</p> <p>ПОБЕДА</p> <p>06.10 «ЧЕРНЫЕ БУШЛАТЫ». (16+)</p> <p>09.30 «ВЕРНОСТЬ». (12+)</p> <p>11.00 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (12+)</p> <p>12.20 «ТАНКИ». (16+)</p> <p>14.00 «БИТВА ЗА МОСКВУ». (12+)</p> <p>Драма. Фильм, созданный на основе документальных материалов, хроникальной точностью воспроизводит некоторые крупные сражения Великой Войны...</p> <p>20.10 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+)</p> <p>Боевик, Россия, 2006 г. В ролях: Кирилл Плетнёв, Михаил Присмотров-Белов, Ян Цапник, Иван Мохомов</p> <p>00.00 «РИОРИТА». (16+)</p> <p>01.40 «СУДЬБА». (12+)</p> <p>04.20 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕ-РЬ!» (16+)</p>
--	--	---

ДЕТСКИЕ

<p>КАНАЛ DISNEY</p> <p>05.00 «Мини-Маппеты». (0+)</p> <p>05.25 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)</p> <p>05.50 «Аладдин» (субтитры). (0+)</p> <p>06.15 «Русалочка» (субтитры). (6+)</p> <p>06.40 «Доктор Плюшева: Спасаем зверя». (0+)</p> <p>07.10 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)</p> <p>07.35 «Хранитель Лев». (0+)</p> <p>08.10 «Пёс Пэт». (6+)</p> <p>08.25 «Первый спасательный отряд». (6+)</p> <p>08.55 «Изысканная Нэнси Клэнси». (0+)</p> <p>09.25 «ПУПС». (0+)</p> <p>10.00 «Дружные мопсы». (0+)</p> <p>10.30 «Блуди». (0+)</p> <p>11.00 «Я - Ракета». (0+)</p> <p>12.00 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (0+)</p> <p>12.30 «Валл-И». (0+)</p> <p>Год за годом робот Валл-И прилежно трудится на Земле. Он очищает планету от мусора, который оставили после себя улетающие в космос люди. Валл-И даже не представляет, что совсем скоро произойдут невероятные события, благодаря которым он поднимется к звездам, встретит друзей и настоящую любовь.</p> <p>14.30 «ЗВЕЗДНЫЕ ВОЙНЫ. ЭПИЗОД IV: НОВАЯ НАДЕЖДА». (12+)</p> <p>17.05 «ЗВЕЗДНЫЕ ВОЙНЫ. ЭПИЗОД V: ИМПЕРИЯ НАНОСИТ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (12+)</p> <p>19.40 «ЗВЕЗДНЫЕ ВОЙНЫ. ЭПИЗОД VI: ВОЗВРАЩЕНИЕ ДЖЕДАЯ». (12+)</p> <p>22.20 «МАКС СТИЛ». (16+)</p> <p>00.15 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ МАРСИАНИН». (12+)</p> <p>01.50 «Гравити Фолз». (12+)</p> <p>04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)</p>	<p>КАРУСЕЛЬ</p> <p>05.00 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)</p> <p>06.55 «Чик-зарядка». (0+)</p> <p>07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)</p> <p>07.30 «Чик-зарядка». (0+)</p> <p>07.35 «Маша и Медведь». (0+)</p> <p>09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)</p> <p>09.20 «Малышарики. Танцую и поём!» (0+)</p> <p>09.25 «Четверо в кубе». (0+)</p> <p>10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Цветы из трубочек». (0+)</p> <p>11.05 «Сказочный патруль». (0+)</p> <p>12.30 «Букабу». (0+)</p> <p>12.45 «Йоко». (0+)</p> <p>14.05 «Ералаш». (6+)</p> <p>15.10 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)</p> <p>16.10 «Мир Винкс». (6+)</p> <p>16.35 «Гризли и лемминги». (6+)</p> <p>17.05 «Смешарики. Пин-код». (6+)</p> <p>18.30 «Пластилинки». (0+)</p> <p>18.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)</p> <p>20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)</p> <p>20.45 «Лунтик и его друзья». (0+)</p> <p>22.05 «Радужно-бабочково-единорожная кошка». (6+)</p> <p>22.30 «Дикие скричеры!» (6+)</p> <p>22.50 «Инфинити Надо». (6+)</p> <p>23.15 «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)</p> <p>23.50 «Элвин и бурундуки». (6+)</p> <p>01.00 «Говорящий Том и друзья». (0+)</p> <p>02.05 «Большие праздники». (0+)</p> <p>02.30 «ДС суперфрендс». (6+)</p> <p>03.25 «Маленький зоомагазин. Тайный мир питомцев». (0+)</p>
---	---

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

<p>DISCOVERY CHANNEL</p> <p>06.00, 06.50 Махинаторы. (12+)</p> <p>07.40 Автобан А2. (12+)</p> <p>08.30 Смертельный улов. (16+)</p> <p>09.22, 21.05 Неизвестная экспедиция. (16+)</p> <p>10.14, 20.10 Дальнейший поиск во Вьетнаме. (12+)</p> <p>11.06, 19.15 CoViD19. Битва за жизнь. (12+)</p> <p>Жители города Ухань, закрытого на карантин, ведут отчаянную и самоотверженную борьбу с коронавирусной инфекцией. Чему другие страны могут научиться у Китая?</p> <p>11.58, 03.00, 03.45 Секретные базы нацистов. (16+)</p> <p>12.50, 05.15 Хранители болот Эверглейдс. (16+)</p> <p>13.45, 14.15 Спасатели имущества. (12+)</p> <p>14.40, 15.05 Как это устроено? (12+)</p> <p>15.35, 16.00 Как это сделано? (12+)</p> <p>16.30, 17.25 Секреты подземелья. (12+)</p> <p>18.20 БОЛЬШОЕ и Ричард Хаммонд. (12+)</p> <p>22.00, 22.25, 04.30, 04.55 Пограничная служба: Испания. (16+)</p> <p>22.55 Самогонщики. (18+)</p> <p>23.50, 00.15, 00.40, 01.05, 01.30, 01.55, 02.15 Охотники за реликвиями. (16+)</p> <p>02.40 Охотник за игрушками. (12+)</p>	<p>VIASAT HISTORY</p> <p>06.10, 06.55, 07.40 Музейные тайны. (12+)</p> <p>08.30, 08.55 Вулканическая одиссея. (12+)</p> <p>Природа, документальный сериал, Канада, 2012 г.</p> <p>09.25 Вулканическая одиссея. (12+)</p> <p>Документальный сериал, Канада, 2016 г.</p> <p>10.15, 11.05 Музейные тайны. (12+)</p> <p>Сериал, США, 2013 г.</p> <p>11.55, 12.40, 13.30, 14.15, 15.05, 15.55, 16.40, 17.30 Музейные тайны. (12+)</p> <p>Сериал, США, 2014 г.</p> <p>18.20, 19.10 Мифические существа. (12+)</p> <p>Документальный сериал, Великобритания, 2017 г.</p> <p>21.00 Первые люди. (12+)</p> <p>Документальный сериал, США, 2015 г.</p> <p>22.00, 22.55 Частная жизнь. (12+)</p> <p>Документальный сериал, Великобритания, 2018 г.</p> <p>23.45, 00.35 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)</p> <p>Документальный сериал, Великобритания, 2017 г.</p> <p>01.25, 02.20 Первые цивилизации. (12+)</p> <p>Документальный сериал</p> <p>03.20, 03.50 Невероятные изобретения. (12+)</p> <p>Документальный сериал, Великобритания, 2015 г.</p> <p>04.15, 05.00 Музейные тайны. (12+)</p>	<p>NATIONAL GEOGRAPHIC NG</p> <p>06.00, 06.25 Панорама 360 градусов: Разрушение объектов всемирного наследия. (16+)</p> <p>06.50, 07.15, 07.40, 08.10, 08.35 Научные глупости: лучшее за 2018 г. (16+)</p> <p>09.00, 09.50 Авто-SOS. (16+)</p> <p>10.45, 11.40, 12.35, 13.25 Известная Вселенная. (16+)</p> <p>14.20 Миссия полета к Солнцу. (16+)</p> <p>15.10 Путешественник: Полет к Европе. (16+)</p> <p>16.05, 17.00 Тайны космоса. (16+)</p> <p>18.00 Марс: Один день на красной планете. (16+)</p> <p>19.40 Год в открытом космосе. (16+)</p> <p>20.30 Атлансбург. (16+)</p> <p>21.30 Реальность или фантастика? (16+)</p> <p>Пришельцы приземлялись на Земле тысячи лет назад, чтобы вмешаться в эволюцию и культуру? «Реальность или фантастика» рассматривает доказательства и отделяет науку от научной фантастики.</p> <p>22.00 Космос: возможные миры. (16+)</p> <p>22.50, 23.40 Космос: Пространство и время. (16+)</p> <p>00.25 Космос. (16+)</p> <p>01.15, 01.40 Научные глупости. (16+)</p> <p>02.00, 02.45 Сушить океан. (16+)</p> <p>03.35 Поймать контрабандиста. (16+)</p> <p>04.30 Служба безопасности аэропорта. (16+)</p> <p>05.15 Космос: возможные миры. (16+)</p>
--	--	---

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

РОССИЯ К **РОССИЯ К**
Культура



18.25 «ЖИВЫЕ И МЕРТВЫЕ»

- 06.30 **Лето господне**
- 07.05 «КНИКУЛЫ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА. ОБЫКНОВЕННЫЕ И НЕВЕРоятные»
- 09.25 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфиоровым
- 09.50 Мы - грамотей!
- 10.30 «ВАНЯ»
- 12.05 Диалоги о животных
- 12.50 «Другие Романовы»
- 13.20 «Коллекция»
- 13.50 «ЛИМОНАДНЫЙ ДЖО»
- 15.30 «Величайшее воздушное сражение в истории»
- 16.10 «Гагарин»
- 17.05 Пешком...
- 17.35 Романтика романа
- 18.25 «ЖИВЫЕ И МЕРТВЫЕ» СССР, 1963 г. В ролях: Кирилл Лавров, Анатолий Папанов.
- 21.40 Белая студия
- 22.25 Спектакль «Легион Мценского уезда»
- 01.20 «СТРЕКОЗА»

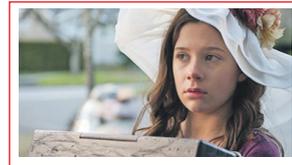
ТВЦ



08.45 «ИГРУШКА». (12+)

- 06.00 «ЗАПАСНОЙ ИГРОК». (0+)
- 07.20 «Фактор жизни». (12+)
- 07.45 «Полезная покупка». (16+)
- 08.10 Петровка, 38. (16+)
- 08.20 «10 самых...». (16+)
- 08.45 «ИГРУШКА». (12+)
- 10.45 «Спасите, я не умею готовить!». (12+)
- 11.30 00.10 События
- 11.45 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». (0+)
- 13.40 «Смех с доставкой на дом». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.05 Хроники московского быта. (12+)
- 15.55 «Мужчины Анны Самохинной». (16+)
- 16.50 «Прощание». (16+)
- 17.40 «СЕРДЦЕ НЕ ОБМАНЕТ, СЕРДЦЕ НЕ ПРЕДАСТ». (12+)
- 21.25 00.25 «АРЕНА ДЛЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 01.20 «МАМЕНЬКИН СЫНОК». (12+)
- 04.20 «Мост шпионов». (12+)

ТВ-3



19.00 «ШКАТУЛКА ПРОКЛЯТИЯ». (16+)

- 06.00 «Мультфильмы». (0+)
- 08.30 Рисуем сказки. (0+)
- 08.45 «Мультфильмы». (0+)
- 09.00 Новый день. (12+)
- 09.30 «Мультфильмы». (0+)
- 10.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- 13.15 «БОЙСЯ СВОИХ ЖЕЛАНИЙ». (16+)
- 15.00 «ПОЛТЕРГЕЙСТ». (16+)
- 17.00 «МАМА». (16+)
- 19.00 «ШКАТУЛКА ПРОКЛЯТИЯ». (16+)
- США, Канада, 2012 г. Ужасы. В ролях: Джеффри Дин Морган, Наташа Калис, Кира Седжвик. Родители Эмили и Ханны три месяца в разводе. Каждый из них начинает новую жизнь...
- 21.00 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
- 23.00 Последний герой. Зрители против звезд. (16+)
- 00.15 «ПРОЧЬ». (16+)
- 02.15 «ПАЛАТА». (16+)
- 03.30 «ПЯТАЯ СТРАЖА. СХВАТКА». (16+)

ДОМАШНИЙ



06.30 «б кадров». (16+)

- 06.30 «б кадров». (16+)
- 06.40 «ОПАСНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ». (16+)
- 10.20 «ЖЕНА НАПРОКАТ». (16+)
- 14.25 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
- Хоррем отправляет своего человека шпионить за домом Нигер. Махидевран безудержно тратит деньги гарема. Султан Сулейман назначает нового казначея.
- 23.45 «Про здоровье». (16+)
- 00.00 «МИЛЛИОНЕР». (16+)
- Россия - Украина, 2012 г. Мелодрама. В ролях: Андрей Кузичев, Юлия Галкина, Карина Андоленко, Людмила Курепова. Талантливый архитектор Кирилл Макаров живёт на зарплату жены Лены, ради которой он порвал отношения с Викторией...
- 02.05 «ДВАЖДЫ В ОДНУ РЕКУ». (16+)
- 03.35 «ДРУГАЯ ЖИЗНЬ». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 05.25 «Моя правда». (16+)
- 08.00 Светская хроника. (16+)
- 09.00 «О них говорят». (16+)
- Еженедельная информационная программа о кумирах миллионов. О тех, кто стал человеком-легендой.
- 10.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-6». (16+)
- 23.35 «АМЕРИКЭН БОЙ». (16+)
- 01.35 «СТРАСТЬ-2». (16+)
- 03.25 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-6». (16+)
- ЗВЕЗДА**
- 06.00 «ПВО: стражи неба»
- 09.00 «Новости недели»
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка»
- 10.45 «Скрытые угрозы»
- 11.30 «Секретные материалы». (12+)
- 12.20 «Код доступа»
- 13.20 «Открытый космос»
- 18.00 Главное
- 19.20 «Легенды советского сыска». (16+)
- 22.45 «Сделано в СССР». (6+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 «Юрий Гагарин». (12+)
- 00.45 «КЕДР» ПРОНЗАЕТ НЕБО». (12+)

ГУБЕРНИЯ ВОРОНЕЖ

- 05.00 «Утро вместе». (12+)
- 09.15 «Вербное воскресенье». (12+)
- 10.00 «Академия Стеклашкина». (6+)
- 11.00 «Такие разные». (12+)
- 11.45 «Мастера». (12+)
- 12.00 «Малая сцена». (12+)
- 13.30 «Современники. Наше время». (12+)
- 13.45 «Наш Маркет». (12+)
- 14.00 «Губернские новости». (12+)
- 14.10 «ВЫЖИВУТ ТОЛЬКО ЛЮБОВНИКИ». (16+)
- 16.15 «Да! Еда!». (12+)
- 16.30 «Арт-проспект». (12+)
- 16.45 «Здоровая среда». (12+)
- 17.45 «В ДОМЕ». (16+)
- 19.30 «Губернские новости». (12+)
- 19.45 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
- 21.30 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (16+)
- 23.30 «Звездное интервью». (12+)
- 00.00 «Монограмма Вольховского». (12+)
- 01.00 «Записки из провинции». (12+)
- 01.30 «Квадратный метр. (12+)
- 01.45 «Наш Маркет». (12+)
- 02.00 «ВЫЖИВУТ ТОЛЬКО ЛЮБОВНИКИ». (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! МАТЧ! ТВ**
- 06.00 Баскетбол. «Бавария» (Германия) - «Химки» (Россия). Евролига. Мужчины. (0+)
- 08.05 13.00 16.20 22.00 Все на Матч!
- 09.00 «КРИД-2». (16+)
- 11.30 «Тот самый. Проводников». (12+)
- 12.00 Профессиональный бокс. (16+)
- 13.30 Футбол. Турция - Германия. Чемпионат Европы-2008. (0+)
- 15.45 «Чудеса Евро». (12+)
- 16.15 Новости
- 17.00 Футбол. Кубок кубков-1998-1999. (0+)
- 19.00 «После футбола»
- 20.00 Футбол. Лига чемпионов-2003-2004. 1/8 финала. (0+)
- 22.30 «ЛЕГЕНДАРНЫЙ». (16+)
- 00.30 Волейбол. Кубок России. Мужчины. «Финал 4-х». Финал. (0+)
- 02.30 «Спортивный детектив». (16+)
- 03.30 Смешанные единоборства. (16+)
- 01.00 Теннис. Джоквич - Надаль. Australian Open-2019. Мужчины. Финал. (6+)
- 02.30, 04.00, 05.30 Теннис. «Ролан Гаррос»-2019. Мужчины. (6+)
- 07.00 Теннис. Медведев - Вавринка. US Open-2019. Мужчины. 1/4 финала. (6+)
- 08.00 Теннис. Медведев - Надаль. US Open-2019. Мужчины. Финал. (6+)
- 09.30 Мотогонки. «24 часа Ле-Мана»-2019. (12+)
- 10.30 Автогонки. «24 часа Ле-Мана»-2018. Обзор. (12+)
- 11.30 Автогонки. «24 часа Ле-Мана»-2019. Обзор. (12+)
- 12.30 Снукер. Чемпионат мира-2019. Шеффилд. Финал. (6+)
- 15.00 Велоспорт. Париж - Рубе-2018. (12+)
- 18.00 Велоспорт. Париж - Рубе-2019. (12+)
- 21.00 Олимпийские игры. «Вопреки всему». (12+)
- 21.30, 22.30 Олимпийские игры. «Зал славы». (12+)
- 23.30 Теннис. Надаль - Тим. Australian Open. Мужчины. 1/4 финала. (6+)

КИНО И СЕРИАЛЫ

- TV1000**
- 06.10 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (12+)
- 08.20 «ЧТО СКРЫВАЕТ ЛОЖЬ». (16+)
- 09.55 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА». (16+)
- 12.10 «ТРИ МЕТРА НАД УРОВНЕМ НЕБА: Я ТЕБЯ ХОЧУ». (16+)
- 14.25 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+)
- 16.20 «ЧУЖОЙ БИЛЕТ». (12+)
- 18.20 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ». (12+)
- 20.10 «ВАСАБИ». (16+)
- Франция, Япония, 2001 г.
- 21.55 «ЛЮБОВЬ И ДРУГИЕ ЛЕКАРСТВА». (16+)
- США, 2010 г.
- 00.00 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (18+)
- 02.30 «КОММЕРСБИ». (16+)
- 04.20 «ПИТЕР ПЭН». (12+)
- КИНОКОМЕДИЯ**
- 01.30 «ДИКИЕ ИСТОРИИ». (18+)
- 03.55 «ЗАЩИТНЕМ». (16+)
- 05.45 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПЕРЕСАДОК». (16+)
- 07.40 «ОДНАЖДЫ ПРЕСТУПИВ ЗАКОН». (6+)
- 09.35 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (16+)
- 11.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
- 13.30 «БОЛЬШОЙ СОЛДАТ». (16+)
- 15.25 «СНОВА В ШКОЛУ». (16+)
- 17.15 «ОТ СЕМЬИ НЕ УБЕЖИШЬ». (16+)
- 19.30 «КАК Я СТАЛ РУССКИМ». (16+)
- Комедия, Россия
- 21.20 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (6+)
- 23.40 «ГАМБИТ». (16+)
- TV1000 РУССКОЕ КИНО**
- 07.05 «ГОСТИ». (16+)
- 08.45 «ТЕНИ ЗАБЫТЫХ ПРЕДКОВ». (16+)
- 10.40 «ТЕМНЫЙ МИР». (16+)
- 12.30 «ТЕМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
- 14.15 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)
- 15.35 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
- 17.15 «ЖЕНИХ». (12+)
- 19.00 «ВРЕМЯ ПЕРВЫХ». (6+)
- Россия, 2017 г. В ролях: Евгений Миронов, Константин Хабенский, Владимир Ильин, Анатолий Котенёв
- 21.30 «ШПИОН». (16+)
- 23.30 «СТАТУС: СВОБОДЕН». (16+)
- 01.15 «ВСЁ И СРАЗУ». (16+)
- 02.55 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
- 04.20 «ТАНКИ». (12+)
- 05.50 «ШПИОН». (16+)
- ДОМ КИНО**
- 04.45 «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА». (16+)
- 06.20 «СВАТЫ». (16+)
- 11.25 Ко Дню космонавтики. «КИН-ДЗА-ДЗА!» (12+)
- 13.55 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+)
- 15.25 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (6+)
- 17.15 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
- СССР, 1984 г. В ролях: Александр Михайлов, Нина Дорошина, Людмила Гурченко, Сергей Юрский, Наталья Тенякова
- 19.15 «СВАТЫ». (16+)
- 23.05 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (6+)
- 01.00 Ко Дню космонавтики. «КОРОЛЕВ». (16+)
- 03.05 «СОЛЯРИС». (12+)
- ФЕНИКС КИНО**
- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЛЮБОВЬ КАК ЛЮБОВЬ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
- Сериял. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова, Кирилл Сафонов, Наталья Данилова, Валентина Панина
- 12.00, 20.00, 04.00 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (18+)
- 13.00, 21.00, 05.00 «НЕ ВМЕСТИТСЯ». (16+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «НАВИГАТОР». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «Я ТЕБЯ НИКОМУ НЕ ОТДАМ». (16+)
- Сериял. Мелодрама, Украина, Россия, 2010 г.
- СТC LOVE**
- 06.00 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
- 08.15 «ДЖУНГЛИ ЗОВУТ! В ПОИСКАХ МАРСУПИЛИИ». (12+)
- Приключенческая комедия, Франция, Бельгия, 2012 г.
- 10.30 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 12.20 «ПАПИНЫ Дочки». (16+)
- 23.00 «СЛОНЫ - МОИ ДРУЗЬЯ». (0+)
- Индия, 1971 г. В ролях: Раджеш Кханна, Тануджа, Дэвид Абрахам, Суджит Кумар, К.Н. Сингх
- 02.25 Оденся к свадьбе. (16+)
- 05.00 Ералаш. (0+)
- 05.20 «САБРИНА - МАЛЕНЬКАЯ ВЕДЬМА». (12+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

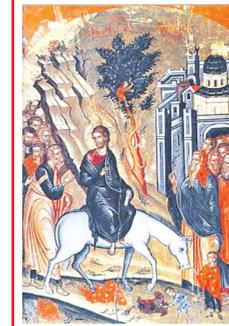
- СПАС**
- 05.00, 23.30 День Патриарха. (0+)
- 05.15 Новый Завет вслух. (0+)
- 05.30 И будет двое... (12+)
- 06.30 Я хочу ребенка. (12+)
- 07.00 Сталинград. Цикл: Великая война. (12+)
- 08.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.15 «Тайны сказок» с Анной Ковальчук. (0+)
- 08.30, 22.45 В поисках Бога. (12+)
- 09.00, 02.55 Пилигрим. (6+)
- 09.30 Вербное воскресенье. Цикл: Праздники. (12+)
- 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 13.00 Встреча (субтитры). (12+)
- 14.00 Альфа и Омега. Господские переходящие праздники. (12+)
- 14.35 Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (16+)
- 15.15 «ЛЕТНЯЯ ПОЕЗДКА К МОРЮ». (12+)
- 17.05 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
- 18.00, 23.45 «Главное» с Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (0+)
- 19.30 «САДИСЬ РЯДОМ, МИШКА!». (0+)
- 21.10 «Парсуна» с Владимиром Легиной. (12+)
- 22.10 Щипков. (12+)
- 23.15 Лица Церкви. (6+)
- 01.10 Res Publica (субтитры). (16+)
- 02.10 Вечность и Время. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00, 01.15 Караокинг. (16+)
- 07.00, 13.00 Золотая лихорадка. (16+)
- 09.00 Прогноз по году. (16+)
- 10.00 DFM - Dance chart. (16+)
- 11.00 Русский чарт. (16+)
- 12.00 Ждите ответа. (16+)
- 15.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
- 15.30 Место под Солнцем. Финал. (16+)
- 16.50 Top 30 - Крутяк недели. (16+)
- 19.00 «Новая Волна-2018». Торжественное открытие конкурса. (16+)
- Яркое шоу с участием самых топовых артистов.
- 22.10 «Новая Волна-2018». Торжественное закрытие конкурса. (16+)
- 00.15 10 сексу. (16+)
- 04.00 Неспиннер. (16+)

Православный календарь

- 12 апреля**
Неделя вай. Вербное воскресенье.
Глас 2. Вход Господень в Иерусалим.
- Постный день. Разрешается рыба.**
- «Божественные законы требуют, чтобы мы были образцами для других людей и неукоризненностью жизни указывали всем непреткновенный путь».
- Нил Синайский



Муж всегда был рядом, в какие бы авантюры ни затянул меня мой неугомонный характер.

И когда я бросила хорошо оплачиваемую работу ради призрачной мечты стать писателем, и когда носилась по городам и весям с выступлениями и презентациями, и когда решила поступить в авиационно-учебный центр...

Профессия – быть смешной

– Что хорошо, – смеялся Мишка, помешивая манку в кастрюльке на плите, – с тобой не расслабишься, шанса стать ленивым увальнем точно не выпадет.

Это Мишка не соврал. Четверо детей, которых я успела нарожать между своими проектами, держали нас с мужем в тонусе. Ну, больше Мишку, конечно, как взявшего на себя основные родительские заботы. При этом муж неплохо зарабатывал, давая мне возможность самореализовываться. Чем я нагло и бессовестно пользовалась, улетая в очередную командировку со стопкой книг со свеженарисованными юмористическими рассказами о жизни.

Я вообще старалась смотреть на жизнь с юмором. Этому меня Мишка научил. Еще в институте, куда я поступила с золотой школьной медалью и совершенно расшатанной перфекционизмом нервной системой. Родители всю жизнь учили меня быть «быстрее, выше, сильнее» всех. А я как любящая дочь старалась не огорчать любимых людей. Часто огорчалась сама из-за любой мелочи, но что это значит, когда цель благая – быть достойной родительской любви?

НЕПРИЯТНОСТИ – ступенька для прыжка вверх



В жизни должна быть любовь – одна великая любовь за всю жизнь, это оправдывает беспричинные приступы отчаяния, которым мы подвержены.
Альбер Камю

А потом в моей жизни появился Мишка. Парень, с лица которого не сходила задорная улыбка, который умел «обшутить» любую неприятность и превратить самую сложную жизненную ситуацию в ступеньку для прыжка вверх. Рядом с ним я расцвела, стала увереннее в себе, а главное, не боялась больше оступиться, ошибиться, выглядеть смешной. Собственно, быть смешной – стало моей профессией. Любимой, приносящей доход и радость. Почти так же, как моя любимая семья.

Большое доброе сердце

...А потом Мишки не стало. Для меня до сих пор страшно и непонятно, почему, от чего остановилось его большое, щедрое и доброе сердце. Навер-

ное, любви в нем было столько, что сердце просто не смогло вместить ее всю.

И вот я сижу одна в любовно обставленной и отремонтированной Мишкой квартире, где каждая мелочь напоминает о нем, и не понимаю, что мне делать дальше. Как будто даже тело забыло, как двигаться без Мишки, а душа вдруг скукожилась, высохла, свернулась в клубочек и забилась куда-то в дальний, темный угол.

– Мам, – Алёшка, Катюня, Юра и Семён тихонечко пробралась в нашу с мужем спальню и теперь испуганно поглядывали на меня, не решаясь, как бывало раньше, запрыгнуть с разбега на кровать.

Нет отца, все изменилось, стало непонятно, как вести себя. Пропало связующее, самое крепкое звено нашей семьи.

Я улыбнулась и, вытерев слезы, похлопала рядом с собой по кровати. Видно было, какое облегчение испытали мои малявочки. Слово маленькие горошинки подкатились ко мне, кто под бочок, кто под руку, старший Алёша сел сзади и положил голову мне на плечо. И душа моя в темном углу заворочалась, огляделась, стала расти. Я сгребла в охапку всю свою разнокалиберную братию и каждого по очереди поцеловала в макушку. Всхлипнула.

– Вы голодные?
– Мы что-нибудь сейчас сами приготовим, – тут же вступил Алёша.

– Ну уж нет, – стараясь казаться обиженной и веселой одновременно, ответила я, – хотите все самое интересное сами сделать?

И пощекотала Катю, от чего та весело завизжала и засучила маленькими ножками.

Небо падало десятки раз

Год прошел без Миши. Тяжелые, полные всевозможного и разного триста шестьдесят пять дней, в каждый из которых я училась жить по-новому. Варить манную кашу без комочков, что, оказывается, не так просто, как было, когда манку варил Миша. Плакать коммуналку через интернет и держать слово на собраниях жильцов. Лавировать между детским садом и школой, готовить разнообразные обеды и ужины, общаться с воспитателями и учителями, делать поделки и рисовать рисунки для детских конкурсов. Училась

спать на ходу всегда, когда можно было закрыть глаза, и писать в перерывах между уборкой и походом в магазин.

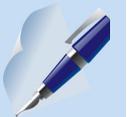
«Когда тебе кажется, что стало настолько трудно, что вот-вот рухнет небо, перестань его подпирает и позволь небосводу упасть. Выбравшись из-под обломков, ты увидишь, что небо стало еще ярче и все так же светит солнце».

За этот год мое небо падало десятки раз. Но Миша был прав: после каждой катастрофы я становилась все сильнее и все отчетливее замечала краски этого мира. Мои удивительные, самые лучшие, невероятные дети поддерживали меня, когда я спотыкалась, веселили, когда грустила, и были мудрыми там, где я готова была опустить руки. Все они, каждый по-своему, были похожи на Мишу. Так что его улыбка – Катюшка, привычка в задумчивости почесывать мочку уха – Семён, манера беззлобно подшучивать над домочадцами – Юрочка, быть опорой в трудную минуту – Алёша, были со мной всегда. Миша был со мной все это время, не давая сломаться и освещая путь своим смехом.

А теперь мой любимый живет еще и на страницах моих книг, каждую из которых я посвящаю ему и пишу о нем. Ведь это Миша научил меня быть смешной и легкой... сильной и бесстрашной.

ОЛЬГА

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



Судоку

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

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

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

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

1 ★★★★★

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

2 ★★★★★

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

3 ★★★★★

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

7 апреля Православная церковь встречает великий праздник – Благовещение Пресвятой Богородицы.

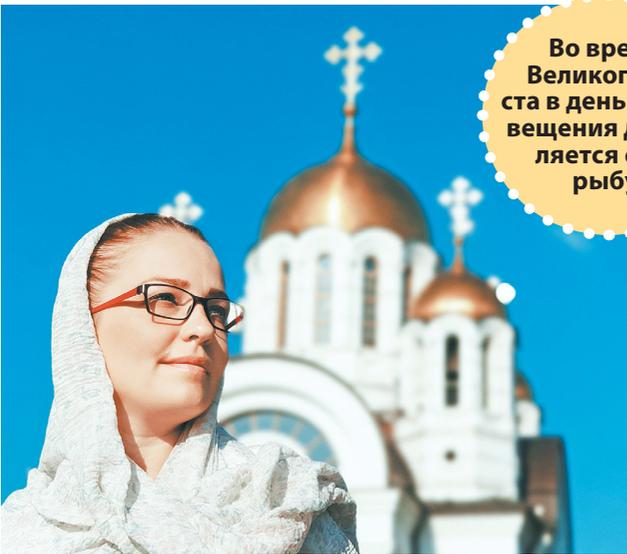
Благовещение означает «Евангелие», «благая весть». Неслучайно именно так называются первые четыре книги Нового Завета, важнейшие части Библии. В этот день благовест Дева Марии о рождении Сына Божьего – Иисуса Христа принес архангел Гавриил. Новый Завет стал возможен благодаря чистой вере Девы Марии в откровение о сверхъестественном рождении ее будущего Сына – Мессии, Спасителя всего человечества.

Великая тайна благочестия

О событиях Благовещения рассказано евангелистом Лукой. Он сообщает, что более двух тысяч лет назад в маленьком палестинском городке Назарете свершилось чудо – природа Бога соединилась с природой человека.

До 14 лет юная Мария воспитывалась в храме. По достижении совершеннолетия по закону она должна была оставить храм – либо вернуться к родителям, либо выйти замуж. Родителей уже не было на свете, а Дева объявила о своем обещании Богу – остаться навсегда Девой. Во исполнение традиции, которая воспрещала добродетельной женщине быть одинокой, священники обручили Ее с дальним родственником Иосифом. Иосиф, которому на этот момент было уже 80 лет, начал заботиться о Марии. В доме Иосифа, в Назарете, Пресвятая Дева вела ту же благочестивую жизнь,

Благовещение Богородицы



Во время Великого поста в день Благовещения дозволяется есть рыбу.

как и при храме. Спустя четыре месяца по обручении архангел Гавриил был послан Богом в Назарет, к Деве Марии. Ангел явился Марии и возвестил, что Она обрела величайшую благодать: «Радуйся, Благодатная, Господь с Тобою; благословенна Ты между женами». Отроковица, то есть молодая девушка, была в недоумении, что именно означают эти слова. Ангел Гавриил ободрил Марию: «Не бойся, Мария, ибо Ты

обрела благодать у Бога. И вот, Ты родишь Сына и наречешь имя Ему Иисус. Он будет велик, и назовется Сыном Всевышнего, и Царству Его не будет конца». Дева была в еще большем недоумении – как может родиться сын у той, которая не знает мужа. И тогда Архангел открыл истину: «Дух Святый найдет на Тебя, и сила Всевышнего

осенит Тебя; посеми и рождаемое Святое наречется Сыном Божиим».

Согласно Святому Писанию, именно через архангела Гавриила Господь смиренно просит согласия отроковицы. Дева услышала в этих словах Божию волю, проникнувшись в тайну волею Святого Духа, согласилась: «се, Раба Господня; да будет Мне по слову твоему». В этот момент, когда Вседержитель слышит человеческое согласие, Слово становится плотью. И начинается евангельская история.

Кстати, таинство зачатия Девы Марии относится к великой тайне благочестия. Без согласия и

веры Пресвятой Девы воплощения могло и не быть.

Как встретить праздник

«Сегодня – начало нашего спасения...» – так поется за богослужением праздника. По народной традиции Благовещение считается «самым большим у Бога праздником». Считается, что в этот день – праздник Благовещения, стоит отложить все дела и отдохнуть душой, очистить ее. В домашней молитве перед святым образом поблагодарить Богородицу. И попросить у нее в искренней молитве помощи и поддержки.

В праздничном богослужении говорится, что благодаря рождению Господа от Богородицы не-

бо соединяется с землей и мы становимся причастными Божию. В имся храме Божиим.

КСТАТИ

Традиции Благовещения

Как и на праздник Пасхи, в церкви день знаменуется торжественными службами, колокольным звоном. Существует обычай выпускать птиц из клеток. По традиции патриарх выпускает голубей. Соблюдалась эта традиция и во времена А.С. Пушкина, о чем рассказывается в его стихотворении «Птичка»:

В чужбине свято наблюдаю
Родной обычай старины:
На волю птичку выпускаю
При светлом празднике весны.

Я стал доступен утешенью;
За что на Бога мне роптать,
Когда хоть одному творенью
Я мог свободу даровать!

ДЕТАЛИ

Как именовали праздник в первые века?

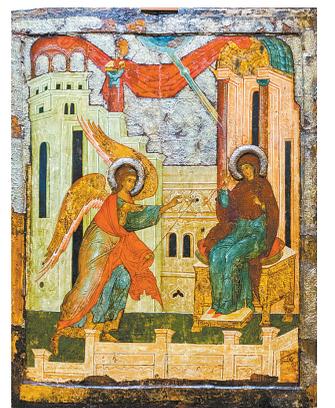
В древности этот праздник носил название «Благовещение о Христе», «Начало искупления», «Благовещение ангела Марии». Только в VII веке праздник стали называть «Благовещение Пресвятой Богородицы». Полное название праздника в Русской православной церкви: «Благовещение Пресвятыя Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии».

Благовещение – это день благой вести о том, что нашлась во всем мире людском Дева, так верующая Богу, так глубоко способная к послушанию и к доверию, что от Нее может родиться Сын Божий. Воплощение Сына Божия, с одной стороны, дело Божией любви – крестной, ласковой, спасающей – и Божией силы; но вместе с этим воплощение Сына Божия есть дело человеческой свободы».

Митрополит Сурожский Антоний

Редакция благодарит о. Дионисия Киндюхина за помощь в подготовке материала.

Подготовила Светлана ИВАНОВА



СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ

Образ Богородицы на царских вратах

? Почему в храмах всегда изображают Благовещение? Ольга Владимировна, г. Москва

Царские врата ведут в пространство алтаря, который означает Царство Небесное. Створы врат – граница между двумя пространствами, повторяют образ райских врат, поэтому на них помещают образ Благовещения. Ведь с благой вести архангела Гавриила начинается новозаветная история, история нашего спасения. С этого момента открываются закрытые для человечества врата рая. Богородицу в акафистах называют «райских дверей отвержение», «дверь спасения», «дверь Света». В намерши царских врат обычно размещают передатку благой вести Деве Марии архангелом Гавриилом, а ниже – образы четырех евангелистов, которые рассказали об этом всему миру.

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Ох, лапти мои, лапти липовые...

Во все времена наши предки охотно обувались в плетёную обувь. Лапти настолько прочно вошли в жизнь, что стали частенько упоминаться в поговорках.

- Лапти из верёвки носили в доме и называли их чунями, для работы по хозяйству надевали ступни – лапти наподобие галош, только плетёные. А как называли лапти для покоса?
 - Волосняники.
 - Рачки.
 - Коренники.
- Именно из липового лыка получались наиболее мягкие и прочные лапти. Нередко лапти называли по материалу изготовления. Если лыко брали с дуба, то как называли такие лапти?
 - Желудевки.
 - Дубовики.
 - Силунуши.
- Главный недостаток лаптей – недолговечность. В среднем такая обувь при активной эксплуатации служила неделю-другую, а в дороге могла истрепаться и за пару дней. Но был и большой плюс – легко можно было сплести новые. Как говорили о том, кто не мог плести лапти?
 - Лыка не вяжет.
 - Не лыком шит.

В) Горькое лыковое.

4. Мастера по плетению лаптей были практически в каждой деревне. Большого дохода это дело, конечно же, не приносило. Существовала и такая поговорка: «Лапти плести...»

- ...как нечего стало есть.
- ...как на дерево влезть.
- ...один раз в день есть.

ОТВЕТЫ

1-б, 2-а, 3-в, 4-в, 5-б, 6-в, 7-б, 8-а, 9-б, 10-а, 11-б, 12-а, 13-б, 14-а, 15-б, 16-а, 17-б, 18-а, 19-б, 20-а, 21-б, 22-а, 23-б, 24-а, 25-б, 26-а, 27-б, 28-а, 29-б, 30-а, 31-б, 32-а, 33-б, 34-а, 35-б, 36-а, 37-б, 38-а, 39-б, 40-а, 41-б, 42-а, 43-б, 44-а, 45-б, 46-а, 47-б, 48-а, 49-б, 50-а, 51-б, 52-а, 53-б, 54-а, 55-б, 56-а, 57-б, 58-а, 59-б, 60-а, 61-б, 62-а, 63-б, 64-а, 65-б, 66-а, 67-б, 68-а, 69-б, 70-а, 71-б, 72-а, 73-б, 74-а, 75-б, 76-а, 77-б, 78-а, 79-б, 80-а, 81-б, 82-а, 83-б, 84-а, 85-б, 86-а, 87-б, 88-а, 89-б, 90-а, 91-б, 92-а, 93-б, 94-а, 95-б, 96-а, 97-б, 98-а, 99-б, 100-а.

Мыть пластиковые окна приятнее и проще, чем их старых деревянных предшественников.

Но существуют некоторые нюансы, без учета которых при мытье пластиковых окон не обойтись. Не зная, как и чем мыть пластиковые окна, легко испортить уплотнитель и повредить пластик. И так, как и чем почистить пластиковые окна?

ЧЕМ МЫТЬ?

Пластиковые рамы и подоконник

● Для начала стоит вспомнить, чего нельзя делать, ухаживая за пластиком. Во-первых, нельзя применять едкие составы: бензин, нитросоставы, растворители или кислоты, так как после их использования поверхность может пожелтеть и утратить гладкость. Во-вторых, нельзя использовать абразивные вещества и порошки: они образуют незаметные царапины, в которых потом скапливается грязь. В-третьих, пластик нужно мыть прохладной водой, от горячей воды он мутнеет и желтеет.

● Не повреждают поверхность и прекрасно отмывают загрязнения мыльные растворы, средства для мытья посуды и

специальные составы для чистки пластика.

● В случае сильных загрязнений можно использовать спирт, нашатырь, перекись водорода. Обработав поверхность при помощи любого из перечисленных средств, не забудьте потом протереть пластик влажной тряпочкой.

Стекла

● При мытье стекол работает то же ограничение, что и при работе с пластиком – запрет на использование агрессивных составов, которые могут повредить уплотнитель и пластик.

● Стекла лучше и удобнее чистить специальными составами на спиртовой основе. Но если их нет под рукой, или вы принципиально пользуетесь только народными средствами, то вам помо-

Чем и как мыть пластиковые окна?



Чем реже проводить уборку в комнатах, тем наглядней становятся её результаты.

жет раствор с добавлением уксуса (на 4 части воды 1 часть уксуса).

● Для ликвидации стойких загрязнений лучше использовать нанесенные на ватный диск спирт, водку, масло чайного дерева или крахмальный раствор. Обрабатываем пятно, ждем, затем смываем.

Фурнитура

● Фурнитуру, как и пластик, очищаем водой с использованием мягких моющих средств. После просушки металлические элементы смазываем машинным маслом или техническим вазелином.

Резиновый уплотнитель

● Эластичный уплотнитель, проложенный по краям рамы, делает окна герметичными. Использование едких составов,



описанных выше, негативно влияет на свойства уплотнителя. Поэтому мыть уплотнитель нужно прохладной водой с использованием мягких моющих средств.

● После того, как все окно вымыто, смажьте уплотнитель для продления срока его службы мягкой тканью, смоченной силиконовым маслом.

Как мыть?

✔ Технология мытья пластиковых окон классическая: сначала смываем грязь, потом очищаем поверхность. Последовательность: сначала рамы, потом стекла, в конце – подоконник.

✔ Очищая стекла, выполняем движения сверху вниз и слева направо. Избегаем круговых движений, так как эта техника не позволяет полностью удалить остатки мыльного состава.

✔ Чистим окна днем при хорошем естественном освещении, чтобы заметить наличие разводов. При этом не стоит мыть окна под прямыми лучами солнца, так как моющее средство высыхает слишком быстро и разводов точно не избежать.

Светлана СИДОРЧУК

ПОХУДЕЙКА

Чем заняться, сидя дома? Рука так и тянется к съестному: если что-нибудь жевать, можно на время перестать переживать.

Только вот стройность после таких «успокоений» окажется под вопросом. Как же противостоять домашним искушениям?

Свежий воздух

Если у вас нет возможности/желания выйти проветриться на улицу, открывайте окна и впускайте свежий воздух в квартиру. Он бодрит, наполняет энергией – а если энергия есть, уже не очень хочется добывать ее из пищи. Кроме того, улучшается настроение, и нервная система вместе с сердечно-сосудистой скажут вам спасибо.

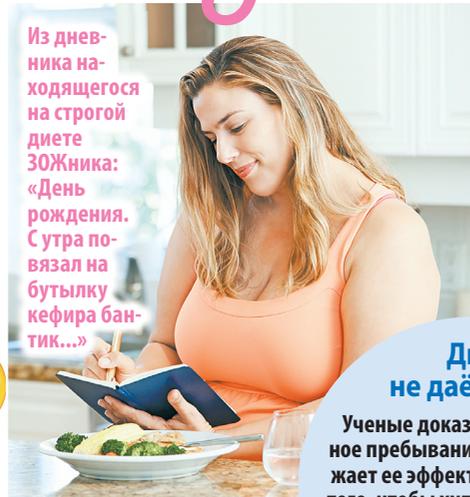
Дневник питания

Куда же без него? Подышали свежим воздухом, взбодрились, мозг взял эмоции под контроль – берем тетрадку и конспектируем все, что съели в течение дня. Даже пол-ложечки меда записываем.

Потому как если есть фоном (скажем, под фильм, при работе, болтая с подружкой или переписываясь в мессенджерах), наш мозг точно не отследит количество съеденного. Зато об этом нам скоро «сообщат» талия и бедра. Так что дневник питания необходим как некая отрезвляющая и возвращающая в реальность деталь.

Стройность по-домашнему

Из дневника находящегося на строгой диете 30Жника: «День рождения. С утра повязал на бутылку кефира бантик...»



Диета не даёт худеть

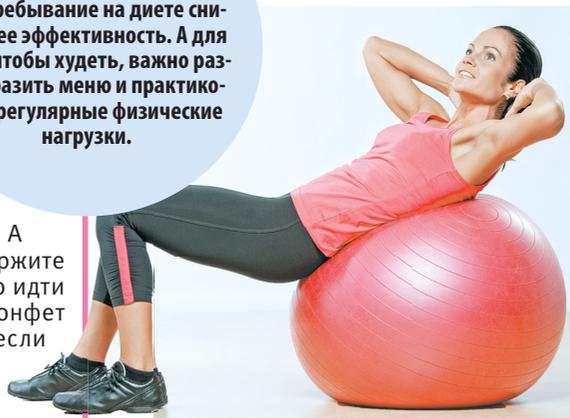
Ученые доказали: длительное пребывание на диете снижает ее эффективность. А для того, чтобы худеть, важно разнообразить меню и практиковать регулярные физические нагрузки.

Упражнения

Если вы вынуждены находиться дома, это не повод отказаться от спорта! Выполняйте упражнения, подходящие вам по состоянию здоровья и поднимающие настроение. Это может быть пилатес или йога, кручение обруча или наклоны и т.д. Есть упражнения на расслабление тела, другие, наоборот, заряжают энергией. В зависимости от этого выполняйте их перед сном или, наоборот, когда вам нужно срочно «подзарядиться».

Правильные продукты

Старайтесь закупаться только полезными продуктами. А те, к которым у вас слабость, держите дома по минимуму. Специально идти покупать полкило любимых конфет вам вряд ли захочется. Зато если они будут у вас под рукой, есть риск их съесть за один присест.



Мнение специалиста

Срываем маски с продуктов

Мы попросили диетолога Светлану Титову рассказать нашим читателям, какие пять продуктов только выглядят полезными, но на самом деле вредят нам. И какие пять продуктов выглядят неполезными, но при этом, напротив, помогают худеть.

Мнимая польза

- **Обезжиренные продукты** – приводят к дисбалансу БЖУ.
- **Фитнес-батончики** – приводят к набору веса.
- **Синтетические заменители сахара** – вызывают повышенный аппетит.
- **Мюсли** – в составе покупных есть простые углеводы, мюсли нужно делать самостоятельно.
- **Каши быстрого приготовления** – в составе усилители вкуса, красители, ароматизаторы.

Настоящая польза

- Главное правило с полезными продуктами – не переедать!
- **Натуральное мороженое** – настоящий антидепрессант.
 - **Сало** – незаменимые жирные кислоты, дает энергию в холодное время года.
 - **Хлеб** – долгие углеводы, содержащие клетчатку и витамины группы В.
 - **Шоколад** (только горький) – отличный энергетик.
 - **Бананы** – содержат калий и клетчатку, прекрасно насыщают, не перегружая организм.

Татьяна МИХАЛЁВА

Сегодня мы расскажем о комнатных растениях, которые достаточно неприхотливы и простят вам ваши недочёты и ошибки.



ЦВЕТЫ ДЛЯ ДОМА

со сарматским характером

А при внимательном уходе еще и порадуют вас своим активным ростом и даже цветением.

Фаленопсис

Это самая некапризная орхидея. Лучше всего себя чувствует при хорошем рассеянном свете. Идеальная температура 15-25 градусов, хотя неплохо перенесет температуры за этим диапазоном. Полив регулярный, особенно во время цветения. Забывчивость в это время скажется на длительности цветения, и цветы просто засохнут. Любит повышенную влажность, хотя и без дополнительного опрыскивания из пульверизатора прекрасно проживет. Фаленопсис станет прекрасным цветком для того, кто соскучился по экзотике и не хочет дополнительных хлопот.



Филодендрон

Вьющееся растение, которому необходима опора. У него много разновидностей: одни имеют небольшие компактные (8-15 см) листья, другие – чуть ли не метровые (80 см) листовые пластины. Филодендроны с зелеными листьями менее требовательны к свету. Вполне могут расти в полутени. Пестролистным сортам нужно много рассеянного света, они хорошо растут практически при любых комнатных температурах. Летом желательна температура порядка 22-26, а зимой 18-20 градусов. Полив регулярный, без крайностей, хотя забывчивость хозяина растение будет готово простить.



Драцена маргината

Напоминает эту пальмочку. В естественной среде может вымахать до 5 метров. В домашних условиях, как правило, не превышает 2-2,5 метров. Может расти и в полутени. Но при хорошем освещении будет расти активнее, крона будет пышнее. Оптимальная температура 18-25 градусов. Неплохо переносит сухой воздух, правда, кончики листьев растения могут при этом подсыхать. Драцену лучше недоливать, чем перелить. Избыточный полив чреват загниванием корней и ствола.



Аспидистра

Это очень стойкий цветок. Выдержит недостаток света. К температурам также неприхотлив. Что касается полива, нежелательно допускать пересыхание земляного кома, но редкий полив перенесет относительно безболезненно. К влажности воздуха аспидистра также не придирчива. В общем, если нужна густая зелень с минимумом ухода – аспидистра возглавит список вариантов.



Самые-самые

Вельвичия удивительная относится к самым стойким растениям на нашей планете – она может прожить без дождя до пяти лет. А самыми выносливыми считаются лишайники. Они могут жить где угодно, даже в Антарктиде и Арктике при рекордно низких температурах – до минус 196 градусов.

Молочай

Разновидностей их много. Это и пальмочка (беложилковый молочай), и с красными цветами-пуговками (молочай мяля), и треугольный молочай, рождественская пуансеттия, «голова Медузы» с толстыми поникающими побегами и др. По сути, каждый найдет себе в семейке молочаев растение по вкусу. При этом уход за ними одинаковый. Хорошее освещение с некоторым количеством прямых солнечных лучей. Температура летом 20-25 градусов. Зимой желательны более низкие температуры, порядка 15 градусов. Чем больше молочай напоминает кактус, тем в более редком поливе он нуждается. Впрочем, любой молочай лучше недоливать, чем перелить.



Ольга БЕЛЬСКАЯ

– Какое растение самое умное на свете?
– Хрен! Он всё знает.



- Анапа**
105,9 FM
 - Вышний Волочек**
104,5 FM
 - Геленджик**
101,2 FM
 - Губкин**
104,0 FM
 - Ейск**
101,1 FM
 - Задонск**
103,9 FM
 - Краснодар**
87,9 FM
 - Липецк**
97,9 FM
 - Медное (Тверь)**
107,9 FM
 - Москва и область**
100,9 FM
 - Мосолово**
101,0 FM
 - Новороссийск**
101,2 FM
 - Орёл**
95,6 FM
 - Осташков**
99,4 FM
 - Ржев**
102,4 FM
 - Рязань**
102,5 FM
 - Смоленск**
88,4 FM
 - Старый Оскол**
104,0 FM
- ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



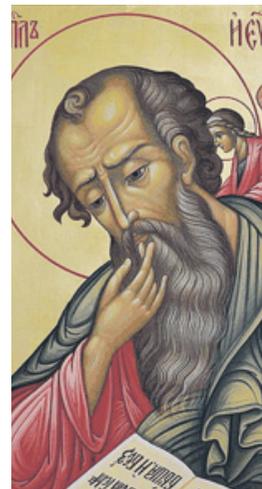
СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

«...благословен грядущий во имя Господне»

За шесть дней до Пасхи пришел Иисус в Вифанию, где был Лазарь умерший, которого Он воскресил из мертвых. Там приготовили Ему вечерю, и Марфа служила, и Лазарь был одним из возлежавших с Ним. Мария же, взяв фунт нардового чистого драгоценного мира, помазала ноги Иисуса и отерла волосами своими ноги Его; и дом наполнился благоуханием от мира. Тогда один из учеников Его, Иуда Симонов Искариот, который хотел предать Его, сказал: Для чего бы не продать это миро за триста динариев и не раздать нищим? Сказал же он это не потому, чтобы заботился о нищих, но потому что был вор. Он имел при себе денежный ящик и носил, что туда опускали. Иисус же сказал: оставьте ее; она сберегла это на день погребения Моего. Ибо нищих всегда имеете с собою, а Меня не всегда. Многие из Иудеев узнали, что Он там, и пришли не только для Иисуса, но чтобы

видеть и Лазаря, которого Он воскресил из мертвых. Первосвященники же положили убить и Лазаря, потому что ради него многие из Иудеев приходили и веровали в Иисуса. На другой день множество народа, пришедшего на праздник, услышав, что Иисус идет в Иерусалим, взяли пальмовые ветви, вышли навстречу Ему и восклицали: осанна! благословен грядущий во имя Господне, Царь Израилев! Иисус же, найдя молодого осла, сел на него, как написано: Не бойся, дочь Сионова! се, Царь твой грядет, сидя на молодом осле. Ученики Его сперва не поняли этого; но когда прославился Иисус, тогда вспомнили, что так было о Нем написано, и это сделали Ему. Народ, бывший с Ним прежде, свидетельствовал, что Он вызвал из гроба Лазаря и воскресил его из мертвых. Потому и встретил Его народ, ибо слышал, что Он сотворил это чудо.



Этот отрывок из Евангелия от Иоанна будет читаться в православных храмах 12 апреля, в воскресенье.

Комментирует священник Дмитрий Барницкий



Согласно библейскому повествованию, Израиль был создан для того, чтобы подарить нашему миру, всему человечеству Мессию, Спасителя... Жители Иудеи с нетерпением ждали Его пришествия. Образ Мессии в их сознании получил определенную специфику. Эта образ царя-освободителя, который повергнет всех врагов, вернет Израилю былые славу и величие, дарует людям справедливость и мир. Царство Божие

на земле, одним словом. Поэтому и ликует народ. Он видит во Христе именно такого спасителя. Но не только поэтому такая радость, о чем мы узнаем уже из самого Евангелия. Только что Христос совершил одно из самых потрясающих Своих чудес – воскресил человека, который был мертв четыре дня. Поэтому и кричат они Христу «осанна», что в переводе означает «спаси нас». Если Ты людей воскрешаешь, что Тебе стоит римлян прогнать!

Но какое разочарование! Господь совершенно не оправдывает ожиданий. Лояльность к власти оккупантов, несопротивление при аресте, позор и бесславие, и при этом все слова только о внутренней работе и о каком-то непонятном Царствии Небесном. А потому вполне закономерно, что многие из тех,

кто встречал Спасителя у ворот столицы, через неделю пришли поглазеть уже на расправу над Христом... Такова цена и неизбежный финал легкомысленных представлений о Боге и Его Промысле.

Повод задуматься. А что мы хотим от Бога, кого мы видим в Нем? Может быть, лучше проникнуться осознанием того, что Господь действует намного глубже и тотальнее, чем наши представления о Нем? У Него иные масштабы, нежели мы можем даже себе помыслить. А Его стратегическая цель – это не решение коммунальных проблем, а победа главного врага, смерти. Потому и ожидать от Него мы вправе ни больше ни меньше, а лишь Светлое Воскресение. Пусть и через крест и тяготы этой жизни, но все же обновление, Пасху и жизнь вечную.

ДОРОГА К ХРАМУ

МОЖНО ЛИ ДАРИТЬ ИКОНЫ НА НОВОСЕЛЬЕ?

Я знаю, что во время венчания дарят иконы. А можно ли подарить святой образ на новоселье? Какой надо выбрать? Лидия

Размещать иконы дома – одна из традиций, которые возвращаются в наше время. Никаких предписаний в этом случае нет. Можно выбирать любой православный образ. Подаренная от сердца икона – бесценный, уникальный дар.

СКОЛЬКО РАЗ МОЖНО СОБОРОВАТЬСЯ?

Ничем серьезным не болею, хочется к празднику и от забытых грехов избавиться. Можно ли собороваться несколько раз во время Великого поста? Ирина

Таинство Елеосвящения (Соборование) совершается над болящими, чтобы они получили исцеление или ослабление душевных и телесных недугов. Также в этом таинстве дается прощение забытых (а не утаенных) грехов. Как правило, православные христиане, даже не болящие чем-то серьезным, стараются приступить к таинству Соборования хотя бы раз в году Рождественским или Великим постом.

Легинсы – один из самых удобных, но в то же время и один из самых спорных предметов женского гардероба.

Многие готовы рассматривать их только как одежду для спорта. Тем не менее легинсы периодически появляются на модных подиумах, а значит, есть для них место и в неспортивной жизни. Помимо удобства, легинсы – это очень опасная одежда. Нужно отлично знать тенденции и обладать хорошим вкусом, чтобы не выглядеть в них вульгарно. Особенно рискуют дамы элегантного возраста. Ведь если промах юной модницы может быть списан на легкомыслие и недостаток опыта, то зрелой даме не пристало ставить себя в неловкую ситуацию...



«Привет» из 80-х: легинсы

Как правильно носить легинсы

При очень большом желании легинсы можно подобрать практически на любую фигуру, важно лишь правильно их выбрать и компоновать. Так, трикотажные легинсы можно и нужно надевать в спортзал, на пробежку и т.д. Соответственно, надеваем их с кроссовками, кедами, спортивной курткой и т.д. Дома легинсы носим с легким свободным, не стесняющим движений верхом – в тон или контрастным.

Даже корпулентным дамам такие легинсы не противопоказаны, если их правильно сочетать с объемным верхом длиной не короче середины бедра.

Советы стилистов

- Не стоит носить легинсы с активным принтом, если ваши ноги далеки от идеала.
- Если вы хотите скрыть лишний вес, носите легинсы только с длинными туниками или кардиганами. Считается, что черные или бордовые модели выглядят более сдержанно и меньше привлекают ненужного внимания.
- Трикотажные брюки стараемся носить в спортзал, либо надеваем под кеды или кроссовки в сочетании с одеждой в спортивном стиле.
- Следует помнить, что легинсы – элемент повседневного базового гардероба. Они уместны в образах в стиле кэжуал или спорт-шик.

– Купите модную блузку! – заывает продавец. Подходит девушка: – А не испортится ли она со временем? Не выцветет? – Что вы, что вы! Она уже два года на нашей витрине – и ни одного дефекта!



Наш словарь

- ДЖЕГИНСЫ** – узкие женские брючки из джинсовой ткани с добавлением лайкры.
- ЛОСИНЫ** – плотно облегающие штаны из лосиной замши, принадлежность военной формы в XVIII-XX вв. Сугубо женским предметом одежды лосины стали в конце 80-х.
- ЛЕГИНСЫ** – дамские трикотажные брюки в обтяжку. Это подвид лосин, не подходящий для тренировок.
- ТАЙТСЫ** – компрессионные штаны исключительно для занятий спортом.
- ТРЕГИНСЫ** – облегающие брюки из плотного материала.

Детали

Маленький неспортивный секрет

Легинсы в спортивном стиле можно вписать и в кэжуал-образ. Нужно только спрятать нижнюю манжету-резинку – это очень спортивный элемент. Сделать это просто – например, надеть высокие ботинки на шнуровке. А куртка такого же цвета, как и легинсы, сделает комплект еще и очень стильным.

Обувь под легинсы

Лучшая обувь под легинсы – это кроссовки и кеды. Все-таки изначально легинсы – это спортивная одежда, поэтому именно спортивная обувь выглядит с ними наиболее органично. Однако далеко не все любят спортивную обувь и вообще спортивный стиль, поэтому есть и другие варианты. Например, слипоны, байкер-

ские ботинки, высокие ботинки на шнуровке, грубые ботинки на небольшом широком каблучке или плоском ходу. В холодное время года легинсы вполне можно надеть с высокими сапогами, лучше на плоском ходу или невысоком каблучке – например, жockeyскими.

Светлана ИВАНОВА

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

6 апреля	Восход: 5 ч. 45 м. Заход: 19 ч. 05 м. Долгота дня: 13 ч. 20 мин.	Растущая Луна в знаке Девы
7 апреля	Восход: 5 ч. 43 м. Заход: 19 ч. 07 м. Долгота дня: 13 ч. 24 мин.	Растущая Луна в знаке Весов
8 апреля	Восход: 5 ч. 41 м. Заход: 19 ч. 08 м. Долгота дня: 13 ч. 27 мин.	Полнолуние в знаке Скорпиона
9 апреля	Восход: 5 ч. 39 м. Заход: 19 ч. 10 м. Долгота дня: 13 ч. 31 мин.	Убывающая Луна в знаке Скорпиона
10 апреля	Восход: 5 ч. 36 м. Заход: 19 ч. 12 м. Долгота дня: 13 ч. 36 мин.	Убывающая Луна в знаке Стрельца
11 апреля	Восход: 5 ч. 34 м. Заход: 19 ч. 13 м. Долгота дня: 13 ч. 39 мин.	Убывающая Луна в знаке Стрельца
12 апреля	Восход: 5 ч. 32 м. Заход: 19 ч. 15 м. Долгота дня: 13 ч. 43 мин.	Убывающая Луна в знаке Стрельца

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 6 ПО 12 АПРЕЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

- 6 АПРЕЛЯ**
В 1899 году в Москве пустили первый электрический трамвай.
- 7 АПРЕЛЯ**
В 1968 году был учрежден стандарт СССР «Государственный знак качества».
- 8 АПРЕЛЯ**
В 1158 году во Владимире заложен Успенский собор.
- 9 АПРЕЛЯ**
В 1954 году начала работать советская научно-исследовательская дрейфующая станция «Северный полюс-3».
- 10 АПРЕЛЯ**
В 1710 году в Англии вступил в силу первый в мире закон об авторском праве.
- 11 АПРЕЛЯ**
В 1857 году император Александр II утвердил государственный герб России – двуглавого орла.



12 АПРЕЛЯ
В 1242 году войско Александра Невского одержало победу над немецкими рыцарями на Чудском озере (Ледовое побоище).
В 1961 году Юрий Гагарин совершил первый в мире полет в космос.

ИМЕНИННИКИ

- НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ**
- 6 АПРЕЛЯ.** Владимир, Пётр, Степан.
7 АПРЕЛЯ. Тихон.
8 АПРЕЛЯ. Алла, Анна, Василий, Лариса.
9 АПРЕЛЯ. Александр, Павел.
10 АПРЕЛЯ. Василий, Илья, Степан.
11 АПРЕЛЯ. Кирилл, Станислав.
12 АПРЕЛЯ. Захар, Иван.

ПРАЗДНИКИ

- НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ**
- 6 АПРЕЛЯ** ■ Всемирный день настольного тенниса
7 АПРЕЛЯ ■ Всемирный день здоровья ■ Благовещение
8 АПРЕЛЯ ■ День российской анимации
9 АПРЕЛЯ ■ День топ-менеджера
10 АПРЕЛЯ ■ День братьев и сестер
11 АПРЕЛЯ ■ Международный день освобождения узников фашистских концлагерей
12 АПРЕЛЯ ■ Всемирный день авиации и космонавтики

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Одуванчик зацветёт – короткое лето ждёт

6 апреля по народному календарю считалось днем Артемона – дери полов. В этот день следили за ночными температурами: теплая ночь сулила дружную весну.
7 апреля отмечается Благовещение. С этим днем связано много примет и поговорок: «На Благовещенье дождь – родится рожь», «На Благовещенье мороз – под кустом овес». Если гроза, будет хороший урожай орехов, солнечно – большой урожай пшеницы.
Заморозки **8 апреля**, в день Гавриила Благовеста, – к холодной и затяжной весне.

На Илларионов день, **10 апреля**, следили за птицами. Сороки, сидящие на верхушках деревьев, говорили о скором потеплении.
На Берещенье, **11 апреля**, на Руси было принято чествовать березу. Обилие березового сока в этот день предвещало дождливое лето.
12 апреля считали днем Ивана Лествичника и наблюдали за растениями: цветение одуванчиков означало короткое лето.



– Любишь меня?
– Конечно!
– А умрешь за меня?
– А любить тебя кто будет?!

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

Слушай, каждый день с этой улицы увозят машины на штрафстоянку, и все равно особо отчаянные автолюбители продолжают испытывать удачу, – поцокал языком майор Быков.

Илья Сергеевич лишь усмехнулся, глядя, как эвакуатор грузит оранжевую легковушку на платформу.

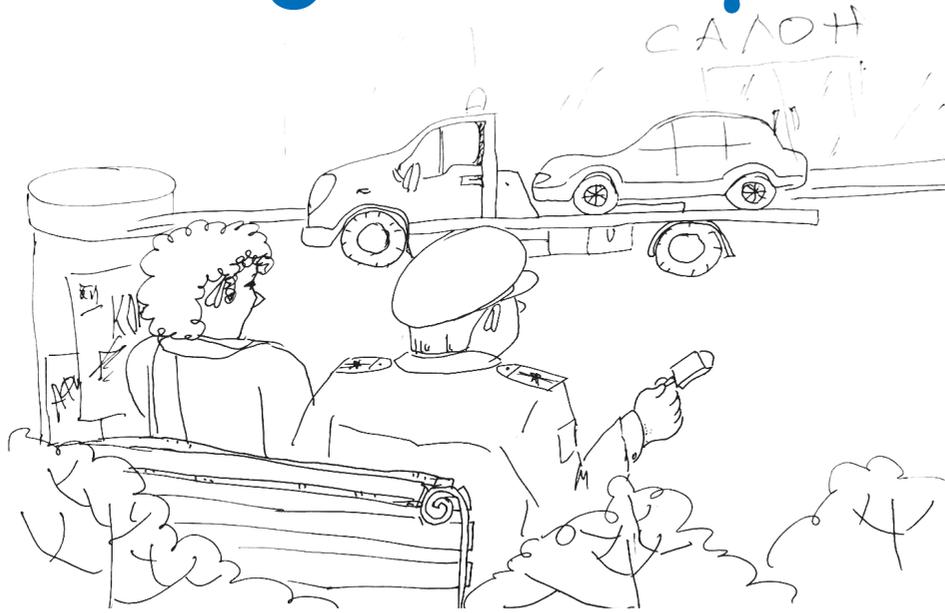
– Ловко работают, быстро. Хозяйка из салона выйдет, сюрприз будет, – улыбнулся следователь.

Майор Быков одобритительно хмыкнул, оценив наблюдательность коллеги. Оранжевый цвет авто и место парковки рядом с дорогим косметическим салоном не оставляли сомнений в его принадлежности даме.

Район элитный, а одни нарушители и воры... – майор Быков недоуменно пожал плечами.

ДЕЛО

на одно мороженое



– Это да, – согласился Илья Сергеевич, – вынести ночью картину из музея и остаться никем не замеченным на патрулируемой улице – это надо быть тем еще ловкачом.

Честное слово, загадка, – кивнул майор, – улица длинная, картина огромная, полицейский пост рядом, а никто ничего не видел.

– Давай проанализируем, что мы имеем, – Илья Сергеевич развернул купленное эскимо и присел на лавочку возле театральной тумбы. – Взломщик, похоже, не очень

опытный, судя по тому, в каком состоянии находятся вскрытые им замки.

– Да уж, – хохотнул Быков, пристроившись рядом с коллегой и тоже с эскимо, – проще было дверь топором на куски порубить, и то, наверно, быстрее бы вышло.

Следовательно, – Илья Сергеевич откусил от лакомства и от удовольствия зажмурился, – вор провозился тут довольно долго.

– Но что нам это дает? – удивился Быков.

– Что нужно, чтобы незамеченным вынести большую картину с патрулируемой полицейскими улицы? – задал наводящий вопрос следователь.

– Машина! – обрадовался догадке Быков. – Так, стоп, – тут же сник он, – но раз взломщик возился долго, машину бы просто увез эвакуатор за это время. Нет, дружище, вор как-то иначе унес картину. Волшебник он, что ли, в самом-то деле?

Илья Сергеевич взглянул на коллегу и поднял одну бровь.

– Вот я балда, – хлопнул себя по лбу майор, – как я сразу не догадался, нужно срочно позвонить и выяснить...

Любовь АНИНА



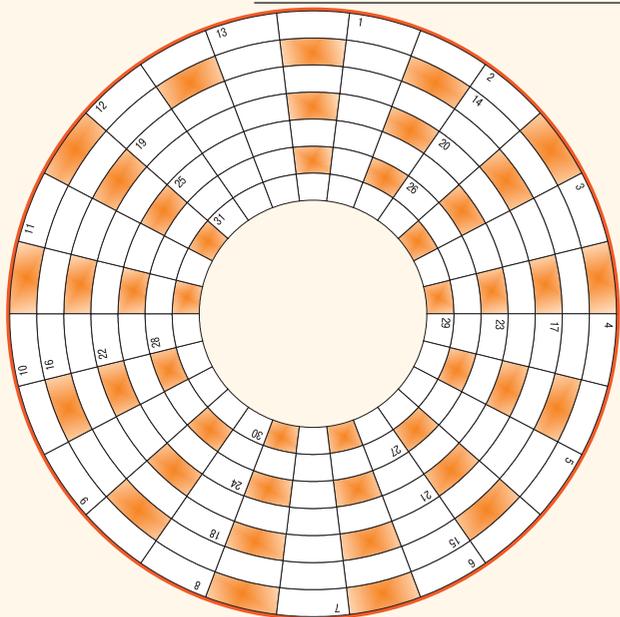
Куда собрался звонить Быков и что выяснять?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 13: мужчина сказал, что у него сел аккумулятор, именно поэтому он остался в машине на дороге ждать помощи. Но как тогда он включил фары? С разрядившимся аккумулятором этого сделать невозможно. К тому же мужчина заметно нервничает, давая показания. Один он напасть на пару вряд ли осмелился бы, поэтому Илья Сергеевич предположил, что у него был поделщик.

Рис. Ирины Светловой

КРОССВОРД «КРУГОВОЙ»



спор, – пусть он к завтраму добудет шитый золотом ...» (Л. Филатов). **25.** В буквальном переводе с немецкого – «ежегодный рынок». **26.** Процесс в душевой кабинке. **27.** Музыкальный спектакль. **28.** Котенок – шалун и резвун. **29.** Круглая аскорбинка. **30.** От него сам черт бежит. **31.** «Отклонист» от церковных догм. **От внешнего кольца к внутреннему:** **1.** Подруга базарной бабы. **2.** Главное отделение связи в городе. **3.** Искрометный генератор переменного тока. **4.** Доктор, исправляющий осанку. **5.** Покровительница любовной поэзии – Эрато, покровительница лирической поэзии – ... **6.** Какое море древние египтяне именовали Лазурными Водами? **7.** Вязаная зимняя кофта без воротника и без застежек. **8.** Почтенный старец, дремлющий под саксаулом. **9.** Так называют и зачинщика, и лошадику. **10.** Представитель одной из национальностей РФ. **11.** Бог как создатель мира. **12.** «Косынка» в компьютерных играх. **13.** Устройство, преобразующее электрические колебания в звуки.

Слова в кроссворде вписываются по дугам (по часовой стрелке) и по радиусам (от внешнего кольца к центру).

По кольцам: **4.** Десяток страниц прозы про случай из жизни. **8.** Бежит от земных благ к небесным. **12.** Подход к крепости с недвусмысленными намерениями, тараном и лестницами. **14.** Катапульта, что аж бочки металла. **15.** И гриб, и кличка кота цвета апельсина. **16.** Вожак для волков, Багиры, Балу и прочих членов стаи. **17.** Родственница, не сравнимая с голодом.

18. Законодательный орган при Петре I. **19.** Два ломтика хлеба с колбасой между ними. **20.** Танец «утомленного солнца». **21.** Розовая рыбка на бутерброд. **22.** Религиозный возглас, означающий примерно «окончательно», «накрепко». **23.** Славянский «владыка» грозы. **24.** «Коль он так ретив и скор, что с царем вступает в спор, что с царем вступает в спор, что с царем вступает в спор».

ОТВЕТЫ
1. Женищина. 2. Энциклопедия. 3. Лазурное море. 4. Эраст. 5. Эраст. 6. Красное море. 7. Джекпот. 8. Божья коровка. 9. Кот Багира. 10. Кот Багира. 11. Кот Багира. 12. Кот Багира. 13. Кот Багира. 14. Десяток. 15. Гриб. 16. Вожак. 17. Родственница. 18. Государственный дума. 19. Два ломтика хлеба. 20. Танец. 21. Розовая рыбка. 22. Религиозный возглас. 23. Славянский «владыка». 24. «Коль он так ретив и скор, что с царем вступает в спор».

ВСЁ ОБО ВСЁМ

РАБОТА

■ **8 (985) 304-48-02** Охранному предприятию требуется контролер торгового зала для работы вахтой в городе Курск и Курской области, благоприятные условия труда, заработная плата от 950 рублей за смену, авансирование, своевременные выплаты. Тел.: 8 (985) 304-48-02

■ **8 (960) 635-10-41** Охранному предприятию требуется контролер торгового зала для работы сменным графиком в городе Воронеж (магазин Пятёрочка), благоприятные условия труда, заработная плата от 1000 рублей за смену, авансирование, своевременные выплаты. Тел.: 8 (960) 635-10-41

■ **8 (916) 201-96-01** Срочно в ЧОО «Ратник» требуется охранник. Работа в Москве. Вахта любая. Тел.: 8 (916) 201-96-01, Юрий Викторович

■ **8 (917) 566-72-39** Срочно в ЧОО «АСФорт» требуется охранник. Работа в Москве. ВАХТА 20/10, 15/15. Тел.: 8 (917) 566-72-39, Сергей Анатольевич

Все объявления на правах рекламы



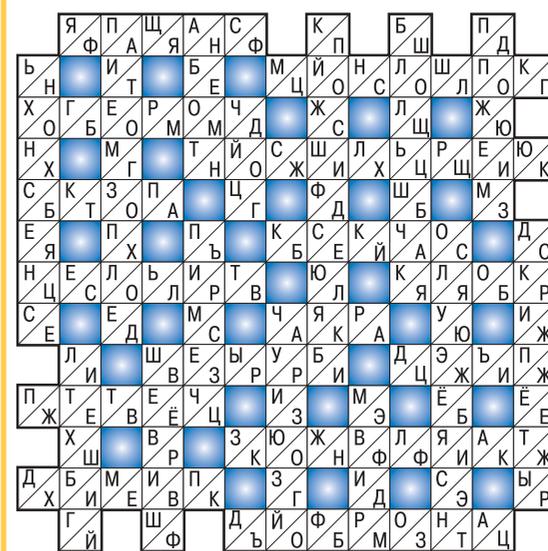
По вопросам размещения рекламы в газете «ТЕЛЕК» звоните!

8 (495) 792-47-73

КРОССВОРД «ДУАЛЬ»

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

По горизонтали: Фаянс. Монолог. Огород. Носильщик. Стоп. Бекас. Неолит. Клок. Акр. Шерри. Джип. Певец. Конфликт. Химик. Доброта. **По вертикали:** Атомход. Неон. Посиделки. Большак. Дожим. Нонсенс. Дог. Писец. Службист. Скипетр. Ариозо. Леший. Шериф. Эфир.



					Он был под опекой Френкен Бок				"Тайник" для скелета любовника	Длинный динозавр (до 40 м)		Добавка к чему-либо							
Псина, гонящаяся за кенгуром		Гульбище с развлечениями	"Ручной мяч" на английском ладе	Главный фашистский преступник	Небесные огненные стрелы	И буква, и брусок для ее печати						Машина, генерирующая ток	Будапештец	Торнадо по своей сути		Посредник между гусеницей и бабочкой			
			Луженое горло					Рудник, где добывали алмазы	Актеры Андрей ... и Алексей ...					Отговорка (жарг.)		Мифический прародитель поляков			
"Ядерный" металл		Алкоголь с можжевельником в составе			На него Черномор выходил	Документ в компьютерной папке						Сосед Мимино по номеру (актер)	"Ворона каркнула во всё воронье ..."						
Гильза с начинкой		Кружевная под вазой	Река, на которую любуются римляне									Кристиан из мира моды и парфюма							
			Щипковый инструмент музыки												"Бровка" пропасти	Воин царя Дария		"...дорожка фронтовая" (песен.)	
Валюта в портмоне кубинца					Древнеегипетский бог умерших	Сокровище своих мыслей						Бедро с точки зрения мясника	Темноликий при Петре Великом				"Капля" в информационном потоке		
		Возглас акробата под куполом цирка	Тушеные овощи как гарнир											Бык с горбом на загровке					
	Им глушат рыбу		"Нож" в коробке с пластилином		Заваруха против власти							Деление ткани на детали	Административная единица РФ	Зеленый не деревянный	Где был Лабиринт Минотавра?				
	Команда покушать	Источник дыма на крыше					Насыпь у стен цитадели	"Бритый мамонт"	Стиль афро-американской музыки			Свинское выражение							
									"Осенняя" минеральная краска										
Колочка - сырье для пульты	Вечные сотования на нехватку денег	Керамика под парное молоко						"Улика", оставленная в пчельнике											
				Черчилль, Рузвельт, ...						Номер гостиницы для VIP-клиентов									



ТЕЛЕК	С	О	Ю	Л	Н	И	У	Л	Т	С	А	В	Л	У
Х	О	Л	А	К	О	А	Ж	Н	И	Р	А	К	Ж	
А	В	А	Л	Л	А	В	И	Л	А	Е	Р	Ч	Н	
Ч	Т	С	Л	Л	О	С	Л	Р	Л	Т	Е	О		
Т	И	К	К											
Л	Я	Э	И	О	К									
Ш	Ц	Ш	А	В	О	И	И	Л	Л	Л	Л	Л	Л	
Х	Ш	А	В	О	И	И	Л	Л	Л	Л	Л	Л	Л	
Н	В	Л	Р	К	М	О								
О	Л	О	Л	У	Л	И	А	Ф	Е	Н	И	Ж	У	
К	Е	Н	И	Н	И	Ш	К	Т	О	Л	Л	Н	В	
О	М	Э	И	И	Ш	К	И	О	А	В	Л			
К	С	О	К	В	У	Ш	Ч	Л	М	О	Л	Н	И	

Советы от звездчѐта Надежды Солнечной с 6 по 12 апреля

Рыбы 19.02 – 20.03
 И на работе, и в личной жизни Рыб могут возникнуть трудности. Придется искать нестандартные решения проблем. Но у вас получится все – и справиться с работой, и близких вниманием не обделить, и любимого человека одарить теплотой и лаской.

Овен 21.03 – 20.04
 Для Овнов могут неожиданно открыться весьма многообещающие перспективы. Ничем не жертвуя и не рискуя, вы сможете добиться многого. Главное, не зевать и быть активнее. Однако от мнения близких и любимого человека отмахиваться не стоит. Они на вашей стороне.

Телец 21.04 – 21.05
 На работе обстоятельства будут складываться в пользу Тельцов. Удается успешно завершить важный проект. С близкими решайте проблемы, открыто обсуждая их. С любимым человеком будет здорово побывать за городом или погулять в парке.

Близнецы 22.05 – 21.06
 Близнецы смогут рассчитывать только на себя. Выполняя работу, выкладывайтесь по максимуму, но свободное время – это время отдыха! Если не будете нарушать это правило, сохраните нервы и здоровье. Возможен приятный сюрприз от второй половинки.

Рак 22.06 – 22.07
 Дела лучше завершить в первой половине недели, так как вторая может стать суетной и суматошной. Время для перемен не самое подходящее, а потому неплохо бы позаниматься дома, уделить внимание близким. При общении с любимым человеком избегайте упреков.

Лев 23.07 – 22.08
 Нерешительность может лишить Львов отличной возможности добиться успеха в задуманном. Сначала нужно поверить в свои силы, а уж потом приступать к реализации планов. А позитив вам подарит общение с любимым человеком и близкими друзьями.

Дева 23.08 – 23.09
 Отличная неделя впереди у Дев. Главное, не теряться и крепко держать удачу за хвост. У начальства и коллег найдут живой отклик ваши творческие идеи. Единственное, в общении с близкими и любимым человеком старайтесь не касаться конфликтных тем.

Весы 24.09 – 23.10
 Весам представится отличная возможность решить все рутинные дела. Вам будет несколько не хватать романтики, и вы даже можете обидеться на любимого человека. Но тут стоит вспомнить про истину: «Прежде чем что-то получить, нужно сначала дать».

Скорпион 24.10 – 22.11
 Скорпионам придется попросить помощи у окружающих в решении неожиданных проблем. Отличная неделя для дальних поездок, но неподходящая для финансовых операций. Зато в любви будет царить настоящая гармония и вожденная стабильность.

Стрелец 23.11 – 21.12
 Если Стрельцам удастся сконцентрироваться на важном для них деле, удастся добиться максимальных результатов. Если для вас важны отношения с близкими, смиритесь гордость и научитесь компромиссам. Стоит терпимее относиться к слабостям любимого человека.

Козерог 22.12 – 20.01
 Ваш оптимизм окажется настолько заразительным, что окружающие будут готовы помочь в любом деле. Серьезный, откровенный разговор с любимым человеком поможет расставить все точки над «i» в вопросах, которые давно нужно было прояснить.

Водолей 21.01 – 18.02
 Водолеи могут столкнуться с проблемами на работе, которые решать, скорее всего, придется самостоятельно. Непросто, зато результативно. Конфликты с родственниками решит открытый разговор. А вот любовные отношения подарят исключительно радость и счастье.